

**RENDAM KAKI AIR HANGAT SEBAGAI UPAYA
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI**

Nimas Tri Wahyuningrum, Irma Mustika Sari
nimastri12@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar belakang : Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah mengalami peningkatan secara kronik, tekanan darah yang abnormal atau tinggi di dalam pembuluh darah arteri. Pengobatan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu, terapi secara farmakologi dan non farmakologi. pengobatan hipertensi secara non-farmakologi dapat dilakukan dengan rendam kaki air hangat yang mempunyai manfaat melancarkan peredaran darah. **Tujuan** : Rendam Kaki Air Hangat yang disampaikan melalui luaran video ini bertujuan sebagai media penyampaian informasi kepada masyarakat mengenai rendam kaki air hangat agar mudah di pahami dan diingat, sebagai media edukasi menggunakan audio visual dan media penggerak agar masyarakat memiliki kemauan untuk mempraktikkan rendam kaki air hangat sesuai petunjuk di dalam video. **Kesimpulan** : Video merupakan salah satu media pendidikan kesehatan terhadap rendam kaki air hangat yang dapat digunakan sebagai pengobatan pendamping dalam menurunkan hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, Rendam Kaki Air Hangat, Media Video