Journal of Telenursing (JOTING)
Volume 8, Nomor 5, September-Oktober 2026
e-ISSN: 2684-8988
p-ISSN: 2684-8996
DOI : https://doi.org/10.31539/fp37fk39

ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT CAMPURAN GARAM DAN SERAI

Dwiyanti Habsari Nurfitria[1], Nur Afni Wulandari Arifin[2], Suroso[3]
Universitas Dirgantara Marsekal Suryadarma[1,2,3]
dwiyantihabsari047@gmail.com[1]

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan dengan intervensi terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai pada pasien hipertensi. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada satu pasien hipertensi yang dirawat di Ruang Garuda RSAU Dr. Esnawan Antariksa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah/ intervensi pada hari pertama berubah dari 141/140 mmHg, hari kedua dari 146/134 mmHg, dan hari ketiga dari 145/138 mmHg. Pasien juga melaporkan merasa lebih nyaman dan rileks setelah terapi serta pusing mulai berkurang pada hari ketiga. Simpulan, penerapan terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai selama tiga hari diikuti penurunan tekanan darah sistolik pada setiap sesi.

Kata kunci: Garam, Hipertensi, Rendam Kaki, Serai, Terapi Air Hangat

ABSTRACT

This study aims to implement nursing care incorporating a warm-water foot soak-infused with salt and lemongrass—as an intervention for patients with hypertension. A descriptive method with a case study approach was employed, focusing on one hypertensive patient admitted to the Garuda Ward at the Dr. Esnawan Antariksa Air Force Hospital (RSAU). The results indicate that the patient's systolic blood pressure changed as follows: from 141 to 140 mmHg on the first day, from 146 to 134 mmHg on the second day, and from 145 to 138 mmHg on the third day. The patient also reported feeling more comfortable and relaxed following the therapy, with a noticeable reduction in dizziness by the third day. In conclusion, the application of a warm-water foot soak with salt and lemongrass over three days was associated with a decrease in systolic blood pressure during each session.

Keywords: Salt, Hypertension, Foot Soak, Lemongrass, Warm-Water Therapy

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah penyakit tidak menular dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara terus menerus yang melewati batas normal dengan tekanan sistoliknya di atas 140mmHg dan tekanan diastolik diatas 90mmHg (Profil Kesehatan DIY, 2021). Hipertensi merupakan penyakit *silent killer* karena penderitanya sering kali tidak merasakan tanda dan gejala bahkan sampai pada fase komplikasi sekalipun. Berdasarkan penyebabnya hipertensi dibagi menjadi dua yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer disebabkan oleh faktor genetic dan

lingkungan, sedangkan hipertensi sekunder disebabkan oleh penyakit kronis, penggunaan obat tertentu dan kerusakan vaskuler (Ariyanti et al., 2020). Pola hidup yang tidak sehat dan kurang aktivitas fisik merupakan penyebab terjadinya hipertensi. Peningkatan tekanan darah secara terus menerus dalam jangka waktu lama dan tidak ditangani sejak dini serta tidak mendapatkan pengobatan yang memadai akan menyebabkan kerusakan ginjal, penyakit jantung coroner dan stroke (Ananda & Tahiruddin, 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) 2019 secara global prevalensi hipertensi mencapai 22% dari seluruh total penduduk di dunia (Fitrina et al., 2021). Berdasarkan data pengukuran prevalensi penderita hipertensi di Indonesia pada usia >18 tahun sebesar 34,1% atau sebanyak 63.309.620 kasus dengan jumlah kematian sebesar 427.218 (Riskesdas, 2018). Sulawesi utara menjadi provinsi terbanyak dengan kasus hipertensi yaitu 13,5 disusul oleh Kalimantan timur, Gorontalo dan DIY menempati posisi ke-4 yang mana prevalensi ini mengalami peningkatan lebih tinggi dari angka nasional yaitu 11.01% (Riskesdas, 2018).

