

# PENERAPAN HIDROTERAPI GARAM SERAI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN KELETIHAN

**Kadek Suastini Nadila Furtuna<sup>1</sup>, Agus Ari Pratama<sup>2\*</sup>, Aditha Angga Pratama<sup>3</sup>**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng, Singaraja, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

\*Corresponding Author : ariajuz05@gmail.com

## ABSTRAK

Hipertensi dikenal dengan sebutan *silent killer* atau membunuh secara diam, dikarenakan banyak penderita tidak menunjukkan gejala atau tanda secara khas hingga terjadilah kematian yang tiba-tiba ini terjadi karena adanya komplikasi serius. Pada pasien Hipertensi biasanya sering ditemukan keluhan kepala terasa berat dan keletihan. Untuk mengatasi masalah tersebut diberikan terapi non farmakologis yaitu hidroterapi garam dan serai terapi ini belum banyak yang menerapkannya terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan keletihan. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan Asuhan Keperawatan Komplementer dengan masalah keperawatan utama keletihan pada pasien dengan Penerapan hidroterapi garam dan serai. Pada penelitian ini menggunakan metode rancangan penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan jumlah sampel 3 pasien, yang mengidentifikasi suatu masalah asuhan keperawatan pada pasien hipertensi. Hasil analisis praktek klinik keperawatkan didapatkan setelah dilakukan penerapan hidroterapi garam serai, bahwa dari 3 pasien tersebut ditemukan perbedaan yang signifikan antara sebelum diberikan intervensi hidroterapi garam dan serai dengan sesudah diberikan intervensi hidroterapi garam dan serai, yaitu ada penurunan tekanan darah pada 3 pasien tersebut. Sebelum diberikan intervensi Tn. S, Tn. A, dan Tn. K memiliki tekanan darah (160/90mmHg, 150/90mmHg, 150/90mmHg) dan sesudah diberikan intervensi tekanan darah Tn. S, Tn. A, dan Tn. K, yaitu (130/80mmHg, 120/80mmHg, 110/80mmHg) dari 3 pasien tersebut keluhan tingkat keletihan masing-masing menurun. Maka dapat disimpulkan Penerapan Hidroterapi Garam Serai efektif terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan keletihan.

**Kata kunci** : hidroterapi garam dan serai, hipertensi, keletihan

## ABSTRACT

*Hypertension is known as the silent killer, because many sufferers do not show typical symptoms or signs until sudden death occurs due to serious complications. Hypertension patients often complain of a heavy head and fatigue. To overcome these problems, non-pharmacological therapy is given, namely salt hydrotherapy and lemongrass, this therapy has not been widely applied to reduce blood pressure in hypertensive patients with fatigue nursing problems. This study aims to describe Complementary Nursing Care with the main nursing problem of fatigue in patients with the application of salt and lemongrass hydrotherapy. This study uses a descriptive research design method in the form of a case study with a sample size of 3 patients, which identifies a nursing care problem in hypertensive patients. The results of the analysis of clinical nursing practice found that of the 3 patients there was a significant difference between before being given the intervention of salt and lemongrass hydrotherapy and after being given the intervention of salt and lemongrass hydrotherapy, There was a reduction in blood pressure among the three patients. Before being given the intervention Mr. S, Mr. A, and Mr. K had blood pressure (160/90mmHg, 150/90mmHg, 150/90mmHg) and after the intervention Mr. S, Mr. A, and Mr. K had blood pressure (160/90mmHg, 150/90mmHg, 150/90mmHg). Mr. S, Mr. A, and Mr. K, is (130/80mmHg, 120/80mmHg, 110/80mmHg) of the 3 patients, the complaints of fatigue level decreased respectively. So it can be concluded that Lemongrass Salt Hydrotherapy is effective in reducing blood pressure in hypertensive patients with fatigue nursing problems.*

