

**PENERAPAN INTERVENSI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN
CAMPURAN GARAM DAN SERAI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN
DARAH PADA KELUARGA TN. W**

Nurul Fiki Wulandari¹, Ferianto², Kezia Diah Purnama Sari³

Email : nurulviky16@gmail.com

INTISARI

Latar belakang : hipertensi merupakan Salah satu penyakit yang memiliki tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi didalam keluarga yang dapat berdampak kepada fisik maupun psikologis penderitanya. Sebagai upaya pengurangan resiko komplikasi hipertensi maka dibutuhkan pengobatan non farmakologi dengan menerapkan rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai untuk menurunkan tekanan darah.

Tujuan penelitian : untuk mengetahui penerapan intervensi “Rendam Kaki air hangat dengan campuran garam dan serai” pada tekanan darah tinggi dengan diagnosa medis hipertensi.

Metode : penelitian ini merupakan rancangan studi kasus pada Tn.W yang mengalami tekanan darah tinggi dengan diagnosa medis hipertensi

Hasil : hasil dari studi kasus menunjukkan adanya penurunan tekanan darah. Intervensi dilakukan 3 hari berturut-turut. Pada hari pertama sebelum dilakukan terapi “Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam dan Serai” Tekanan darah 160/90 mmHg dan sesudah terapi 150/80 mmHg. Hari kedua sebelum terapi 160/90 mmHg sesudah terapi 145/80 mmHg. Hari ketiga sebelum terapi 150/80 mmHg sesudah terapi 140/70 mmHg.

Kesimpulan : penerapan terapi “Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai” pada Tn.W dapat menurunkan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi dengan catatan harus diimbangi dengan mengonsumsi obat anti hipertensi dan kontrol secara rutin.

Kata kunci : Hipertensi, Terapi nonfarmakologi, Rendam kaki air hangat.

¹Mahasiswa Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³Pembimbing Lahan praktik Puskesmas Berbah

IMPLEMENTATION OF WARM WATER FOOT SOAK INTERVENTION WITH A MIXTURE OF SALT AND LEMONGRASS TO LOWER BLOOD PRESSURE IN Tn. W FAMILY

Nurul Fiki Wulandari¹, Ferianto², Kezia Diah Purnama Sari

Email: nurulviky16@gmail.com

ABSTRACT

Background: hypertension is a disease that has a high level of morbidity and mortality in the family which can have an impact on the physical and psychological effects of the sufferer. In an effort to reduce the risk of hypertension complications, non-pharmacological treatment is needed by applying warm water foot soak therapy with a mixture of salt and lemongrass to lower blood pressure.

Objective : to determine the application of the intervention “Soak the feet in warm water with a mixture of salt and lemongrass” on high blood pressure with a medical diagnosis of hypertension.

Method: this research is a case study design on Tn. W who has high blood pressure with a medical diagnosis of hypertension

Results: the results of the case study showed a decrease in blood pressure. The intervention was carried out 3 consecutive days. On the first day before therapy “Soak the feet in warm water with a mixture of salt and lemongrass” blood pressure 160/90 mmHg and after therapy 150/80 mmHg. The second day before therapy 160/90 mmHg after therapy 145/70 mmHg. Third day before therapy 150/80 mmHg after therapy 140/70 mmHg.

Conclusion: application of therapy “Soak the feet in warm water with a mixture of salt and lemongrass” on Tn. W can reduce blood pressure in elderly people with hypertension with a note that it must be balanced by taking antihypertension medication and regular control.

Keywords: Hypertension, non-pharmakologi, soak feet in warm water

¹Student of the Nursing Professional Study Program Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Faculty of Health Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³Practical field supervisor at the Berbah Community Health Center