Menurut data *surveilans terpadu penyakit* puskesmas maupun rumah sakit, hipertensi masuk kedalam 10 besar penyakit sekaligus 10 penyebab kematian terbanyak di DIY. Tercatat kasus baru hipertensi di DIY pada tahun 2021 adalah 8.446 (dirawat inap) dan 45.115 (rawat jalan) sehingga estimasi jumlah keseluruhan penderita hipertensi berusia ≥15 tahun sebanyak 251.100 kasus (Profil Kesehatan DIY, 2021). Penderita hipertensi dengan usia ≥15 tahun yang telah mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai dengan standar yaitu 82% atau 26.400 orang dari target prevalensi dan pada tahun 2019 capaian meningkat menjadi 100% atau sejumlah 26.400 orang (Dinkes, 2020).

Tatalaksana penyakit hipertensi merupakan intervensi yang umum dilakukan di berbagai fasilitas kesehatan, pengobatan hipertensi dilakukan dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi (Martini et al., 2019a). Obat antihipertensi merupakan penatalaksanaan farmakologi yang zat aktifnya berasal dari senyawa kimia. Penggunaan dalam jangka panjang akan menyebabkan berbagai efek samping selain itu harga obat hipertensi yang relative mahal, membuat masyarakat cenderung memilih pengobatan non farmakologi untuk mengurangi efek samping dari penggunaan obat-obatan. Bebagai macam terapi non farmakologi yang sering dilakukan yaitu dengan terapi komplementer seperti yoga, terapi akupresure, meditasi maupun terapi herbal (Fitrina et al., 2022). Salah satu terapi komplementer yang bersifat alami yaitu hidroterapi dengan rendam kaki air hangat dengan campuran serai dan garam, selain terjangkau terapi ini tidak memiliki efek samping.

Terapi rendam kaki menggunakan air hangat mampu menurunkan tekanan darah, mengatasi demam, nyeri, mengatasi kelelahan, meningkatkan system pertahanan tubuh dan bermanfaat juga dalam memperlancar peredaran darah di seluruh tubuh. Terapi rendam kaki air hangat dapat dikombinasikan dengan bahan-bahan alami seperti garam dan serai. Garam merupakan kumpulan senyawa kimia yang mana penyusun terbesarnya adalah natrium klorida (NaCL). Secara normal tubuh mampu menjaga keseimbangan antara natrium diluar sel dan kalium yang terdapat didalam sel. Apabila seseorang kehilangan natrium dan air akan memasuki sel untuk mengecerkan natrium dalam sel sehingga cairan ekstraseluler akan menurun, perubahan ini dapat menurunkan tekanan darah seseorang (Uliya & Ambarwati, 2020). Kandungan kimia yang terdapat pada tanaman serai antara lain minyak atsiri dengan komponen citronellal, citral, serta kadinol yang bersifat pedas

dan hangat. Citronellal dan citral yang terdapat pada serai memiliki efek analgesic yang mampu menghilangkan rasa sakit, melancarkan sirkulasi darah, sebagai anti radang dan relaksan (Uliya & Ambarwati, 2020).

