

ABSTRAK

Meida Nabilah Saffanah¹, Dian Kartikasari², Muhammad Sulaiman³

Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Dan Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Ruang Jlamprang Rsud Bendan Kota Pekalongan

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global dengan sekitar 1,4 miliar penderita di dunia pada tahun 2024. Di Indonesia, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1%. Tingginya angka kejadian hipertensi memerlukan penatalaksanaan yang efektif, termasuk terapi nonfarmakologis. Kombinasi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender diketahui memberikan efek relaksasi dan membantu menurunkan tekanan darah.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pemberian rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

Metode: Karya ilmiah akhir ini menggunakan metode studi kasus pada satu pasien hipertensi di Ruang Jlamprang RSUD Bendan Kota Pekalongan. Intervensi yang diberikan meliputi penerapan rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender sebagai terapi komplementer dengan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi dilakukan selama tiga hari perawatan.

Hasil: Setelah diberikan intervensi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender selama tiga hari, terjadi penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Simpulan: Penerapan rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender sebagai terapi komplementer dapat membantu menurunkan tekanan darah, meningkatkan relaksasi, memperbaiki kualitas tidur pada pasien hipertensi. Intervensi ini dapat digunakan sebagai terapi pendamping dalam asuhan keperawatan pasien hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Hidroterapi, Aromaterapi Lavender, Tekanan Darah.

ABSTRACT

Meida Nabilah Saffanah¹, Dian Kartikasari², Muhammad Sulaiman³

The Implementation Of Warm Water Foot Soaking And Lavender Aromatherapy To Reduce Blood Pressure In Patients With Hypertension In The Jlamprang Ward Of Bendan Public Hospital, Pekalongan

Introduction: Hypertension is one of the non-communicable diseases that has become a global health problem, affecting approximately 1.4 billion people worldwide in 2024. In Indonesia, the prevalence of hypertension among individuals aged 18 years and above reached 34.1%. The high prevalence of hypertension requires effective management, including non-pharmacological therapy. The combination of warm water foot soaking and lavender aromatherapy is known to provide a relaxing effect and help reduce blood pressure.

Objective: This study aims to determine the effectiveness of warm water foot soaking and lavender aromatherapy in reducing blood pressure in patients with hypertension.

Methods: This scientific work was a case study involving one patient with hypertension in the Jlamprang Ward of Bendan Public Hospital, Pekalongan City. The intervention consisted of warm water foot soaking and lavender aromatherapy as complementary therapy. Blood pressure was measured before and after the intervention over three days of treatment.

Results: After three days of warm water foot soaking and lavender aromatherapy, the patient's blood pressure decreased.

Conclusion: The implementation of warm water foot soaking and lavender aromatherapy as complementary therapy may help reduce blood pressure, promote relaxation, and improve sleep quality in patients with hypertension. This intervention may be used as a complementary therapy in the nursing care of patients with hypertension.

Keywords: *blood pressure, hydrotherapy, hypertension, lavender aromatherapy*