

PENERAPAN RENDAM KAKI AIR HANGAT JAHE MERAH DALAM UPAYA PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS BOYOLALI II

Mustikasari Dewi¹, Ida Nur Imamah²
mustika33.students@aiska-university.ac.id
Program Studi Diploma III Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi penyakit kronik yang umum terjadi pada lansia dan dapat menimbulkan komplikasi seperti stroke, gagal jantung, dan gagal ginjal. Di wilayah Puskesmas Boyolali II, prevalensi hipertensi tergolong tinggi, sedangkan cakupan pelayanan kesehatan lansia masih rendah. Terapi rendam kaki air hangat dengan jahe merah merupakan metode nonfarmakologis yang sederhana dan murah untuk membantu menurunkan tekanan darah karena memiliki efek vasodilatasi dan senyawa aktif yang merangsang sistem saraf parasimpatis. **Tujuan:** Mendeskripsikan hasil penerapan rendam kaki air hangat dengan jahe merah terhadap tekanan darah pada pasien lansia hipertensi. **Metode:** Studi kasus deskriptif pada dua pasien lansia hipertensi. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut, sekali sehari selama 20 menit pada sore hari. Tekanan darah diukur menggunakan tensimeter digital. **Hasil:** Ny. R menunjukkan penurunan tekanan darah rata-rata 12,3/3,3 mmHg, sedangkan Tn. M menunjukkan penurunan sebesar 9,3/2 mmHg. **Kesimpulan:** Terdapat penurunan tekanan darah pada lansia setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat jahe merah sebagai upaya non farmakologis.

Kata Kunci: *Hipertensi, Jahe Merah, Lansia, Rendam Kaki*