

PENGARUH RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN GARAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA GOGIK

Nashofa Fahid¹, Sukarno²

Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo^{1,2}

Nashofafahid6917@gmail.com¹, bungkarno.demak@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang :

Penyakit hipertensi merupakan penyakit *Silent Killer*, dan banyak penderita yang baru menyadarinya setelah mengalami komplikasi, seperti stroke untuk otak, penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung dan otot jantung. Rendam kaki air hangat dengan garam merupakan salah satu terapi komplementer yang bisa menurunkan tekanan darah.

Tujuan : Untuk Mengetahui pengaruh rendam kaki air hangat dengan garam terhadap penurunan Tekanan Darah pada penderita hipertensi

Metode : Penelitian Kuantitatif menggunakan pendekatan *Quasy* experiment pre and post test control group . jumlah Sampel 60 Responden 30 sebagai kelompok intervensi dan 30 sebagai kelompok kontrol.

Hasil : Hasil uji statistik didapatkan tekanan darah sistolik dan diastolik untuk kelompok intervensi dan kontrol di peroleh hasil *p-value* sistolik 0,000 (<0,05) dan hasil *p-value* diastolik 0,000 (<0,05) yang artinya H₀ ditolak.

Saran: Diharapkan pihak pengurus desa atau kades, bidan desa dan Perawat dapat mengedukasi masyarakat dalam upaya penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam

Kepustakaan: 28 (2017-2023)