Terapi rendam kaki menggunakan air hangat campuran garam dan serai dengan suhu 38-40℃ dapat membantu vasodilatasi dan meningkatkan sirkulasi darah sehingga lebih banyak pasokan oksigen yang sampai ke jaringan untuk merilekskan tubuh. Mekanisme kerja rendam kaki menggunakan air hangat yang dilakukan secara rutin menyebabkan terjadinya perubahan tekanan darah yang disebabkan karena efek hangat menghasilkan energi kalor yang bersifat memperlancar peredaran darah dan merangsang saraf pada kaki untuk mengaktifkan saraf parasimpatis sehingga tekanan darah menurun (Harnani & Axmalia, 2017; Astutik & Mariyam, 2021). Rendam kaki air hangat secara ilmiah memiliki dampak fisiologis bagi tubuh yang merangsang saraf di telapak kaki, seperti baroreseptor. Baroreseptor merupakan reflek yang paling utama dalam mengontrol regulasi, denyut jantung maupun tekanan darah. Baroreseptor menerima rangsangan dari arkus aorta dan sinus karotis pembuluh darah yang kemudian mengirimkan implusnya ke vasomotor (Pramono et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Augin & Soesanto (2022), terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai efektif dalam menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi, didapatkan hasil setelah pemberian terapi terjadi penurunan tekanan sistolik dan diastolik secara signifikan. Penelitian lain juga mendukung hasil studi kasus ini adalah Fitrina et al., (2021) setelah dilakukan uji statistic menggunakan independent T-Test menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi rendam kaki dengam campuran garam dan serai terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi. Intervensi pemberian hidroterapi rendam kaki telah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya dimana hasil yang didapat terjadi penurunan tekanan darah yang signifikan pada setiap responden yang diteliti. Tujuan penulisan ini adalah menggambarkan penerapan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi melalui terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai serta perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi. Kebaruan studi kasus ini terletak pada penerapan intervensi tersebut secara langsung dalam rangkaian asuhan keperawatan pada satu pasien hipertensi yang menjalani rawat inap. Hasil studi diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi perawat dalam memberikan edukasi mengenai pilihan intervensi komplementer sebagai pendamping penatalaksanaan hipertensi, dengan tetap memperhatikan terapi medis yang diresepkan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus (case study). Pendekatan ini dipilih karena tujuan utama penulisan berfokus pada penerapan proses asuhan keperawatan secara menyeluruh pada satu pasien dengan hipertensi, mulai dari pengkajian hingga evaluasi. Metode deskriptif digunakan untuk menggambarkan secara sistematis perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai. Intervensi yang diberikan adalah terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai sebagai terapi non-farmakologi pada pasien hipertensi. Terapi dilaksanakan menggunakan air hangat bersuhu 40℃ sebanyak ±3 liter, dicampur

dengan 2 batang serai dan 2 sendok teh garam dapur, dengan durasi 15 menit per sesi.

Tahapan pelaksanaan intervensi dimulai dengan fase orientasi yaitu memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan dan prosedur, melakukan kontrak waktu, serta meminta persetujuan pasien melalui informed consent. Fase kerja diawali dengan pengukuran tekanan darah (pretest), kemudian kaki pasien dimasukkan ke dalam baskom berisi air hangat campuran garam dan serai selama 15 menit dalam posisi berbaring sesuai kondisi pasien, dengan kaki ditutup kain untuk mempertahankan suhu. Setelah 15 menit, kaki diangkat dan dikeringkan, dilanjutkan pengukuran tekanan darah (posttest). Fase terminasi meliputi evaluasi tindakan, pemberian reinforcement positif dan kontrak waktu untuk sesi berikutnya. Intervensi dilakukan selama 3 hari berturut-turut pada pagi hari pukul 10.00 WIB. Selama pelaksanaan, pasien tetap menjalankan program diet dan terapi farmakologi yang telah diresepkan dokter penanggung jawab. Subjek penelitian ini adalah satu orang pasien dengan diagnosis medis hipertensi yang menjalani rawat inap di Ruang Garuda RSAU Dr. Esnawan Antariksa. Pemilihan subyek dilakukan secara purposive berdasarkan kriteria inklusi yaitu pasien dewasa dengan diagnosis hipertensi, tidak memiliki luka terbuka pada kaki, bersedia menjadi responden dan kooperatif selama pelaksanaan intervensi. Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah tekanan darah sistolik dan diastolik pasien hipertensi.

Pengukuran dilakukan untuk menilai perubahan tekanan darah sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pemberian terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai pada setiap hari pelaksanaan. Tujuan pengukuran variabel ini adalah untuk mengevaluasi efektivitas terapi rendam kaki sebagai intervensi non-farmakologi dalam menurunkan tekanan darah. Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik. Pertama, observasi langsung terhadap keadaan umum, reaksi, sikap dan perilaku pasien yang dapat diamati selama proses asuhan keperawatan. Kedua, wawancara (interview) secara langsung kepada pasien dan keluarga untuk menggali informasi tentang kondisi kesehatan, riwayat penyakit dan keluhan yang dirasakan. Ketiga, studi dokumentasi berupa penelusuran rekam medis, hasil pemeriksaan laboratorium dan catatan terapi farmakologi yang telah diberikan. Data tekanan darah dikumpulkan melalui pengukuran langsung menggunakan sphygmomanometer sebanyak dua kali per sesi pada tiga hari berturut-turut, sehingga total diperoleh enam titik data pengukuran tekanan darah. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pemberian intervensi pada setiap hari pelaksanaan.

