ABSTRAK**Anita'Azmi Ulinnuha****Ns .Pawestri,S.kep,M.Kes****DIII Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Semarang**

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah dari arteri yang bersifat sistemik. Hipertensi tidak terjadi tiba-tiba, melainkan melalui proses yang cukup lama. Upaya untuk menangani hipertensi ada dua cara yaitu farmakologis dan non farmakologis, penanganan hipertensi dengan cara farmakologis biasanya menggunakan obat-obatan yang banyak menimbulkan efek samping bagi tubuh. Sementara pengobatan dengan cara non farmakologis adalah cara pengobatan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan alami dapat juga dengan menggunakan hidroterapi rendam hangat. Tujuan dari penelitian ini adalah melakukan penerapan hidroterapi rendam kaki air hangat pada penderita hipertensi di kelurahan Sambiroto Semarang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian deskriptif alat dan bahan yang digunakan adalah baskom atau ember, air hangat suhu 35-40 °C, kursi, termometer air, tensimeter, stetoskop, dan handuk pengering. Sebelum dilakukan perendaman dilakukan pengecekan tekanan darah setelah itu lakukan perendaman selama 15 menit pertama. Pasien dibiarkan istirahat selama 15 menit setelah itu lakukan perendaman 15 menit kedua. Menjelaskan hasil pengukuran dari pasien I, II, dan III. Sebelum dilakukan penerapan hidroterapi rendam kaki air hangat tekanan darah pasien 153,3/100 mmHg dan setelah dilakukan evaluasi terapi rendam kaki air hangat selama 30 menit tekanan darah menjadi 120/76,6 mmHg. Pengukuran sistole dan diastole pada pasien I, II, dan III ada perubahan tekanan darah sesudah dilakukan hidroterapi rendam kaki air hangat. Diharapkan penderita hipertensi dan masyarakat dapat menggunakan hidroterapi rendam hangat sebagai terapi alternatif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, tanpa meninggalkan arahan dari tenaga kesehatan.

Kata Kunci : Tekanan darah, hidroterapi rendam kaki air hangat dan Hipertensi