

## ABSTRAK

### STUDI KASUS PERBEDAAN EFEKTIVITAS PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN CAMPURAN GARAM DAN SERAI DENGAN TERAPI RELAKSASI GENGGMAM JARI UNTUK PENDERITA HIPERTENSI

*Dewi Hajar Khansa Amirah<sup>1</sup>, Asep Iskandar<sup>2</sup>*

**Latar Belakang :** Hipertensi merupakan penyakit yang ditandai dengan terjadinya peningkatan pada sistolik dimana hasil pengukuran tekanan darah mencapai lebih dari 140 mmHg dan pada diastolik mencapai lebih dari 90 mmHg. Angka kejadian hipertensi pada lansia mengalami peningkatan sejalan dengan peningkatan kelompok usia. Secara keseluruhan, angka kejadian hipertensi yang diderita oleh lansia di Indonesia adalah sebesar 26,5%. Hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi apabila tidak dikontrol. Tidak ingin mengonsumsi obat dan stres merupakan penyebab tidak terkontrolnya hipertensi pada lansia. Maka dari itu diperlukan terapi alternatif untuk mengontrol tekanan darah pada lansia yaitu dengan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai dan terapi genggam jari.

**Tujuan :** Mengetahui perbedaan pengaruh terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai dan terapi genggam jari dalam mengontrol tekanan darah pada lansia.

**Metode :** Studi kasus dengan menerapkan implementasi sesuai dengan *evidence based practice* pada asuhan keperawatan.

**Hasil :** Setelah diberikan intervensi selama 7 hari diperoleh hasil terdapat penurunan tekanan darah dan stres pada lansia. Keluhan nyeri lutut dan sulit tidur juga sudah berkurang dibandingkan sebelumnya.

**Kesimpulan :** Pemberian intervensi terapi relaksasi genggam jari lebih efektif dalam mengontrol tekanan darah dan stres dibandingkan dengan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai.

**Kata kunci :** Hipertensi, Lansia, Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam dan Serai, Terapi Genggam Jari.

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi Ners, Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

<sup>2</sup>Dosen Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

## ABSTRACT

### CASE STUDY OF THE DIFFERENCES IN EFFECTIVENESS OF RELAXATION THERAPY, WARM FOOT SOAK WITH A MIXTURE OF SALT AND LEMONGRASS AND FINGER RELAXATION THERAPY FOR HYPERTENSION SUFFERERS

*Dewi Hajar Khansa Amirah<sup>1</sup>, Asep Iskandar<sup>2</sup>*

**Background :** Hypertension is a disease characterized by an increase in systolic where the blood pressure measurement results reach more than 140 mmHg and in diastolic reach more than 90 mmHg. The incidence of hypertension in the elderly has increased in line with the increase in age group. Overall, the incidence of hypertension among the elderly in Indonesia is 26.5%. Hypertension can cause various complications if not controlled. Not wanting to take drugs and stress are the causes of uncontrolled hypertension in the elderly. Therefore, an alternative therapy is needed to control blood pressure in the elderly, namely by soaking feet in warm water with a mixture of salt and lemon grass and holding finger therapy.

**Purpose :** Knowing the difference in the effect of warm water foot soak therapy with a mixture of salt and lemongrass and finger grip therapy in controlling blood pressure in the elderly.

**Method :** Case studies by implementing implementation in accordance with evidence based practice in nursing care.

**Result :** After being given the intervention for 7 days, the results showed that there was a decrease in blood pressure and stress in the elderly. Complaints of knee pain and difficulty sleeping have also been reduced compared to before.

**Conclusion :** Providing finger-held relaxation therapy interventions was more effective in controlling blood pressure and stress than warm water foot soak therapy with a mixture of salt and lemon grass.

**Keywords :** Hypertension, Elderly, Warm Water Foot Soak Therapy with a Mixture of Salt and Lemongrass, Finger Holding Therapy.

---

<sup>1</sup>Student of Nursing Study Program, Nursing Department, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University

<sup>2</sup>Lecturer of Nursing Department, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University