

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KOMBINASI RENDAM SERAI DAN *FOOT MASSAGE THERAPY* UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA RT005 RW01 KELURAHAN ULUJAMI JAKARTA SELATAN

Annisa Nabilla

Abstrak

Lansia atau lanjut usia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Lanjut usia akan menyebabkan seseorang mengalami perubahan fisik, psikologis dan sosial sebagai akibat dari proses penuaan. Perubahan-perubahan ini dapat meliputi penurunan fungsi fisik seperti kekuatan otot, penglihatan dan pendengaran serta penurunan fungsi daya ingat dan kecepatan berpikir. Salah satu perubahan yang dialami lansia adalah peningkatan resistensi vaskular sehingga lansia cenderung rentan mengalami hipertensi. Hipertensi memerlukan penanganan farmakologis dan non-farmakologis. Salah satu penanganan non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah memodifikasi gaya hidup dengan rendam serai dan *foot massage therapy*. Tujuan penelitian ini adalah melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi melalui intervensi kombinasi rendam serai dan *foot massage therapy* di RT005 RW01 Kelurahan Ulujami, Jakarta Selatan. Metode penelitian ini adalah studi kasus melalui asuhan keperawatan keluarga. Intervensi dilakukan 7x rutin selama 20 menit. Berdasarkan evaluasi akhir terdapat penurunan tekanan darah pada klien kelolan rata-rata sistolik 148,29 mmHg menjadi 135,29 mmHg dan rata-rata diastolik 101,86 mmHg menjadi 89,29 mmHg. Pada klien resume penurunan tekanan darah sistolik rata-rata 145 mmHg menjadi 100 mmHg dan diastolik rata-rata dari 132,86 mmHg menjadi 87,14 mmHg. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu kombinasi rendam serai dan *foot massage therapy* dapat menurunkan tekanan darah lansia dengan hipertensi.

Kata Kunci : *Foot Massage*, Hipertensi, Lansia, Rendam Serai

ANALYSIS OF NURSING CARE COMBINATION OF LEGRAM SOAT AND FOOT MASSAGE THERAPY TO REDUCE BLOOD PRESSURE IN ELDERLY RT005 RW01 KELURAHAN ULUJAMI JAKARTA SELATAN

Annisa Nabilla

Abstract

Elderly or elderly is someone who has reached the age of 60 years and over. Elderly will cause a person to experience physical, psychological and social changes as a result of the aging process. These changes can include decreased physical functions such as muscle strength, vision and hearing as well as decreased memory function and speed of thinking. One of the changes experienced by the elderly is an increase in vascular resistance so that the elderly tend to be prone to hypertension. Hypertension requires pharmacological and non-pharmacological treatment. One of the non-pharmacological treatments that can be done is to modify lifestyle by soaking lemongrass and foot massage therapy. The purpose of this study was to provide nursing care for the elderly with hypertension through a combination intervention of soaking lemongrass and foot massage therapy at RT005 RW01, Ulujami Village, South Jakarta. This research method is a case study through family nursing care. The intervention was carried out 7 times routinely for 20 minutes. Based on the final evaluation, there was a decrease in blood pressure in clients managed with an average systolic of 148.29 mmHg to 135.29 mmHg and an average diastolic of 101.86 mmHg to 89.29 mmHg. On resume clients decreased average systolic blood pressure from 145 mmHg to 100 mmHg and average diastolic from 132.86 mmHg to 87.14 mmHg. The conclusion of this study is that a combination of soaking lemongrass and foot massage therapy can reduce blood pressure in elderly people with hypertension.

Keywords: Elderly, Foot Massage, Hypertension, Serai Soak