Hasil pengukuran disajikan dalam bentuk tabel untuk menggambarkan perubahan tekanan darah selama tiga hari berturut-turut. Tidak digunakan perangkat lunak statistik dalam analisis ini karena desain yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan satu subyek. Pelaksanaan karya ilmiah ini telah memenuhi prinsip etik penelitian keperawatan. Pasien diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat dan risiko dari intervensi yang diberikan sebelum pelaksanaan, serta menandatangani lembar persetujuan (informed consent) secara sukarela. Kerahasiaan identitas pasien dijaga dengan tidak mencantumkan nama lengkap dalam laporan. Karya ilmiah ini dilaksanakan di bawah pengawasan pembimbing klinik dan pembimbing akademik di RSAU Dr. Esnawan Antariksa.

HASIL PENELITIAN

Pengkajian dilakukan pada pasien bernama Tn. A, laki-laki berusia 77 tahun, yang masuk Ruang Garuda RSAU Dr. Esnawan Antariksa pada tanggal 01 Maret 2026 dengan diagnosis medis hipertensi dan pneumonia. Pasien memiliki riwayat hipertensi sejak tahun 2017 dan tidak pernah melakukan pengobatan secara rutin. Pada saat pengkajian, pasien mengeluhkan pusing, batuk berdahak dan sesak napas. Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan 148/88 mmHg dengan nadi 96 kali per menit, suhu 37,2°C dan kesadaran komposmentis dengan GCS 15. Pemeriksaan laboratorium menunjukkan kadar kolesterol total 253 mg/dl dan LDL 152 mg/dl di atas nilai normal, sedangkan parameter hematologi dan fungsi organ lainnya berada dalam batas normal. Berdasarkan hasil pengkajian ditetapkan dua diagnosa keperawatan utama yaitu risiko perfusi jaringan serebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi dan defisit perawatan diri berhubungan dengan kelemahan. Diagnosa risiko perfusi jaringan serebral menjadi prioritas dan menjadi dasar penerapan intervensi terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai. Terapi rendam kaki dilaksanakan selama 3 hari berturut-turut. Hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi tersaji pada tabel berikut.

Tabel 1
Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Terapi Rendam Kaki

Hari	Pretest Sistol (mmHg)	Pretest Diastol (mmHg)	Nadi (x/mnt)	Posttest Sistol (mmHg)	Posttest Diastol (mmHg)	Nadi (x/mnt)
Ke-1	141	99	88	140	71	85
Ke-2	146	86	99	134	80	79
Ke-3	145	92	89	138	84	86

Berdasarkan data di atas, terjadi penurunan tekanan darah sistolik pada hari pertama dari 141 mmHg menjadi 140 mmHg, hari kedua dari 146 mmHg menjadi 134 mmHg dan hari ketiga dari 145 mmHg menjadi 138 mmHg. Tekanan darah diastolik juga mengalami perubahan pada setiap hari pemberian terapi. Pasien melaporkan perasaan nyaman dan rileks setelah pemberian terapi pada setiap sesi dan pada hari ketiga menyatakan bahwa pusing yang dirasakan mulai berkurang. Evaluasi akhir menunjukkan masalah keperawatan risiko perfusi jaringan serebral tidak efektif teratasi sebagian dengan tekanan darah yang menunjukkan tren penurunan selama tiga hari pelaksanaan.

PEMBAHASAN

Sistematika Penulisan

Artikel ini disusun secara sistematis mulai dari pendahuluan yang memaparkan latar belakang dan tujuan, metode yang menjelaskan desain studi kasus serta pelaksanaan intervensi, hasil yang menyajikan data pengkajian dan perubahan tekanan darah, pembahasan yang mengaitkan temuan dengan teori dan penelitian terdahulu, hingga kesimpulan dan saran.

