

ABSTRAK

Nama : Desi Listiyani NIM : C2013035 S1 ILMU KEPERAWATAN	Dosen Pembimbing 1 . Mursudarinah S.KM.,M.Kes 2. Dewi Kartika Sari S.Kep.,Ns.,M.Kep
PERBEDAAN EFEKTIVITAS HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN SENAM LANSIA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUSUKAN	
ABSTRAK	
<p>Latar Belakang: Hipertensi salah satu penyakit degeneratif yang menyerang siapapun karena penyakit ini tidak mengenal usia. Hipertensi mempunyai julukan “the silent killer” karena kadang tidak ditandai dengan gejala – gejala yang menonjol dan bisa membunuh dengan tiba - tiba. Terapi hipertensi berupa farmakologi dan non farmakologi. Terapi non farmakologi salah satunya hidroterapi rendam hangat dan senam lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas hidroterapi rendam hangat dan senam lansia untuk menurunkan tekanan darah. Metode : Penelitian ini menggunakan metode <i>quasi eksperiment</i> Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi yang berkunjung ke puskesmas Susukan. Sampel pada penelitian ini adalah 20 responden. Tehnik pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Tehnik analisis data dengan uji <i>independent t test</i>. Hasil : Tidak ada perbedaan hidroterapi rendam kaki air hangat dan senam lansia terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan nilai <i>p value</i> 0,447 karena kedua perlakuan tersebut dapat menurunkan tekanan darah dari dua perlakuan tersebut yang paling efektif untuk menurunkan tekanan darah yaitu hidroterapi rendam kaki air hangat dengan selisih mean 22.1 mmHg. Kesimpulan : Hidroterapi rendam kaki air hangat lebih efektif untuk menurunkan tekanan darah dibanding dengan senam lansia pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Susukan.</p>	
Kata kunci : hipertensi, hidroterapi, rendam kaki, air hangat, senam lansia	