**Keywords** : fatigue, hypertension, salt and lemongrass hydrotherapy

## PENDAHULUAN

Hipertensi diketahui juga dengan sebutan *silent killer* atau membunuh secara diam, dikarenakan banyak penderita tidak menunjukkan gejala atau tanda secara khas hingga terjadi kematian yang tiba-tiba karena adanya komplikasi serius. Setelah menerima diagnosis hipertensi, individu harus mematuhi program terapi seumur hidup dan mempertahankan gaya hidup sehat agar dapat mengelola kondisi secara efektif dan mencegah potensi masalah (Murwidi dalam Astriani et al., 2023). Pada kelompok penyakit tidak menular (PTM) yang disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler, hipertensi menempati urutan ke-8 di Indonesia. Menurut hasil Riskesdas 2013, prevalensi hipertensi secara nasional adalah 25,8%. Namun, hasil Riskesdas 2018 memperlihatkan peningkatan dari 25,8% menjadi 34,1%. Hal serupa juga terlihat pada penderita hipertensi di Provinsi Bali. Diketahui bahwa persentase penderita hipertensi usia diatas 15 tahun lebih banyak pada wanita dibandingkan pria, pada wanita persentasenya yaitu (50,38%) sedangkan pada pria yaitu (49,62%). Jumlah tersebut merupakan perkiraan target yang digunakan pada Riskesdas tahun 2018 (Dinkes Bali, 2023).

Tekanan darah sistolik dan diastolik merupakan komponen tekanan darah manusia, mencakup kekuatan yang diberikan oleh jantung saat memompa darah ke dinding arteri. Tekanan darah sistolik mengacu pada tekanan yang diberi untuk dinding arteri selama kontraksi jantung. Tekanan darah diastolik mengacu pada tensi yang diukur ketika jantung dalam kondisi relaksasi. Selain diagnosis dan klasifikasi, tekanan darah diastolik dan tekanan darah sistolik memiliki arti yang sama. Hipertensi dapat timbul karena berbagai variabel, termasuk unsur yang tidak bisa diubah seperti keturunan, jenis kelamin, dan usia. Sedangkan faktor yang dapat dimodifikasi antara lain obesitas, diet, hipertensi, tingkat stres, latihan fisik, dan kebiasaan merokok (Chindy dalam Astriani et al., 2023). Ada faktor yang mungkin berkontribusi terhadap hipertensi, termasuk aktivitas fisik yang tidak mencukupi, jenis kelamin, konsumsi berlebihan makanan berlemak, alkohol, kafein, usia lanjut, pilihan gaya hidup, kebiasaan makan dan minum, kecenderungan genetik, dan merokok (Sylvestris, 2017). Proses terbentuknya angiotensin II dari angiotensin I melalui enzim konversi angiotensin I terkait dengan patofisiologi hipertensi. Tahanan perifer total (TPR) dan curah jantung/output jantung (CO) merupakan dua faktor terpenting yang menjadikan tekanan darah berubah (Kadir, 2018).

Pengobatan hipertensi biasanya dibagi menjadi dua kategori diantaranya pengobatan farmakologis (memakai obat atau bahan kimia yang dapat mempengaruhi tekanan darah pasien) dan pengobatan non farmakologis (tidak menggunakan obat-obatan sama sekali). Banyak pengobatan farmakologis untuk mengobati hipertensi, tetapi mempunyai efek samping dengan timbulnya sakit kepala, pusing, lemas, dan mual (Studi dalam Astriani et al., 2023). Disamping dari pengobatan berbasis obat (farmakologi), ada juga pengobatan berbasis non-obat (non farmakologi), seperti mencegah merokok, mengurangi asupan alkohol, menurunkan asupan karbohidrat dan protein, memperbanyak asupan buah dan sayur, menurunkan kadar gula darah, melakukan aktivitas fisik, dan menggunakan pengobatan alternatif seperti hidroterapi (terapi rendam kaki air hangat) (Perry & Potter dalam Sumyati et al., 2022). Hidroterapi (rendam kaki air hangat) ialah terapi komplementer yang bisa dipergunakan dalam menghadapi beberapa hal yang berhasil yang dialakukan sendiri dan alami. Terapi perendaman air panas dapat meningkatkan peredaran, menuruni pembengkakan, menaikan peredaran otot dan menyebabkan reaksi menyeluruh dengan menyebabkan pelebaran pembuluh darah, yaitu perluasan kapiler darah. Merendam kaki dalam air hangat menghasilkan gelombang tekanan lokal yang mengirimkan impuls dari perifer ke hipotalamus (Perry & Potter dalam Sumyati et al., 2022).