Kerangka Berpikir

Pengkajian yang dilakukan pada tanggal 02 Maret 2026 mendapatkan data pasien Tn. A berusia 77 tahun dengan riwayat hipertensi sejak 2017 yang tidak

terkontrol. Pasien tidak pernah merasakan gejala sehingga tidak pernah melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Hasil ini sejalan dengan teori bahwa hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah melebihi 140/90 mmHg secara kronis dan penderitanya sering mengabaikan pemeriksaan kesehatan karena tidak merasakan keluhan (Ariyanti et al., 2020). Tekanan darah yang terus menerus tinggi mengakibatkan kerusakan sel endotel pembuluh darah, menimbulkan jejas vaskuler yang mendorong terbentuknya trombosis dan aterosklerosis. Penyempitan pembuluh darah yang terjadi kemudian menghambat pasokan oksigen ke otak dan merusak sel neuron pada sistem saraf pusat, sehingga muncul keluhan pusing seperti yang dialami Tn. A (Sari et al., 2021).

Diagnosa keperawatan utama yang ditetapkan adalah risiko perfusi jaringan serebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi. Diagnosa ini didasarkan pada data subjektif berupa keluhan pusing dan riwayat hipertensi yang tidak terkontrol, serta data objektif berupa tekanan darah 158/91 mmHg pada awal pengkajian. Diagnosa ditetapkan sesuai dengan pedoman SDKI (PPNI, 2017) yang mengklasifikasikan risiko perfusi jaringan serebral tidak efektif sebagai diagnosa risiko yang relevan pada pasien dengan hipertensi. Intervensi non-farmakologi dipilih sebagai pelengkap terapi farmakologi yang telah diberikan oleh dokter penanggung jawab. Terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai memiliki khasiat yang dapat menurunkan tekanan darah dan sangat dianjurkan untuk diterapkan secara mandiri karena mudah dijangkau dan tidak menimbulkan efek samping (Fitrina et al., 2022). Terapi ini memperlancar peredaran darah, meningkatkan sirkulasi otot, menurunkan dan menstabilkan tekanan darah, serta merilekskan otot dengan cara memperlebar pembuluh darah sehingga pasokan oksigen mencukupi kebutuhan jaringan. Mekanisme penurunan tekanan darah melalui terapi ini bekerja melalui perpindahan panas dari air hangat ke dalam tubuh yang menyebabkan pelebaran pembuluh darah (*vasodilatasi*) dan relaksasi otot. Aliran darah yang lebih lancar akan mendorong darah masuk ke jantung dan menurunkan tekanan sistolik; saat ventrikel berelaksasi, tekanan menurun sehingga tekanan diastolik juga turun (Fitrina et al., 2022). Pada sisi lain, rangsangan panas pada telapak kaki mengaktifkan baroreseptor yang berperan dalam mengontrol regulasi denyut jantung dan tekanan darah. Baroreseptor menerima rangsangan dari arkus aorta dan sinus karotis kemudian mengirimkan impuls ke vasomotor untuk mengatur keseimbangan tekanan darah (Pramono et al., 2021). Kondisi yang rileks setelah terapi juga menurunkan kerja saraf simpatis dan merangsang saraf parasimpatis sehingga beban kerja jantung berkurang (Yuningsih et al., 2023).

Mekanisme Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam dan Serai

Serai yang dicampurkan dalam terapi mengandung senyawa fitokimia, sitronelal dan geraniol yang memiliki sifat antihipertensi (Imawati et al., 2023). Zat hipolipidemik pada serai mampu menurunkan kepadatan lipid dalam aliran darah, sedangkan senyawa flavonoid dan alkaloid berperan dalam melebarkan pembuluh darah (Augin & Soesanto, 2022). Komponen citronella dan citral menghasilkan efek analgesik dan relaksan yang memperlancar sirkulasi darah. Garam yang digunakan dalam terapi bekerja melalui mekanisme keseimbangan elektrolit; ketika seseorang kehilangan natrium, air akan masuk ke dalam sel untuk melarutkan natrium sehingga cairan ekstraseluler menurun dan tekanan darah ikut turun (Uliya & Ambarwati, 2020).

