

PENERAPAN RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT DAN AROMATERAPI CENDANA TERHADAP LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI KELURAHAN JOYOTAKAN, SURAKARTA

Putri Selfia Dian Rohmawati¹, Didik Iman Margatot², Muhammad Natsir³
selfiaputri987@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Lansia rentan mengalami hipertensi akibat perubahan fisiologis, seperti penurunan elastisitas pembuluh darah. Penanganan hipertensi tidak selalu bergantung pada obat, sehingga diperlukan terapi nonfarmakologis. Salah satu alternatif yang dapat digunakan adalah rendam kaki air hangat dengan aromaterapi cendana yang memberikan efek relaksasi dan membantu menurunkan tekanan darah. **Tujuan:** Mengetahui hasil perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah penerapan rendam kaki dengan air hangat dan aromaterapi cendana untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan studi kasus yang melibatkan 2 responden. **Hasil:** Penerapan rendam kaki air hangat dengan aromaterapi cendana selama 3 hari menunjukkan penurunan tekanan darah, di mana Ny. T mengalami penurunan dari hipertensi derajat 1 menjadi pra-hipertensi (selisih 22 mmHg sistolik dan 15 mmHg diastolik), sedangkan Ny. N tetap dalam kategori hipertensi derajat 1 dengan penurunan sebesar 10 mmHg sistolik dan 7 mmHg diastolik. **Kesimpulan:** Terapi rendam kaki dengan air hangat dan aromaterapi cendana dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi

Kata Kunci : Hipertensi, lansia, rendam kaki, aromaterapi cendana