

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN HIPERTENSI MELALUI PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN KONSUMSI TEH ROSELLA TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH

Frida Rita Ananda

E-mail : ritafrida7@gmail.com

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit dengan tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi dalam unit keluarga. Penatalaksanaan non-farmakologis menggunakan terapi rendam kaki air hangat dan konsumsi teh rosella merupakan alternatif yang efektif, mudah, dan murah untuk membantu menurunkan tekanan darah. Air hangat bekerja melalui perpindahan panas secara konduksi yang merangsang vasodilatasi pembuluh darah perifer. Sementara itu, bunga rosella mengandung senyawa flavonoid dan antosianin yang berperan sebagai antioksidan serta membantu melebarkan pembuluh darah secara alami.

Tujuan: Melakukan pengkajian keperawatan keluarga, merumuskan diagnosa keperawatan, merumuskan intervensi keperawatan, melakukan implementasi keperawatan, melakukan evaluasi keperawatan dan melakukan pendokumentasian keperawatan keluarga.

Metode: Metode yang digunakan adalah studi kasus pada Ny.Y dengan masalah hipertensi.

Hasil: Setelah dilakukan tindakan keperawatan dengan diagnosa keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif selama enam hari berturut-turut dapat dilihat bahwa terjadi penurunan tekanan darah sesudah diberikan rendam kaki dengan air hangat dan konsumsi teh rosella. Sedangkan untuk diagnosa defisit pengetahuan tentang hipertensi, menunjukkan peningkatan pengetahuan yang ditandai dengan mampu menjelaskan kembali tentang hipertensi menerapkan diet hipertensi, sehingga evaluasi hasil terpenuhi.

Kesimpulan: Terapi rendam kaki air hangat dan konsumsi teh rosella dapat digunakan dalam menurunkan tekanan darah dan dapat dijadikan sebagai *evidence based practice* (EBP) dalam asuhan keperawatan keluarga.

Kata Kunci: Hipertensi, Asuhan Keperawatan Keluarga, Terapi rendam kaki air hangat, teh rosella.

ABSTRACT

FAMILY NURSING CARE FOR HYPERTENSION THROUGH THE APPLICATION OF WARM FOOT SOAK THERAPY AND ROSSELLA TEA CONSUMPTION ON BLOOD PRESSURE REDUCTION

Frida Rita Ananda

E-mail : ritafrida7@gmail.com

Background: Hypertension is one of the diseases with a high level of morbidity and mortality within the family unit. Non-pharmacological management using warm foot baths and roselle tea consumption is an effective, easy, and inexpensive alternative to help lower blood pressure. Warm water works through the conduction of heat, stimulating vasodilation of peripheral blood vessels. Meanwhile, roselle flowers contain flavonoid and anthocyanin compounds that act as antioxidants and help naturally dilate blood vessels.

Objective: Conduct a family nursing assessment, formulate nursing diagnoses, formulate nursing interventions, implement nursing care, evaluate nursing care, and document family nursing care.

Method: The method used is a case study on Mrs. Y with hypertension issues.

Results: After nursing actions were taken with the nursing diagnosis of ineffective cerebral perfusion risk for six consecutive days, it was observed that there was a decrease in blood pressure after foot soaking with warm water and consumption of rosella tea. Meanwhile, for the diagnosis of knowledge deficit about hypertension, there was an increase in knowledge indicated by the ability to explain hypertension and apply a hypertension diet, thus meeting the evaluation results.

Conclusion: Soaking feet in warm water and consuming rosella tea can be used to lower blood pressure and can be considered an evidence-based practice (EBP) in family nursing care.

Keywords: hypertension, family nursing care, warm foot soak therapy, and roselle tea.