

ABSTRAK

Nurul Aini¹, Dyah Putri Aryati², Edwin Dwi Prayogaswara³

Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Garam Dan Serai Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Cepiring Kendal

Pendahuluan : Hipertensi mempunyai hubungan erat dengan lansia, hal ini terjadi akibat perubahan fisiologis seperti penurunan respons imunitas tubuh, katup jantung menebal dan menjadi kaku, berkurangnya elastisitas pembuluh darah, penurunan kemampuan kontraktilitas jantung, serta kurangnya efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi. Terapi non farmakologis yang dapat diberikan pada lansia dengan hipertensi adalah terapi rendam kaki air hangat ditambah campuran garam dan serai yang bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah, mengurangi edema, mengurangi nyeri otot.

Metode : Jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus yang disusun berdasarkan laporan asuhan keperawatan melalui pendekatan proses keperawatan. Studi kasus ini menggunakan lima tahapan, yaitu mengajukan pertanyaan (PICO), mencari EBN yang berkaitan, penilaian terhadap EBN, menerapkan EBN, evaluasi penerapan EBN. Pengumpulan data diambil dari hasil pemeriksaan fisik, wawancara, SOP rendam kaki air hangat dengan garam dan serai, lembar observasi, sphygmomanometer digital serta sumber literatur internet yang berhubungan. Penerapan terapi rendam kaki dilakukan 1 kali sehari selama 3 hari yang dilakukan selama 20 menit.

Hasil : Tekanan darah sebelum dilakukan terapi rendam kaki air hangat dengan garam dan serai adalah 150/90, setelah dilakukan terapi di hari ke 3 menjadi 118/80. Rata-rata penurunan sistolik 13,33 dan diastolik 2,66 artinya ada penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi.

Simpulan : Penerapan terapi rendam kaki air hangat dengan garam dan serai ini efektif untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Perawat panti dapat menerapkan rendam kaki air hangat dengan garam dan serai.

Kata Kunci : Lansia, hipertensi, rendam kaki air hangat, tekanan darah.