

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN TERAPI KOMBINASI RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN
RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PENDERITA HIPERTENSI
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT**

(Studi Kasus Di Ruang Dahlia RSUD dr. Hardjono Ponorogo)



PRODI PROFESI NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

**PENERAPAN TERAPI KOMBINASI RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN
RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PENDERITA HIPERTENSI
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT**

(Studi Kasus Di Ruang Dahlia RSUD dr. Hardjono Ponorogo)

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan Kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Memperoleh Gelar Ners



Oleh:

EKA FATMAWATI

NIM 25650639

PRODI PROFESI NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : EKA FATMAWATI

Judul : PENERAPAN TERAPI KOMBINASI RENDAM
KAKI AIR HANGAT DAN RELAKSASI NAFAS
DALAM PADA PENDERITA HIPERTENSI
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI
AKUT

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Karya Ilmiah Akhir
pada Tanggal, 10 Agustus 2026

Oleh
Pembimbing



Sri Andayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 711128601

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0714127901

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : EKA FATMAWATI

Judul : PENERAPAN TERAPI KOMBINASI RENDAM
KAKI AIR HANGAT DAN RELAKSASI NAFAS
DALAM PADA PENDERITA HIPERTENSI
DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI
AKUT

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Karya Ilmiah di
Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Ponorogo, Tanggal 12 Agustus 2026

Tim Penguji :

Tanda Tangan

Ketua : Dr. Hery Ernawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep : 

Anggota : Sri Andayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep : 

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0714127901

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Eka Fatmawati

NIM : 25650639

Instansi : Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir yang berjudul: **“Penerapan Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat dan Relaksasi Nafas Dalam pada Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di RSUD dr. Hardjono Ponorogo”** adalah bukan Karya Ilmiah Akhir orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi.

Ponorogo, 10 Agustus 2026


Eka Fatmawati
NIM. 25650639

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul **“Penerapan Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat dan Relaksasi Nafas Dalam pada Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut (Studi Kasus di RSUD dr. Hardjono Ponorogo)”**.

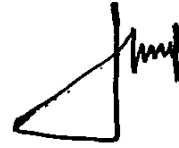
Penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Karya Ilmiah Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik oleh penulis dengan bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag sebagai Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan persetujuan kepada saya untuk mengikuti Program Studi Profesi Ners.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan berbagai fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Profesi Ners.
3. Ruang Dahlia RSUD dr. Hardjono Ponorogo yang telah memberikan izin, kesempatan, serta memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini sehingga penelitian dapat terlaksana dengan baik.

4. Sri Andayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Kepala Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan bimbingan selama perkuliahan.
5. Sri Andayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi kepada penulis sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Kepada kedua orang tua tercinta, penulis mengucapkan terima kasih atas segala doa, kasih sayang, kerja keras, pengorbanan, serta dukungan yang selalu diberikan tanpa mengenal lelah. Terima kasih telah menjadi motivasi terbesar bagi penulis untuk terus berjuang dan tidak menyerah dalam menyelesaikan setiap proses perkuliahan hingga KIAN ini dapat terselesaikan.
7. Kepada Ny. S, penulis mengucapkan terima kasih atas kesediaannya menjadi partisipan dalam penelitian ini. Terima kasih telah meluangkan waktu, bersikap kooperatif, serta berpartisipasi dengan baik selama proses pemberian intervensi nonfarmakologis sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan lancar.
8. Terakhir, kepada diri sendiri, terima kasih telah berjuang dengan penuh ketekunan, bertahan dalam setiap proses, serta tidak menyerah menghadapi berbagai tantangan selama menempuh pendidikan hingga akhirnya mampu menyelesaikan KIAN ini. Semoga pencapaian ini menjadi awal dari langkah-langkah yang lebih besar dalam meraih cita-cita

Akhirnya penulis berharap semoga studi kasus ini dapat bermanfaat khususnya dalam bidang keperawatan.

Ponorogo, 10 Agustus 2026



Eka Fatmawati
NIM. 25650639



ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI KOMBINASI RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT

(Studi Kasus Di Ruang Dahlia RSUD dr. Hardjono Ponorogo)

Oleh: Eka Fatmawati

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang dapat menimbulkan nyeri akut berupa nyeri kepala sehingga mengganggu kenyamanan serta aktivitas. Kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan relaksasi napas dalam dapat digunakan sebagai terapi komplementer untuk membantu mengurangi nyeri. Penelitian ini bertujuan mengetahui penerapan kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan relaksasi napas dalam pada penderita hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

Penelitian menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus melalui proses keperawatan pada satu pasien, yaitu Ny. S di Ruang Dahlia RSUD dr. Hardjono Ponorogo selama 7 hari, terdiri atas 3 hari di rumah sakit dan 4 hari di rumah. Intervensi kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan relaksasi napas dalam diberikan satu kali sehari selama ± 15 menit, dengan evaluasi intensitas nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)* sebelum dan sesudah intervensi.