Terapi perendaman kaki dalam air bisa ditingkatkan melalui memasukkan unsur alami seperti garam dan serai. Garam adalah molekul kimia yang terutama terdiri dari natrium klorida. Natrium memegang peranan krusial untuk menjaga keseimbangan asam-basa tubuh

dengan mengimbangi bahan kimia pembentuk asam. Selain itu, penting untuk mengirimkan sinyal saraf dan memfasilitasi kontraksi otot (Turdiyanto dalam Sumyati et al., 2022). Minyak yang terdiri dari sitronelal, citral, dan kadinol adalah bahan kimia yang ditemukan pada serai. Rasa dari anggota famili Poaceae ini pedas dan menghangatkan. Serai berguna sebagai anti-inflamasi, meredakan nyeri, dan meningkatkan sirkulasi darah. Selain itu, manfaat lainnya mencakup sakit kepala, memar, nyeri otot, dan sendi (Uliya & Ambarawati, 2020).

Terapi rendam kaki melalui penggunaan air hangat yang mengandung serai dan garam ini mampu membuat peredaran darah menjadi lancar, menurunkan edema, relaksasi otot meningkat, meningkatkan kesehatan jantung, meredakan ketegangan otot, meredakan stres, meredakan nyeri otot, mengurangi rasa nyeri, memperkuat fungsi kapiler, dan memberikan kehangatan ke tubuh. Air hangat memindahkan panas ke tubuh yang menjadikan pembuluh darah melebar dan ketegangan otot menurun (Uliya & Ambarawati, 2020). Terapi ini dilakukan tiga kali seminggu, dengan interval dua hari (Rohmah et al., 2023). Dari penelitian yang dilakukan oleh (Listria & Sutantri, 2023) dijelaskan Penerapan terapi rendam kaki hidroterapi pada air hangat dengan tambahan serai dan garam mengakibatkan nilai tekanan darah menurun. Sebelum terapi pada hari pertama, tekanan darah dicatat 150/100 mmHg. Namun pada hari ketiga sesudah mendapat terapi rendam kaki, tekanan darahnya menurun menjadi 142/92 mmHg. Kemanjuran mandi kaki hidroterapi dengan air hangat yang dicampur serai dan garam telah terbukti untuk menurunkan tekanan darah terhadap lansia penderita hipertensi (Listria & Sutantri, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Yossi Fitrina, Dian Anggraini, dan Liza Anggraini (2022), Hasil penelitiannya, yang dilaksanakan selama tiga hari berturut-turut, membuktikan bahwasanya pre-test sebelum terapi mencapai 157,75 tekanan darah untuk kelompok intervensi dan 155,31 tekanan darah untuk kelompok kontrol. Sebaliknya, tekanan darah terhadap kelompok intervensi adalah 146,38 dan kelompok kontrol adalah 153,63 saat post-test. Analisis bivariat dengan Independent T-Test membuktikan hasil p-value tekanan darah sebanyak 0,00, berada dibawah tingkat signifikansi 0,05 (Yossi Fitrina, 2022). Temuan yang dilaksanakan Uliya & Ambarawati (2020) menunjukkan bahwa p-value yaitu 0,000 dan  $\alpha$  bernilai 0,05. Jika p-value 0,000 lebih kecil 0,05, itu menunjukkan bahwa terapi rendam kaki dengan air hangat yang mengandung campuran garam dan serai memiliki efek pada tekanan darah menurun terhadap penderita hipertensi di Kabupaten Kudus (Uliya & Ambarawati, 2020). Menurut Klaudia (2022) menunjukkan hasil penelitian bahwa rendam kaki air hangat dengan campuran garam dijelaskan bahwa empat responden setelah dilakukan rendam kaki dengan campuran garam mengalami penurunan tekanan darah dengan presentase 100% sehingga hasil menunjukkan ada pengaruh rendam kaki air hangat dengan campuran garam di kelurahan Sendangmulyo (Klaudia Betrix Loke, 2022).

Dari penelitian Zuraidah (2022) ditemukan hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah terselenggaranya pelatihan hipertensi dan pengenalan resiko atau dampak dari penyakit hipertensi. Rata-rata tekanan darah sistolik lansia mengalami penurunan 10-20 mmHg setelah dilakukan rendam air hangat dengan campuran garam dan serai, sehingga rendam air hangat dengan campuran garam dan serai dapat menangani tekanan darah pada lansia (Zuraidah et al., 2023). Berdasarkan uraian yang tertera diatas, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan Asuhan Keperawatan Komplementer terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan utama keletihan pada pasien dengan Penerapan hidroterapi garam dan serai.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu rancangan penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan jumlah sampel 3 pasien, yang dirawat di ruang

Arjuna RS Santhi Mahottama Provinsi Bali dengan mengidentifikasi suatu masalah asuhan keperawatan pada pasien penderita hipertensi. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Cara ukur yang digunakan pada penelitian ini yaitu menggunakan SOP Hidroterapi Garam Serai dan menggunakan *spymomanometer* dan stetoskop serta lembar observasi. Analisis statistik deskriptif dipakai dalam mengelola hasil analisis data ini. Pengerjaan data ini bertujuan untuk memberikan asuhan keperawatan kepada pasien yang mengidap hipertensi serta menerapkan implementasi pada pasien dan mengevaluasi kondisi pasien setiap kali implementasi dilakukan.

