

**PENERAPAN INTERVENSI KOMBINASI JUS TOMAT DAN RENDAM  
AIR HANGAT DALAM ASUHAN KEPERAWATAN  
PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH  
KERJA PUSKESMAS PANDAK 1**

Erna Fitriani Cahyanti<sup>1</sup>, Dosen<sup>2</sup>

Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad  
Yani Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa  
Yogyakarta(55294), Indonesia

*E-mail :*

---

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Hipertensi merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan tekanan darah di atas batas normal dan menjadi penyebab utama kematian di dunia. Penatalaksanaan hipertensi tidak hanya terbatas pada terapi farmakologi, tetapi juga memerlukan pendekatan nonfarmakologi untuk hasil yang optimal.

**Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas kombinasi terapi jus tomat dan rendam kaki air hangat dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak I.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimen* dengan pendekatan *pretest* dan *posttest* selama 7 hari intervensi. Tekanan darah pasien diukur sebelum dan sesudah terapi untuk mengetahui perubahan yang terjadi.

**Hasil :** Hasil menunjukkan adanya penurunan tekanan darah yang konsisten setelah terapi. Pada hari pertama, tekanan darah turun dari 145/77 mmHg menjadi 138/78 mmHg. Penurunan terus menjadi hingga hari ketujuh dengan hasil 142/87 mmHg menjadi 134/76 mmHg. Pasien juga melaporkan perbaikan gejala seperti pusing dan menunjukkan peningkatan pengetahuan serta kepatuhan terhadap terapi.

**Kesimpulan :** Terapi kombinasi jus tomat dan rendam kaki air hangat efektif dalam menurunkan tekanan darah serta meningkatkan pemahaman dan kepatuhan pasien terhadap pengelolaan hipertensi.

**Kata Kunci : Hipertensi, Jus Tomat, Rendam Kaki Air Hangat**

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Profesi Ners, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Profesi Ners, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**IMPLEMENTATION OF COMBINED TOMATO JUICE AND WARM  
WATER FOOT SOAK INTERVENTION IN NURSING CARE FOR  
PATIENTS WITH HYPERTENSION IN THE WORKING AREA OF  
PANDAK 1 PUBLIC HEALTH CENTER**

Erna Fitriani Cahyanti<sup>1</sup>, Dosen<sup>2</sup>

Study Program of Professional Nursing, Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani  
University Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Gamping, Sleman, Special Region of  
Yogyakarta (55294), Indonesia

*E-mail :*

---

**ABSTRACT**

**Introduction :** Hypertension is a chronic condition characterized by elevated blood pressure and is the leading cause of death worldwide. Management of hypertension involves not only pharmacological therapy but also requires non-pharmacological approaches for optimal outcomes.

**Objective :** To determine the effectiveness of a combination therapy of tomato juice and warm foot soaking in lowering blood pressure among hypertensive patients in the working area of Pandak I Public Health Center.

**Methods :** This study employed a quasi-experimental design with a pretest-posttest approach conducted over seven days of intervention. Blood pressure measurements were taken before and after therapy to assess changes.

**Results :** The results showed a consistent decrease in blood pressure after the therapy. On the first day, blood pressure decreased from 145/77 mmHg to 138/78 mmHg. The reduction continued until the seventh day, from 142/87 mmHg to 134/76 mmHg. Patients also reported improvement in symptoms such as dizziness and showed increased knowledge and adherence to therapy.

**Conclusion :** The combination of tomato juice and warm foot soaking is effective in lowering blood pressure and improving patients' understanding and adherence in managing hypertension.

**Keywords : Hypertension, Tomato Juice, Warm Foot Soak**

---

<sup>1</sup>Nursing Profession Student, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta

<sup>2</sup>Nursing Profession Lecturer, Jenderal Achmad Yani University Yogyakarta