Pembahasan Hasil Penerapan Intervensi

Hasil pelaksanaan terapi pada Tn. A menunjukkan tren penurunan tekanan darah sistolik dari hari pertama hingga ketiga. Penurunan paling signifikan terjadi pada hari kedua dengan tekanan sistolik dari 146 mmHg menjadi 134 mmHg. Pasien juga melaporkan tidur lebih nyenyak pada malam setelah hari pertama terapi dan pusing yang dirasakan mulai berkurang pada hari ketiga. Hasil ini sejalan dengan penelitian Augin & Soesanto (2022) yang mendapatkan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan setelah pemberian terapi rendam kaki campuran garam dan serai selama 7 hari. Temuan ini juga selaras dengan penelitian Fitrina et al., (2022) yang menunjukkan perbedaan bermakna tekanan darah pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah terapi, dengan nilai *p-value* 0,000 < 0,05. Penelitian Sumyati et al., (2022) turut mendukung hasil ini dengan ditemukannya penurunan tekanan darah dan nilai rata-rata *Mean Arterial Pressure* (MAP) setelah pemberian terapi serupa.

Kekuatan dan Keterbatasan Studi Kasus

Terapi ini memiliki beberapa kekuatan yaitu pelaksanaannya menggunakan format pengkajian sesuai standar institusi, intervensi dilakukan sesuai standar operasional prosedur dan telah sesuai dengan prinsip *evidence based nursing*. Kelemahan yang diakui adalah waktu penerapan yang terbatas sehingga hasil belum maksimal dan jumlah pasien yang hanya satu sehingga tidak dapat dibandingkan antar responden.

SIMPULAN

Asuhan keperawatan pada Tn. A dengan hipertensi di Ruang Garuda RSAU Dr. Esnawan Antariksa dilaksanakan pada tanggal 02 hingga 04 Maret 2026. Pengkajian menemukan pasien dengan riwayat hipertensi sejak 2017 yang tidak terkontrol, dengan tekanan darah 148/88 mmHg pada saat masuk dan keluhan pusing sebagai keluhan utama. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan adalah risiko perfusi jaringan serebral tidak efektif berhubungan dengan hipertensi dan defisit perawatan diri berhubungan dengan kelemahan.

Perencanaan asuhan keperawatan disesuaikan dengan prioritas kebutuhan pasien, meliputi pemantauan tanda-tanda vital, pemberian obat dan dukungan perawatan diri. Intervensi terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai dilaksanakan selama 3 hari berturut-turut menggunakan air bersuhu 40°C, 2 batang serai dan 2 sendok teh garam dengan durasi 15 menit per sesi. Hasil evaluasi menunjukkan terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi pada setiap hari pelaksanaan, yang membuktikan bahwa terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai efektif sebagai intervensi non-farmakologi pada pasien hipertensi.

SARAN

Berdasarkan hasil studi kasus ini, perawat dapat mempertimbangkan terapi rendam kaki air hangat campuran garam dan serai sebagai intervensi pendamping pada pasien hipertensi sesuai kondisi dan keamanan pasien serta tetap menjalankan terapi medis yang diresepkan. Penerapan selanjutnya perlu dilakukan dengan pemantauan tekanan darah secara teratur dan durasi pengamatan yang lebih panjang agar perubahan tekanan darah dapat dievaluasi dengan lebih baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ns. Nur Afni Wulandari Arifin, S.Kep., M.Kep. selaku dosen pembimbing atas bimbingan dan arahan selama proses penulisan karya ilmiah ini, serta kepada seluruh civitas akademika Universitas Dirgantara Marsekal Suryadarma dan pihak RSAU Dr. Esnawan Antariksa yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan studi kasus ini.