## HASIL

Hasil penerapan hidroterapi garam serai setelah ketiga responden diberikan hidroterapi garam serai dapat membantu menurunkan tekanan darah dan tingkat keletihan menurun pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan keletihan. Sebelum menerapkan hidroterapi garam serai ini ketiga responden memiliki masalah keperawatan keletihan dikarenakan mengidap hipertensi. Penilaian tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah diberikan terapi.

**Tabel 1. Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Penerapan Hidroterapi Garam Serai**

Nama	Hari Pertama		Hari Kedua		Hari Ketiga	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
Tn. S	160/90mmHg	150/90mmHg	150/80mmHg	140/80mmHg	150/80mmHg	130/80mmHg
Tn. A	150/90mmHg	140/90mmHg	150/80mmHg	140/80mmHg	140/80mmHg	120/80mmHg
Tn. K	150/90mmHg	140/80mmHg	150/80mmHg	130/90mmHg	140/80mmHg	110/80mmHg

Berdasarkan hasil tabel 1, hasil implementasi penerapan hidroterapi garam serai terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan keletihan yang dilakukan selama 3 hari dengan waktu 15-20menit dari tanggal 16-18 Desember 2024.

Pada hari pertama sebelum diberikan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. S yaitu 160/90mmHg dan setelah diterapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. S yaitu 150/90mmHg. Hari kedua sebelum diberikan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. S yaitu 150/80mmHg dan setelah diterapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. S yaitu 140/80mmHg. Hari ketiga sebelum diberikan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. S yaitu 150/80mmHg dan setelah diterapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. S yaitu 130/80mmHg. Pasien ke-2 Tn. A pada hari pertama sebelum diberikan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. A yaitu 150/90mmHg dan setelah diterapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. A yaitu 140/90mmHg. Hari kedua sebelum diberikan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. A yaitu 150/80mmHg dan setelah diterapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. A yaitu 140/80mmHg. Hari ketiga sebelum diberikan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. A yaitu 140/80mmHg dan setelah diterapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. A yaitu 120/80mmHg.

Pasien ke-3 Tn. K pada hari pertama sebelum diberikan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. K yaitu 150/90mmHg dan setelah diterapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. K yaitu 140/80mmHg. Hari kedua sebelum diberikan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. K yaitu 150/80mmHg dan setelah diterapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. K yaitu 130/90mmHg. Hari ketiga sebelum diberikan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. K yaitu 140/80mmHg dan setelah diterapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. K yaitu 110/80mmHg. Berdasarkan hasil implementasi selama 3 hari menunjukkan bahwa setelah pemberian hidroterapi garam serai pada Tn. S, Tn. A, dan Tn. K didapatkan tekanan darah pada

ketiga pasien tersebut mengalami penurunan tekanan darah dan tingkat keletihan masing-masing pasien menurun.

## PEMBAHASAN

Studi kasus ini melibatkan Tn.S, Tn. A, dan Tn.K dengan hipertensi yang memiliki masalah keperawatan keletihan mengatakan bahwa dirinya tidak mengetahui akan memiliki tekanan darah tinggi, ketiga pasien mengatakan bahwa dirinya tidak meminum obat dan sering kepala terasa berat, pusing dan nyeri, serta ketiga pasien ini mengatakan yang sama bahwa energinya tidak pulih setelah tidur, tidak ada tenaga untuk berkegiatan, mengeluh lemas dan lesu rasa badannya, istirahat lebih meningkat dan tidak bersemangat. Tn.S, Tn.A, dan Tn.K mengatakan bahwa jika keluhan tersebut muncul ketiga pasien ini biasanya hanya tiduran saja untuk mengatasinya. Maka dari itu Tn.S, Tn.A, dan Tn.K diberikan Tindakan keperawatan non-farmakologi sebagai pengobatan pendukung untuk membantu menurunkan tekanan darah, yaitu hidroterapi garam serai. Tekanan darah diukur menggunakan sphygmomanometer saat sebelum diberikan terapi dan sesudah diberikan terapi.

