

# **PENERAPAN INTERVENSI KOMBINASI RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN AROMATERAPI LAVENDER PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KASIHAN II**

Satrio Handika<sup>1</sup>Anastasia Suci Sukmawati<sup>2</sup>

[satriohandika686@gmail.com](mailto:satriohandika686@gmail.com)

## **INTISARI**

**Latar Belakang:** Hipertensi diketahui sebagai silent killer, menjadi masalah kesehatan secara global. Hipertensi terjadi bila tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan tekanan darah diastolik > 90 mmHg. Pengobatan untuk hipertensi dapat dilakukan dengan dua metode yaitu dengan tehnik farmakologi dan non farmakologi, salah satu teknik non farmakologi yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan pemberian terapi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender.

**Tujuan:** Untuk mengetahui penerapan intervensi kombinasi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender pada lansia dengan hipertensi..

**Metode:** Teknik pengambilan data dengan menggunakan observasi – partisipasi dimana peneliti melakukan pengamatan dan ikut serta dalam melakukan Tindakan asuhan keperawatan kepada 1 pasien.

**Hasil:** penerapan intervensi rendam kaki air hangat dan relaksasi otot progresif dilakukan 6x pertemuan selama 6 hari yang dilakukan selama 20 menit. Hasil evaluasi didapatkan setelah dilakukan Terapi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender yang dilakukan 6x pertemuan secara berturut-turut dapat menurunkan tekanan darah pada pasien Hipertensi dengan rata-rata pada sistolic sebesar 7 mmHg sedangkan pada Diastolic sebesar 3 mmHg.

**Kesimpulan:** terapi non farmakologi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender dapat menurunkan tekanan darah Systolic dan Diastolic pada penderita Hipertensi.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Tekanan Darah, lansia, rendam kaki air hangat, aromaterapi lavender

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Profesi Ners Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

# IMPLEMENTATION OF A COMBINATION INTERVENTION OF WARM WATER FOOT SOAK AND LAVENDER AROMATHERAPY IN ELDERLY WITH HYPERTENSION IN THE WORKING AREA OF KASIHAN II HEALTH CENTER

Satrio Handika<sup>1</sup> Anastasia Suci Sukmawati<sup>2</sup>

[satriohandika686@gmail.com](mailto:satriohandika686@gmail.com)

## ABSTRACT

**Background:** Hypertension is known as a silent killer, becoming a global health problem. Hypertension occurs when systolic blood pressure is > 140 mmHg and diastolic blood pressure is > 90 mmHg. Treatment for hypertension can be carried out using two methods, namely pharmacological and non-pharmacological techniques. One non-pharmacological technique that can be used to lower blood pressure is by administering warm water foot soak therapy and lavender aromatherapy.

**Objective:** To determine the application of a combination intervention of warm water foot soaking and lavender aromatherapy in elderly people with hypertension.

**Method:** Data collection technique using observation - participation where the researcher makes observations and participates in carrying out nursing care actions for 1 patient.

**Results:** The implementation of warm water foot soaking and progressive muscle relaxation interventions was carried out in 6 meetings over 6 days for 20 minutes. The evaluation results obtained after warm water foot soak therapy and lavender aromatherapy carried out 6 times in a row were able to reduce blood pressure in hypertension patients by an average of 7 mmHg in systolic while 3 mmHg in diastolic.

**Conclusion:** non-pharmacological therapy of warm water foot soaking and lavender aromatherapy can reduce systolic and diastolic blood pressure in people with hypertension.

**Keywords:** Hypertension, Blood Pressure, elderly, warm water foot soak, lavender aromatherapy

<sup>1</sup>Studen Of Nursing Professional Study Program, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup>Lecturer in Nursing Professional Study Program, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta