

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR JAHE MERAH DAN SERAI HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI PUSKESMAS WONOKASIAN SIDOARJO

Mariska Cayanti¹, Dr. Sri Utami², Dwi Adji Norontoko³
mariskacayanti35@gmail.com

Latar Belakang : Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis, namun beberapa penderita menghindari obat antihipertensi karena khawatir akan efek sampingnya. Sebagai alternatif, pemberian terapi rendam kaki dengan air jahe merah dan serai dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experimental* dengan *pretest posttest with control group design*, sampel ini adalah sebagian lansia hipertensi di Puskesmas Wonokasian Sidoarjo. Sampel penelitian sebanyak 78 yang dibagi menjadi 2 kelompok (perlakuan dan kontrol) dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi, sedangkan analisa data menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Man Whithney* $\alpha = 0,05$.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok perlakuan mengalami penurunan tekanan darah setelah diberikan intervensi yakni rata-rata 165,69/93,61 mmHg menjadi 143,61/87,71 mmHg. Berbeda dengan kelompok kontrol yang tidak mengalami penurunan tekanan darah yang berarti.

Kesimpulan : Terdapat pengaruh rendam kaki air jahe merah dan serai terhadap tekanan darah lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonokasian Sidoarjo.

Kata Kunci : Rendam Kaki, Air Jahe Merah dan Serai Hangat, Tekanan Darah, Lansia, Hipertensi

ABSTRACT

EFFECT OF FOOT SOAK THERAPY WITH RED GINGER AND WATER WARM LEMONGRASS ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN THE ELDERLY AT PUSKESMAS WONOKASIAN SIDOARJO

Mariska Cayanti¹, Dr. Sri Utami², Dwi Adji Norontoko³
mariskacayanti35@gmail.com

Background: Hypertension treatment can be done pharmacological and nonpharmacological methods, but some patients avoid antihypertensive drugs because they are worried about the side effects. Alternatively, the administration of foot bath therapy with red ginger and lemongrass water can be used to help lower blood pressure.

Method: This study is a quasi-experimental study with pretest posttest with equivalent control group design, this sample is some of the hypertensive elderly at the Wonokasian Sidoarjo Health Center. The research sample was 78 which were divided into 2 groups (treatment and control) with purposive sampling techniques. Data collection used observation sheets, while data analysis used the Wilcoxon test and Man Whithney test $\alpha = 0.05$.

Results: The results showed that the treatment group experienced a decrease in blood pressure after being given the intervention, which was an average of 165.69/93.61 mmHg to 143.61/87.71 mmHg. In contrast to the control group that did not experience a significant decrease in blood pressure.

Conclusion: There is an effect of soaking feet in red ginger and lemongrass water on the blood pressure of hypertensive elderly in the working area of the Wonokasian Sidoarjo Health Center.

Keywords : Lacem Legs, Red Ginger Water and Warm Lemongrass, Blood Pressure, Elderly, Hypertension