Dari laporan kasus yang didapatkan yaitu bahwa hasil yang diperoleh adalah pengukuran tekanan darah ketika sebelum dan sesudah diberikan penerapan hidroterapi garam serai terdapat penurunan tekanan darah yang signifikan yaitu pada hari pertama tekanan darah pada Tn. S yaitu 160/90mmHg sebelum penerapan hidroterapi dan hari ketiga setelah menerapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. S yaitu 130/80mmHg. Sedangkan responden kedua Tn. A pada hari pertama tekanan darah sebelum menerapkan 150/90mmHg dan hari ketiga setelah menerapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn.A yaitu 120/80mmHg. Sementara responden ketiga Tn. K pada hari pertama tekanan darah sebelum menerapkan 150/90mmHg dan hari ketiga setelah menerapkan hidroterapi garam serai tekanan darah Tn. A yaitu 110/80mmHg. Di hari ketiga Tn. S, Tn. A, dan Tn. K mengatakan energinya sudah pulih dan bertenaga, sudah tidak lemas, sangat senang dan lebih ringan ketika merendam kaki dengan garam dan serai. Kepala sudah tidak terasa berat lagi. Sudah melakukan aktivitas jalan-jalan dan menyapu, dan lebih bersemangat serta bertenaga, istirahat sudah lebih baik. udah tidak merasa bersalah lagi karena sudah mampu melakukan tanggung jawabnya, dan tidak lesu lagi. Sehingga masing-masing dari ketiga responden mengalami tingkat keletihan yang sudah menurun. Hal tersebut menunjukkan bahwa penerapan hidroterapi garam serai terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan keletihan dapat efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Hal ini dikarekanan terapi rendam kaki air hangat dapat meningkatkan sirkulasi, meringankan edema, membuat sirkulasi otot meningkat, dan menimbulkan reaksi sistemik dengan menginduksi vasodilatasi, yaitu pelebaran pembuluh darah. Merendam kaki dalam air hangat menghasilkan gelombang tekanan lokal yang mengirimkan impuls dari perifer ke hipotalamus (Perry & Potter dalam Sumyati et al., 2022). Terapi perendaman kaki dalam air bisa ditingkatkan melalui memasukkan unsur alami seperti garam dan serai. Garam adalah molekul kimia yang terutama terdiri dari natrium klorida. Natrium memegang peranan krusial untuk menjaga keseimbangan asam-basa tubuh dengan mengimbangi bahan kimia pembentuk asam. Selain itu, penting untuk mengirimkan sinyal saraf dan memfasilitasi kontraksi otot (Turdiyanto dalam Sumyati et al., 2022). Minyak yang terdiri dari sitronelal, citral, dan kadinol adalah bahan kimia yang ditemukan pada serai. Rasa dari anggota famili Poaceae ini pedas dan menghangatkan. Serai berguna sebagai anti-inflamasi, meredakan nyeri, dan meningkatkan sirkulasi darah. Selain itu, manfaat lainnya mencakup sakit kepala, memar, nyeri otot, dan sendi (Uliya & Ambarawati, 2020). Oleh karenanya penerapan hidroterapi garam serai ini efektif terhadap penurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan keletihan.

Sesuai dengan temuan Yossi Fitrina (2022), studi ini mempergunakan desain studi *experimental* melalui rancangan studi *pre-post test with control groups*. Hasil studi ini menyatakan selama 3 hari berturut-turut didapatkan hasil pre test sebelum diberikan terapi di peroleh sebelum diberikan tindakan tersi *groups* intervensi yakni 157,75 serta tensi *groups control* yaitu 155,31. Pada saat setelah diberikan tindakan kelompok intervensi mempunyai tekanan darah sebesar 146,38, sedangkan kelompok kontrol mempunyai tekanan darah sebesar 153,63. Analisis bivariat yang dilakukan terhadap uji tersebut menghasilkan Independent T-Test khususnya nilai p-value tekanan darah yang diperoleh sebesar 0,00 atau  $<0,05$ . Karenanya menyimpulkan pengobatan rendam kaki air hangat melalui penggunaan garam serai mempunyai dampak bagi tekanan darah pada lansia penderita hipertensi (Yossi Fitrina, 2022).

