

PENERAPAN TEKNIK RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN JAHE MERAH TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH DI KELURAHAN JOYOTAKAN KOTA SURAKARTA

¹ Dewi Tri Haryanti, ² Erika Dewi Noorratri, ³ Nur Haryani

dewith.students@aiska-university.ac.id

Program Studi Ners

^{1,2} Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, ³ RSUD Kartini Karanganyar

ABSTRAK

Latar belakang: Hipertensi merupakan keadaan dimana seseorang memiliki tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, pada pemeriksaan berulang. Tekanan darah diastolik merupakan pengukuran utama yang menjadi dasar penentuan diagnosis hipertensi. Faktor yang memengaruhi kejadian hipertensi diantaranya faktor (umur/usia, jenis kelamin), obesitas dari obat – obatan (steroid, obat penghilang rasa sakit dan karakteristik komorbiditas, faktor lainnya yang dapat mempengaruhi hipertensi adalah olahraga, asupan makanan, merokok, berat badan dan faktor stress. Pengobatan hipertensi terdiri dari terapi farmakologi dan non farmakologi, Terapi non farmakologi merupakan menjalani pola hidup sehat telah banyak terbukti dapat menurunkan tekanan darah dan secara umum sangat menguntungkan dalam menurunkan risiko permasalahan kardiovaskular, penanganan hipertensi yang paling aman dan efektif bersifat alamiah diantaranya terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi, meditasi dan hidroterapi yang meliputi terapi rendam kaki air hangat dengan jahe. **Tujuan:** untuk mengetahui hasil implementasi penerapan teknik rendam kaki air hangat dengan jahe merah pada pasien hipertensi. **Metode:** desain penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus, dilakukan pada 2 responden. **Hasil:** sebelum dilakukan penerapan Teknik rendam kaki air hangat dengan jahe merah mengalami hipertensi derajat 2, setelah dilakukan penerapan selama 2 hari dengan durasi 10 menit terdapat penurunan 10 mmHg. **Kesimpulan:** terdapat pengaruh terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah terhadap penurunan tekanan darah.

Kata Kunci: tekanan darah, rendam kaki air hangat, jahe merah