PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN CAMPURAN JAHE DALAM ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA DENGAN HIPERTENSI UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI UPTD PPSGL SATPEL GRIYA LANSIA GARUT TAHUN 2026

SYIFA KHAERUNNISA
231FK06037

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif vaskular yang sering dialami oleh lansia dan ditandai dengan peningkatan tekanan darah serta gangguan sirkulasi perifer seperti rasa kebas dan kesemutan di ekstremitas bawah. Gangguan sirkulasi perifer dan hipertensi dapat mengganggu kenyamanan serta aktivitas sehari-hari lansia sehingga diperlukan penatalaksanaan yang tepat, salah satunya melalui terapi nonfarmakologis berupa rendam kaki air hangat dengan campuran jahe. Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan terapi rendam kaki air hangat campuran jahe dalam asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi untuk perbaikan perfusi perifer dan penurunan tekanan darah di UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif deskriptif berupa studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi, serta evaluasi. Pemantauan dilakukan terhadap tanda-tanda vital (tekanan darah) dan keluhan kebas/kesemutan pada ekstremitas. Intervensi yang diberikan berupa terapi rendam kaki air hangat campuran jahe selama tiga hari berturut-turut yang disesuaikan dengan prosedur tindakan keperawatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat campuran jahe dalam asuhan keperawatan terjadi penurunan tekanan darah serta berkurangnya keluhan kebas dan kesemutan pada kedua lansia yaitu responden 1 dari 180/87 mmHg menjadi 130/89 mmHg, dan responden 2 dari 168/94 mmHg menjadi 140/82 mmHg. Selain itu, lansia tampak lebih rileks, akral teraba hangat, *capillary refill time* (CRT) membaik (<2 detik), dan kenyamanan saat beraktivitas meningkat. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa terapi rendam kaki air hangat campuran jahe efektif sebagai terapi nonfarmakologis untuk membantu memperbaiki perfusi perifer dan menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Terapi ini dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan mandiri dalam meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup lansia dengan hipertensi.

Kata kunci: Asuhan keperawatan gerontik, hipertensi, lansia, rendam kaki air hangat campuran jahe

APPLICATION OF WARM WATER FOOT SOAKING THERAPY WITH A MIXTURE OF GINGER IN NURSING CARE FOR ELDERLY PEOPLE WITH HYPERTENSION TO LOWER BLOOD PRESSURE AT UPTD PPSGL SATPEL GRIYA ELNSIA GARUT DISTRICT IN 2026

SYIFA KHAERUNNISA
231FK06037

ABSTRACT

Hypertension is a vascular degenerative disease frequently experienced by the elderly, characterized by elevated blood pressure and peripheral circulatory disorders such as numbness and tingling in the lower extremities. Peripheral circulatory disorders and hypertension can disrupt the comfort and daily activities of elderly residents, necessitating appropriate management, such as non-pharmacological therapy involving warm water foot soaks mixed with ginger. This study aimed to apply warm water foot soak therapy with ginger mixture in nursing care for elderly individuals with hypertension to improve peripheral perfusion and reduce blood pressure at UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia. The research methodology utilized a descriptive qualitative case study design with a nursing care approach comprising assessment, nursing diagnosis, planning, implementation, and evaluation. Monitoring was conducted on vital signs (blood pressure) and reports of numbness and tingling in the extremities. The intervention consisted of warm water foot soaks mixed with ginger administered over three consecutive days in accordance with standardized nursing procedure protocols. The findings demonstrated that following the administration of warm water foot soaks with ginger, there was a reduction in blood pressure and a decrease in numbness and tingling complaints in both elderly respondents (respondent 1 decreased from 180/87 mmHg to 130/89 mmHg, and respondent 2 decreased from 168/94 mmHg to 140/82 mmHg. Additionally, the elderly subjects appeared more relaxed, acral temperatures felt warm, Capillary Refill Time (CRT) improved (< 2 seconds), and overall comfort during daily activities increased. In conclusion, warm water foot soaks mixed with ginger are effective as a non-pharmacological nursing intervention to improve peripheral perfusion and lower blood pressure in elderly patients with hypertension. This therapy can be implemented as an independent nursing intervention to enhance comfort and quality of life among the elderly with hypertention.

Keywords: *Elderly, hypertension, nursing care geriatric, warm ginger foot soak..*