Temuan yang dilaksanakan Uliya & Ambarawati (2020) menunjukkan bahwa p-value yaitu 0,000 dan  $\alpha$  bernilai 0,05. Jika p-value 0,000 lebih kecil 0,05, itu menunjukkan bahwa terapi rendam kaki dengan air hangat yang mengandung campuran garam dan serai memiliki efek pada tekanan darah menurun terhadap penderita hipertensi di Kabupaten Kudus (Uliya & Ambarawati, 2020). Adapun temuan Dilianti,. dkk (2019) dimana studi ini mempergunakan desain studi *Quasi Experimental* melalui rancangan *Nonequivalent control group*. Mengatakan Temuan penelitian mengungkapkan bahwa sebelum menerima intervensi, 70,0% peserta lanjut usia menunjukkan hipertensi derajat II. Namun, setelah menerima intervensi, 50,0% peserta senior memiliki tekanan darah normal. Output uji analisa *Independent T-Test* p-value yang diperoleh adalah 0,000, lebih kecil dari 0,05, karenanya memberikan terapi merendam kaki dengan air hangat ampuh untuk menurunkan tensi terhadap lanjut usia pengidap tensi tinggi di Panti Wreda Al-Islah Malang (Dilianti et al., 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Yunanda Tomayahu, dkk (2023) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian rendaman kaki air hangat dengan campuran garam terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi dan terdapat perbedaan yang signifikan yaitu *p-value*  $<0,05$  yaitu berarti ada perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah pada kelompok intervensi dan control (Tomayahu et al., 2023). Menurut Rina, dkk (2023) menunjukkan hasil bahwa terdapat efektivitas terapi rendam kaki dengan air hangat dan serai terhadap tekanan darah ibu hamil yang menderita hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Kintap dengan *p-value* 0,026, sehingga terapi rendam kaki dengan air hangat dan serai lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah pada ibu hamil yang menderita hipertensi daripada terapi rendam kaki dengan air hangat saja (Rina et al., 2023).

Sejalan dengan penelitian Alifia&Edy (2022) menyatakan bahwa setelah diberikan terapi terdapat penurunan tekanan darah pada kedua responden dengan nilai rata-rata penurunan nilai sistole 7,28 dan nilai diastole 12,48. Menerapan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi (Augin & Soesanto, 2022). Menurut Klaudia (2022) menunjukkan hasil penelitian bahwa rendam kaki air hangat dengan campuran garam dijelaskan bahwa empat responden setelah dilakukan rendam kaki dengan campuran garam mengalami penurunan tekanan darah dengan presentase 100% sehingga hasil menunjukkan ada pengaruh rendam kaki air hangat dengan campuran garam di kelurahan Sendangmulyo (Klaudia Betrix Loke, 2022).

Dari penelitian Zuraidah (2022) ditemukan hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah terselenggaranya pelatihan hipertensi dan pengenalan resiko atau dampak dari penyakit hipertensi. Rata-rata tekanan darah sistolik lansia mengalami penurunan 10-20 mmHg setelah dilakukan rendam air hangat dengan campuran garam dan serai, sehingga rendam air hangat dengan campuran garam dan serai dapat menangani tekanan darah pada lansia (Zuraidah et al., 2023). Hal ini menandakan bahwa tekanan darah yang dialami oleh penderita hipertensi dapat menurun. Penerapan intervensi hidroterapi garam dan serai dibuktikan bahwa dapat membantu untuk menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi dan mengatasi keletihan pada pasien.

## KESIMPULAN

Dari analisis ini didapatkan bahwa penerapan intervensi hidroterapi garam dan sereh dapat mengurangi tekanan darah untuk pasien tekanan darah tinggi dengan masalah keperawatan keletihan. Terapi tersebut diberikan pada ketiga pasien di Ruang Arjuna RS Manah Shanti Mahottama Provinsi Bali, yaitu respon klien 1 Tn. S setelah dilakukan terapi selama 3 hari dari tanggal 16-18 Desember 2024 hasilnya yaitu mengalami penurunan tekanan darah dan tingkat keletihan menurun. Dari yang awalnya TD : 160/90mmHg di hari pertama menjadi TD : 130/80mmHg pada hari ketiga.

