

ABSTRAK

Bima Poetra Pratama (2025) *Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Menggunakan Serai Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Umban Sari*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan PoltekNIK Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Dr. Ibnu Rusdi, S.KP., M.Kes. (II) Kustiasih Lestari, SKM, M.Si

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang umum terjadi pada lansia dan menjadi faktor risiko utama penyakit jantung, stroke, serta gangguan ginjal. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2024, Puskesmas Umban Sari menduduki peringkat ke-5 jumlah kasus hipertensi pada lansia dengan total 774 kasus, dan sebanyak 138 kasus tercatat pada periode Desember 2024 hingga Februari 2025. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan terapi rendam kaki air hangat menggunakan serai dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Umban Sari. Desain penelitian ini adalah studi kasus deskriptif yang dilakukan terhadap dua orang lansia berusia 60–74 tahun yang mengalami hipertensi. Intervensi dilakukan selama empat hari berturut-turut, satu kali per hari, masing-masing selama 15 menit. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan tensimeter dan stetoskop. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai tekanan darah sebelum dan sesudah terapi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik setelah diberikan terapi rendam kaki air hangat menggunakan serai. Hal ini menunjukkan bahwa terapi ini dapat menjadi alternatif non-farmakologis yang efektif, aman, dan murah dalam membantu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi, Lansia, Rendam Kaki, Serai, Tekanan Darah

ABSTRACT

Bima Poetra Pratama (2025) *The Application of Warm Water Foot Soaking Using Lemongrass to Lower Blood Pressure in the Elderly with Hypertension in the Working Area of the Umban Sari Health Center*. Scientific Paper Case Study, DIII Nursing Study Program, Ministry of Health, Ministry of Health, Riau. Supervisor (I) Dr. Ibnu Rusdi, S.KP., M.Kes. (II) Kustiasih Lestari, SKM, M.Si

Hypertension is one of the degenerative diseases that commonly occur in the elderly and is the main risk factor for heart disease, stroke, and kidney disorders. Based on data from the Pekanbaru City Health Office in 2024, the Umban Sari Health Center is ranked 5th in the number of hypertension cases in the elderly with a total of 774 cases, and as many as 138 cases were recorded in the period from December 2024 to February 2025. This study aims to describe the application of warm water foot soaking therapy using lemongrass in lowering blood pressure in the elderly with hypertension in the working area of the Umban Sari Health Center. The design of this study is a descriptive case study conducted on two elderly people aged 60–74 years who experience hypertension. The intervention was carried out for four consecutive days, once per day, for 15 minutes each. Blood pressure measurements were taken before and after the intervention using a sphygmomanometer and stethoscope. The data were analyzed descriptively by comparing blood pressure values before and after therapy. The results of the study showed a decrease in blood pressure, both systolic and diastolic, after being given foot soaking therapy in warm water using lemongrass. This suggests that this therapy can be an effective, safe, and inexpensive non-pharmacological alternative in helping to lower blood pressure in the elderly with hypertension.

Keywords: Hypertension, Elderly, Soaking feet in warm water, Lemongrass, Blood pressure