

ABSTRAK

Jihan Salsabila (2021) “Pemberian Rendam Kaki Air Hangat Campuran Jahe terhadap Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Desa Wringinsongo Kecamatan Tumpang Kabupaten Malang”. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi Diploma III Keperawatan Malang, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Pembimbing: Tavip Dwi Wahyuni, S. Kep, Ns, M. Kes. Penguji: Maria Diah Ciptaningtyas, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp.KMB

Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg, berdasarkan dua kali pengukuran atau lebih. Untuk menurunkan hipertensi pada lansia peneliti memberikan terapi rendam kaki air hangat campuran jahe selama 30 menit dilakukan 1x sehari selama 1 minggu. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian rendam kaki air hangat campuran jahe terhadap tekanan darah lansia dengan hipertensi di Desa Wringinsongo. Penelitian ini merupakan penelitian studi kasus dengan responden dua orang lansia, metode yang digunakan adalah metode observasi dan wawancara. Teknik pengambilan data dengan cara observasi menggunakan alat sphygmomanometer dan stetoskop. Analisa data diambil dari hasil pengukuran tekanan darah pada responden yang telah mendapatkan terapi rendam kaki air hangat campuran jahe. Tekanan darah responden setelah dilakukan rendam kaki air hangat campuran jahe mengalami penurunan yaitu pada subjek I mengalami penurunan tekanan darah sistole sekitar 28 mmHg dan diastole sekitar 20 mmHg serta pada subjek II mengalami penurunan tekanan darah sistole sekitar 30 mmHg dan diastole sekitar 20 mmHg. Kesimpulan dari penelitian ini adalah rendam kaki air hangat campuran jahe efektif untuk menurunkan tekanan darah karena terdapat kandungan senyawa gingerol (oleoresin) yang dapat memberikan rasa hangat yang sehingga dapat merangsang pelepasan hormon adrenalin dan memperlebar pembuluh darah sehingga mempercepat dan memperlancar aliran darah. Disarankan kepada penderita hipertensi khususnya pada lansia untuk melakukan rendam kaki air hangat campuran jahe guna menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci: Lansia, Hipertensi, Rendam Kaki, Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Jahe