Hasil pengkajian awal Ny. S menunjukkan nyeri kepala menjalar ke tengkuk, berdenyut, hilang timbul, bertambah saat aktivitas, skala nyeri 8. Setelah intervensi 7 hari, nyeri tidak dirasakan skala 0 dan pasien tidak pusing. Pasien lebih rileks, meringis berkurang, kemampuan beraktivitas meningkat, serta tekanan darah, frekuensi nadi, dan pola napas membaik.

Penerapan terapi kombinasi membantu menurunkan nyeri akut pada penderita hipertensi dan dapat digunakan sebagai terapi komplementer bersama terapi farmakologis sesuai anjuran tenaga kesehatan.

Kata kunci: hipertensi, nyeri akut, rendam kaki air hangat, relaksasi napas dalam.

ABSTRACT

APPLICATION OF COMBINED WARM WATER FOOT SOAK AND DEEP BREATHING RELAXATION THERAPY FOR HYPERTENSIVE PATIENTS WITH ACUTE PAIN

(A Case Study in the Dahlia Ward, Dr. Hardjono Regional General Hospital, Ponorogo)

By: Eka Fatmawati

Hypertension is a chronic condition that can cause acute pain—specifically headaches—thereby compromising comfort and interfering with daily activities. A combination of warm-water foot soaking and deep breathing relaxation can serve as a complementary therapy to help alleviate pain. This study aimed to examine the application of this combined therapy in a hypertensive patient experiencing acute pain.

The study employed a descriptive design using a case study approach based on the nursing process. It focused on a single patient, Mrs. S, at the Dahlia Ward of Dr. Hardjono Regional General Hospital (RSUD) in Ponorogo over a seven-day period—three days in the hospital and four days at home. The combined intervention was administered once daily for approximately 15 minutes, with pain intensity evaluated using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after each session.

Initial assessment of Mrs. S revealed a throbbing, intermittent headache radiating to the back of the neck; the pain worsened with activity and registered an intensity of 8 on the scale. Following the seven-day intervention, the patient reported no pain (scale 0) and experienced no dizziness. She appeared more relaxed, showed reduced grimacing, and demonstrated improved functional ability; additionally, her blood pressure, pulse rate, and breathing patterns improved.

The application of this therapy combined helps reduce acute pain in hypertensive patients and can be utilized as a complementary treatment alongside pharmacological therapy, in accordance with healthcare professionals' recommendations.

Keywords: hypertension, acute pain, warm water foot soak, deep breathing relaxation.

DAFTAR ISI

SAMPUL LUAR.....	i
SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Dasar Hipertensi	9
2.1.1 Pengertian	9
2.1.2 Etiologi	10
2.1.3 Patofisiologi.....	14
2.1.4 Klasifikasi.....	15
2.1.5 Manifestasi Klinis.....	16
2.1.6 Pemeriksaan Penunjang	17
2.1.7 <i>Pathway</i>	20
2.1.8 Penatalaksanaan.....	21

2.1.9	Komplikasi	23
2.2	Konsep Nyeri Akut	26
2.2.1	Pengertian Nyeri Akut	26
2.2.2	Fisiologi dan Mekanisme Terjadinya Nyeri Akut.....	27
2.2.3	Etiologi Nyeri Akut	28
2.2.4	Klasifikasi Nyeri.....	28
2.2.5	Manifestasi Klinis Nyeri Akut.....	28
2.2.6	Pengukuran Skala Nyeri	29
2.2.7	Dampak Nyeri Akut.....	32
2.2.8	Terapi Non Farmakologis dalam Manajemen Nyeri Akut.....	33
2.3	Konsep Terapi Rendam Kaki Air Hangat.....	33
2.4.1	Pengertian	33
2.4.2	Mekanisme Fisiologis.....	34
2.4.3	Indikasi dan Kontraindikasi.....	34
2.4	Konsep Relaksasi Napas Dalam	35
2.4.1	Pengertian	35
2.4.2	Mekanisme Fisiologis.....	35
2.4.3	Efek Psikologis	36
2.4.4	Indikasi dan Kontraindikasi.....	36
2.4.5	Evaluasi Terapi Relaksasi Napas Dalam	37
2.5	Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat dan Relaksasi Napas Dalam	37
2.5.1	Konsep Kombinasi	37
2.5.2	Mekanisme Kerja Sinergis.....	38
2.5.3	Pelaksanaan Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat dan Relaksasi Napas Dalam.....	38
2.5.4	Manfaat Terapi Kombinasi	39
2.6	Konsep Asuhan Keperawatan	39
2.6.1	Pengkajian	40
2.6.2	Diagnosa Keperawatan	52
2.6.3	Intervensi Keperawatan	52
2.6.4	Implementasi Keperawatan	55

