

**PENERAPAN HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT
TERHADAP KECEMASAN LANSIA DI
PANTI JOMPO WELAS ASIH
TASIKMALAYA**

KARYA TULIS ILMIAH



**ANISA HANDAYANI
NIM : 11025123060**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2026**

**PENERAPAN HIDROTERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT
TERHADAP KECEMASAN LANSIA DI
PANTI JOMPO WELAS ASIH
TASIKMALAYA**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan**

KARYA TULIS ILMIAH



**ANISA HANDAYANI
NIM : 11025123060**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2026**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, September 2026

Anisa Handayani

**Penerapan Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Kecemasan Lansia Di
Panti Jompo Welas Asih Tasikmalaya**

xiii + 107 halaman + 3 tabel + 1 gambar + 10 lampiran

ABSTRAK

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang sering dialami lansia akibat perubahan kondisi fisik, psikologis, dan sosial yang berpengaruh terhadap kualitas hidup. Salah satu terapi nonfarmakologis yang digunakan untuk membantu mengurangi kecemasan adalah hidroterapi rendam kaki air hangat. Tujuan studi kasus ini adalah mengetahui penerapan hidroterapi rendam kaki air hangat terhadap kecemasan lansia di Panti Jompo Welas Asih Tasikmalaya. Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang melibatkan 2 responden lansia yang mengalami kecemasan. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Zung Self Rating Anxiety Scale (ZSAS)*. Intervensi dilakukan dengan merendam kaki menggunakan air hangat bersuhu 37–40°C selama 15 menit setiap hari selama 3 hari berturut-turut. Hasil menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada kedua responden setelah dilakukan hidroterapi. Responden pertama mengalami penurunan skor kecemasan dari kategori kecemasan sedang menjadi tidak cemas, sedangkan responden kedua mengalami penurunan dari kategori kecemasan ringan menjadi tidak cemas. Selain penurunan skor kecemasan, kedua responden menyampaikan perasaan lebih rileks, nyaman, dan tenang setelah mengikuti intervensi. Kesimpulan studi kasus menunjukkan bahwa penerapan hidroterapi rendam kaki air hangat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada lansia. Terapi ini juga memberikan pengalaman relaksasi selama pelaksanaan intervensi. Saran bagi perawat adalah mempertimbangkan hidroterapi rendam kaki air hangat sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang sederhana, aman, dan mudah dilakukan dalam membantu mengelola kecemasan pada lansia.

Kata kunci: Hidroterapi, rendam kaki air hangat, kecemasan, lansia.

**STUDY PROGRAM OF DIPLOMA III IN NURSING
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Scientific Paper, September 2026

Anisa Handayani

Application of Warm Water Foot Soak Hydrotherapy for Elderly Anxiety at Welas Asih Tasikmalaya Nursing Home

xiii + 107 pages + 3 tables + 1 pictures + 10 appendices

ABSTRACT

Anxiety is a common psychological issue among the elderly, stemming from physical, psychological, and social changes that impact their quality of life. Warm-water foot bath hydrotherapy is one non-pharmacological therapy used to help alleviate anxiety. This case study aimed to examine the application of warm-water foot bath hydrotherapy for anxiety in elderly residents at the Welas Asih Nursing Home in Tasikmalaya. A descriptive case study design was employed, involving two elderly respondents experiencing anxiety. Anxiety levels were measured using the Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS). The intervention consisted of soaking the feet in warm water (37–40°C) for 15 minutes daily over three consecutive days. The results showed a reduction in anxiety levels for both respondents following the hydrotherapy. The first respondent's anxiety score dropped from the moderate anxiety category to "no anxiety," while the second respondent's score decreased from the mild anxiety category to "no anxiety." In addition to the reduction in anxiety scores, both respondents reported feeling more relaxed, comfortable, and calm after the intervention. The study concludes that warm-water foot bath hydrotherapy helps reduce anxiety levels in the elderly and provides a relaxing experience during the intervention. Nurses are encouraged to consider warm-water foot bath hydrotherapy as a simple, safe, and easy-to-administer non-pharmacological intervention for managing anxiety in the elderly.

Background: *Hydrotherapy, warm water foot soak, anxiety, elderly.*