Respon klien 2 Tn. A setelah dilakukan terapi selama 3 hari dari tanggal 16-18 Desember 2024 hasilnya yaitu mengalami penurunan tekanan darah dan Tingkat keletihan menurun. Dari yang awalnya TD : 150/90mmHg di hari pertama menjadi TD : 120/80mmHg di hari ketiga. Pada respon klien 3 Tn. K setelah dilakukan terapi selama 3 hari dari tanggal 16-18 Desember 2024 hasilnya yaitu mengalami penurunan tekanan darah dan Tingkat keletihan menurun. Dari yang awalnya TD : 150/90mmHg di hari pertama menjadi TD : 110/80mmHg pada hari ketiga. Dari ketiga data responden tersebut dapat disimpulkan bahwa penerapan intervensi hidroterapi garam dan sereh dapat mengurangi tensi pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan keletihan di RS Manah Santhi Mahottama Provinsi Bali.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan rasa terimakasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, inspirasi, dan bantuan sehingga penelitian ini dapat selesai dengan baik. Ucapan terimakasih tidak lupa peneliti sampaikan kepada semua pihak yang telah berkontribusi sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astriani, N. M. D. Y., Agus Ariana, P., & Yasa, K. S. (2023). Pengaruh terapi akupresur totok punggung terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Bandarharjo Semarang. *Prosiding Seminar Nasional Mahasiswa Unimus*, 2(Maret), 1–3.
- Augin, A. I., & Soesanto, E. (2022). Penurunan tekanan darah pasien hipertensi menggunakan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai. *Ners Muda*, 3(2). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8240>
- Dilianti, I. E., Candrawati, E., & Adi, W. R. C. (2019). Efektivitas Hidroterapi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Panti Wreda Al-Islah Malang. *Nursing News*, 2(3), 193–206. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/579>
- Dinkes Bali. (2023). Profil Kesehatan 2022 Bali. *Dinas Kesehatan Provinsi Bali*.
- Kadir, A. (2018). Hubungan Patofisiologi Hipertensi dan Hipertensi Renal. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 5(1), 15. <https://doi.org/10.30742/jikw.v5i1.2>
- Klaudia Betrix Loke. (2022). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah PAD Pasien Hipertensi Tingkat I Di Sendangmulyo. 1–23.
- Listria, I., & Sutantri, S. (2023). Studi Kasus: Penerapan Intervensi Hidroterapi (Rendam Kaki Air Hangat Serai dan Garam) dan Relaksasi Murotal Al-Quran pada Lansia dengan Hipertensi. *COMSERVA : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(12), 3231–3238. <https://doi.org/10.59141/comserva.v2i12.830>
- Rina, Kabuhung, E. I., & Mariana, F. (2023). Efektivitas Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat dan Serai Terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kintap. 1(6), 293–299.

- Rohmah, M., Wahyuningsih, T., & Kurtusi, A. (2023). Pengaruh Hydroterapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *12(1), 1–23.* <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i1.224>
- Sumyati, Y., Handika, C., Fika, Y., Keperawatan, F., Kencana, U. B., Author, C., Sumyati, Y., Keperawatan, F., & Kencana, U. B. (2022). Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Hipertensi Adalah Suatu Keadaan Dimana Tekanan Darah Melewati Batas Normal Dengan Bekerja Lebih Keras Dari Biasanya Yang Dapat Data World Health Organization ( Who ) Tahun 2019 Mengestimasikan Saa. *2753–2761.*
- Sylvestris, A. (2017). Hipertensi Dan Retinopati Hipertensi. *Saintika Medika, 10(1), 1.* <https://doi.org/10.22219/sm.v10i1.4142>
- Tomayahu, Y., Febriyona, R., & Aina Sudirman, N. A. (2023). Pengaruh Rendaman Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderitahipertensi Di Desa Dunggala, Kecamatan Batudaa. *3(1).*
- Uliya, I., & Ambarawati. (2020). Jurnal Profesi Keperawatan Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Jurnal Profesi Keperawatan Akademi Keperawatan Krida Husada Kudus Pendahuluan 140 mmHg atau tekan. *Jurnal Profesi Keperawatan, 7(2), 88–102.*
- Yossi Fitrina, D. A. D. L. A. (2022). Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi STIKes Yarsi Sumatera Barat Bukittinggi , Indonesia Abstrak. *IX(1).*
- Zuraidah, Aprilyadi, N., Elviani, Y., & Ridawati, I. D. (2023). IBM Pelatihan Penanganan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam dan Serai di Desa Ketuan Jaya Kec . Muara Beliti ,. *2(4), 61–66.*