2.6.5 Evaluasi Keperawatan	56
2.7 EBN.....	57
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	67
3.1 Metode	67
3.2 Teknik Penulisan	68
3.3 Waktu dan Tempat.....	69
3.3.1 Waktu.....	69
3.3.2 Tempat	69
3.4 Pengumpulan Data	69
3.4.1 Metode Pengumpulan Data	69
3.4.2 Instrumen Pengumpulan Data	71
3.5 Alur Kerja (<i>Frame Work</i>).....	72
3.6 Etika	73
BAB 4 LAPORAN KASUS	76
4.1 Pengkajian.....	76
4.1.1 Identitas	76
4.1.2 Keluhan Utama	77
4.1.3 Riwayat Penyakit Sekarang	77
4.1.4 Riwayat Kesehatan Dahulu	78
4.1.5 Riwayat Kesehatan Keluarga	79
4.1.6 Riwayat Psikososial.....	79
4.1.7 Pola Kesehatan Sehari-Hari.....	81
4.1.8 Pemeriksaan Fisik.....	82
4.1.9 Pemeriksaan Penunjang	89
4.1.10 Penatalaksanaan	91
4.2 Daftar Masalah.....	92
4.3 Diagnosa Keperawatan	93
4.4 Intervensi Keperawatan.....	94
4.5 Catatan Tindakan Keperawatan	95
4.6 Catatan Perkembangan.....	100
BAB 5 PEMBAHASAN	106
5.1 Pengkajian.....	106

5.2 Diagnosa Keperawatan	112
5.3 Intervensi Keperawatan.....	115
5.4 Implementasi Keperawatan.....	118
5.5 Evaluasi Keperawatan.....	122
BAB 6 PENUTUP	125
6.1. Kesimpulan	125
6.2. Saran	127
DAFTAR PUSTAKA	129
LAMPIRAN.....	134



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	15
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan	52
Tabel 2.3 EBN Penerapan Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat dan Relaksasi Napas Dalam pada Pasien Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di RSUD Harjono Ponorogo.....	56
Tabel 4.1 Pola Kesehatan Sehari-Hari.....	80
Tabel 4.2 Hasil Laboratorium Hematologi	88
Tabel 4.3 Hasil Laboratorium Kimia Klinik.....	89
Tabel 4.4 Hasil Laboratorium Kimia Klinik.....	89
Tabel 4.5 Penatalaksanaan	90
Tabel 4.6 Analisa Data	91
Tabel 4.7 Diagnosa Keperawatan.....	92
Tabel 4.8 Intervensi Keperawatan.....	93
Tabel 4.9 Catatan Tindakan Keperawatan.....	94
Tabel 4.10Catatan Perkembangan	99

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	<i>Pathway</i>	20
Gambar 2.2	Skala VAS	30
Gambar 2.3	Skala NRS.....	31
Gambar 2.4	<i>Faces Scale</i> dari Wong Backer	32
Gambar 3.1	<i>Frame Work</i> Penerapan Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat dan Relaksasi Napas Dalam pada Pasien Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di RSUD Harjono Ponorogo	71
Gambar 4.1	Genogram.....	80



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengambilan Data Awal dan Surat Balasan Penelitian	134
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian dan Surat Balasan Penelitian.....	136
Lampiran 3. Lembar Uji Etik	138
Lampiran 4. Lembar Pendampingan Penelitian	139
Lampiran 5. Lembar Observasi.....	140
Lampiran 6. Penjelasan Penelitian	141
Lampiran 7. Lembar Permohonan Menjadi Responden	143
Lampiran 8. Lembar Persetujuan Responden	144
Lampiran 9. Surat Selesai Penelitian	145
Lampiran 10. Format Asuhan Keperawatan.....	146
Lampiran 11. SOP Terapi Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat dan Relaksasi Napas Dalam	157
Lampiran 12. <i>Logbook</i>	159
Lampiran 13. Dokumentasi Foto Penelitian.....	162
Lampiran 14. Surat Keterangan Hasil <i>Similarity Check</i> Karya Ilmiah.....	164