

# **PENERAPAN RENDAM KAKI AIR HANGAT CAMPURAN GARAM SERAI TERHADAP PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN PULISEN**

Reni Saputri, Erika Dewi Noorratri, Ida Nur Imamah

[Renisaputri92@gmail.com](mailto:Renisaputri92@gmail.com)

STIKES ` AISYIYAH SURAKARTA

## **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Hipertensi adalah sebagai salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah yang besar dan serius, karena ptrevalensi penyakit hipertensi yang tinggi dan cenderung meningkat. Hipertensi sering kali tidak menunjukkan gejala sehingga menjadi pembunuh diam-diam (*the silent killer of death*) dan menjadi penyebab utama timbulnya penyakit jantung, stroke dan ginjal. Salah satu terapi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah tinggi adalah dengan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai secara teratur. **Tujuan:** Mendiskripsikan hasil implementasi tekanan darah pada penderita hipertensi dengan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan menerapkan hasil penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya untuk mengetahui sebelum dan sesudah dilakukan rendam kaki dengan menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai dan lembar observasi. **Hasil:** Setelah dilakukan penerapan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai pada kedua responden. Penurunan terjadi dari derajat 2 menjadi pra hipertensi. Tekanan darah Ny.K terjadi penurunan dari tekanan darah 160/100 mmHg menjadi 140/90 mmHg, sedangkan Ny.S dari tekanan darah 160/90 mmHg menjadi 130/90 mmHg. **Kesimpulan:** adanya penurunan tekanan darah setelah penerapan rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai.

**Kata Kunci :** Hipertensi, garam, serai.