

ABSTRAK

Penerapan Rendam Air Hangat Jahe Dalam Menurunkan Nyeri Kepala Dan Tekanan Darah Pada Ny. L Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar

Dessy Angraini Rauf¹, Akbar Asfar², Andi Mappanganro³, ^KRahmawati Ramli⁴

¹ Mahasiswa Profesi Ners, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia Makassar

^{2,3,4} Dosen Departemen *Community and Home Care*, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia Makassar

Hipertensi merupakan salah satu penyakit *silent kiler* yang sering terjadi. Hipertensi yang tidak terkontrol menyebabkan komplikasi makrovaskuler seperti kerusakan pada otak, sistem kardiovaskuler dan gagal ginjal, sedangkan secara mikroskopis dapat menyebabkan kerusakan pembuluh darah retina yang mengakibatkan gangguan penglihatan (Taufik Nurrahman, 2022). Hipertensi merupakan keadaan dimana seseorang memiliki tekanan darah sistolik >140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik > 90 mmHg pada pemeriksaan berulang (Haryanti et al., 2024). Tujuan penelitian memberikan terapi Rendam Air Hangat Jahe dalam menurunkan nyeri kepala dan tekanan darah pada Ny. L di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar. Intervensi ini menggunakan jahe yang telah direbus menggunakan air hangat dan rendam kedua kaki selama 10-15 menit. Hasil penelitian pada hari pertama sebelum dilakukan terapi TD : 180/100 mmHg dan skala nyeri 4 setelah diberikan terapi TD : 170/90 mmHg dan skala nyeri 3. Pada hari kedua sebelum dilakukan terapi TD : 171/94 mmHg dan skala nyeri 3 setelah diberikan terapi TD : 166/96 mmHg dan skala nyeri 2. Pada hari ketiga sebelum dilakukan terapi TD : 166/93 mmHg dan skala nyeri 2 setelah diberikan terapi TD : 157/89 mmHg dan skala nyeri 1. Setelah dilakukan pemberian terapi rendam air hangat jahe selama 3 hari, terdapat penurunan tekanan darah dan keluhan nyeri kepala pada Ny. L berkurang. Oleh karena itu, pemberian terapi ini menjadi salah satu pengobatan teknik non farmakologis yang dapat diberikan kepada penderita hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi; Nyeri Kepala; Rendam Air Hangat Jahe