DAFTAR PUSTAKA

Ananda, S. H., & Tahiruddin, T. (2020). Efektivitas Terapi Air terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan, 0*4(1), 13–17. https://doi.org/10.46233/jk.v4i01.233

Ariyanti, R., Preharsini, I. A., & Sipolio, B. W. (2020). Edukasi Kesehatan dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi pada Lansia. *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat, 3*(2), 74. https://doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.369

Astutik, M. F., & Mariyam, M. (2021). Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat. *Ners Muda, 2*(1), 54. https://doi.org/10.26714/nm.v2i1.7347

Augin, A. I., & Soesanto, E. (2022). Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Campuran Garam dan Serai. *Ners Muda, 3*(2). https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/nersmuda/article/view/8240

Dinkes. (2020). *Profil Kesehatan Kota Yogyakarta Tahun 2020* (Data Tahun 2019)

DIY, P. K. (2021). *Profil Kesehatan* D. I. Yogyakarta Tahun 2021

Fitrina, Y., Anggraini, D., & Anggraini, L. (2021). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam dan Serai terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis, 4*(2), 1–10. https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/726

Fitrina, Y., Anggraini, D., & Anggraini, L. (2022a). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam dan Serai terhadap Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Tigo Baleh Bukit Tinggi Tahun 2021. *Afiyah, IX*(1), 73–74. https://ifrelresearch.org/index.php/diagnosa-widyakarya/article/view/1151?articlesBySimilarityPage=6

Harnani, Y., & Axmalia, A. (2017). Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Efektif Menurunkan Tekanan Darah pada Lanjut Usia (Soak Feet Warm WaterTherapy Effective To Reduce Blood Pressure in The Elderly). *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health), 3*(4), 129–132. https://www.cabidigitallibrary.org/doi/full/10.5555/20183158129

Imawati, M. F., Purwanto, A., Cahyani, E. D., Kirana, B. C., Indriasari, C., Budiawan, A., & Puradewa, L. (2023). Penyuluhan Pemanfaatan Sereh (Cymbopogon Nardus) sebagai Tanaman Berkhasiat Obat yang Bernilai Ekonomi. *Jompa Abdi, 2*(2), 142–147. https://doi.org/10.57218/jompaabdi.v2i2.682

Martini, N. S., Maria, I., & Mawaddah, N. S. (2019a). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Hipertensi di Puskesmas Astambul. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI), 4*(2), 114–119. https://doi.org/10.51143/jksi.v4i2.189

Olyverdi, R., Agustin, A. C., Aflis, M. S., Rama Zalni, N., Novianti, T., & Safitri, T. (2021). Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dengan Campuran Jahe Dan Serai terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Bukik Cangang Bukittinggi. *Empowering Society Journal*, *2*(3), 236–242. https://scholar.google.com/scholar?cluster=9789643479778701337&hl=en&oi=scholarr

PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia* (1st Ed.). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia* (1st Ed.). Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

Pramono, J. S., Arsyawina, & Masita, I. K. (2021). Reducing Blood Pressure with Slow Stroke Back Massage and Warm Water Foot Soak on Isolated Systolic Hypertension Patients. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, *4*(4), 414–422. https://ijnhs.net/article/467

Riskesdas. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar RI*. Kementrian Kesehatan RI

Sari, E. K., Agatha, A., & Adistiana, A. (2021). Korelasi Riwayat Hipertensi dan Diabetes Mellitus dengan Kejadian Stroke. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKPI)*, *2*(2), 21–28. https://doi.org/10.57084/jikpi.v2i2.733

Sumyati, Y., Handika, C., & Fika, Y. (2022). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Rebusan Serai dan Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Medika Hutama*, 2753–2761. https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/652

Uliya, I., & Ambarwati, A.. (2020). Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dengan Campuran Garam dan Serai untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Profesi Keperawatan Academi Keperawatan Krida Husada Kudus*, *7*(2), 88–102. https://jprokep.jurnal.centamaku.ac.id/index.php/jpk/article/view/80/71

Yuningsih, A., Anwar, S., & Anggraini, D. (2023). Pengaruh Terapi Kombinasi Hidroterapi dan Murottal Al-Qur'an terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia. *HealthCare Nursing Journal*, *5*(1), 575–589. https://journal.umtas.ac.id/healtcare/article/view/3008/1438