INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research
Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 9039-9052
E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246
Website: https://j-innovative.org/index.php/Innovative

Efektifitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Pemberian Jus Tomat Pada Ibu Hamil dengan Hipertensi di PMB H Kabupaten Cianjur Tahun 2023

Habibah[1✉], Ernita Prima Noviyani[2], Shinta Mona Lisca[3]
Universitas Indonesia Maju Jakarta
Email: habibahabie97@gmail.com[1✉]

Abstrak

Hipertensi kehamilan adalah salah satu penyebab kesakitan dan kematian diseluruh dunia baik bagi ibu maupun janin. Angka Kejadian Hipertensi pada kehamilan di Jawa Barat, berdasarkan laporan sebanyak 295 per 100.000 diantara penyebabnya yaitu Hipertensi dalam kehamilan (12 kasus). Tujuan untuk mengetahui efektivitas terapi rendam kaki air hangat dan pemberian jus tomat pada ibu hamil dengan hipertensi di PMB H Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pada penelitian ini sampel sebanyak 2 orang dimana 1 sampel menggunakan intervensi Rendam kaki air hangat dan 1 sampel dengan jus tomat. Penelitian dilakukan di PMB H dan dilakukan pada bulan Desember - Januari Tahun 2024. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan intervensi terapi rendam kaki air hangat berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah ibu dan pada intervensi pemberian jus tomat berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada ibu. Didapatkan perbedaan pengaruh pemberian intervensi terapi rendam kaki air hangat dan pemberian jus tomat pada ibu hamil dengan hipertensi ringan, dimana pemberian jus tomat lebih memiliki pengaruh yang signifikasi terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil.. Diharapkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan sebagai terapi non farmakologi dalam mengatasi klien yang mengalami hipertensi dan adanya pengaruh rendam kaki air hangat dan jus tomat terhadap penurunan hipertensi pada ibu hamil di PMB H Tahun 2023.

Kata Kunci: *Ibu Hamil, Rendam Kaki, Jus Tomat*

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

Abstract

Pregnancy hypertension is one of the causes of morbidity and death throughout the world for both mother and fetus. The incidence rate of hypertension in pregnancy in West Java, based on reports, is 295 per 100,000, of which the cause is hypertension in pregnancy (12 cases). The aim is to determine the effectiveness of warm water foot soak therapy and giving tomato juice to pregnant women with hypertension in PMB H 2023. This research uses qualitative methods with a case study approach. In this study, the sample consisted of 2 people, where 1 sample used the warm water foot soak intervention and 1 sample used tomato juice. The research was conducted at PMB H and carried out in December - January 2024. Based on the research results, it was found that the warm water foot soak therapy intervention had an effect on reducing maternal blood pressure and the intervention of giving tomato juice had an effect on reducing blood pressure in mothers. It was found that there was a difference in the effect of providing warm water foot soak therapy interventions and giving tomato juice to pregnant women with mild hypertension, where giving tomato juice had a more significant effect on reducing blood pressure in pregnant women. It is hoped that the results of this case study can be used as a non-pharmacological therapy. in dealing with clients who experience hypertension and the effect of warm water foot soaks and tomato juice on reducing hypertension in pregnant women in PMB H 2023.
Keywords: *Pregnant Women, Soak Feet, Tomato Juice*

PENDAHULUAN

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan keadaan ketika terjadi kenaikan tekanan darah yaitu diatas 140 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 90 mmHg untuk tekanan darah diastolik. Tekanan darah sistolik merupakan tekanan darah yang terukur oleh alat tensimeter ketika jantung menguncup sehingga mencapai angka tertinggi, sementara tekanan darah diastolik merupakan tekanan darah yang terukur saat jantung mengembang sehingga angkanya terendah (Nugroho, Y. W., & Handono, 2023)

Hipertensi pada ibu hamil dapat dibagi menjadi empat kelompok, yaitu hipertensi gestational, hipertensi kronis pada kehamilan, pre eklampsia-eklampsia, hipertensi kronis disertai pre-eklampsia (Roberts et al., 2019 dalam Alatas, 2020). Ibu hamil dengan tekanan darah diatas normal jika tidak terkontrol dengan baik dapat menyebabkan hipertensi sehingga akan menimbulkan beberapa komplikasi yang membahayakan ibu maupun janinnya bahkan juga dapat menyebabkan kematian.

Menurut data *World Health Organization* (WHO) hipertensi kehamilan adalah salah satu penyebab kesakitan dan kematian diseluruh dunia baik bagi ibu maupun janin. Secara global 80% kematian ibu hamil yang tergolong dalam penyebab kematian ibu secara langsung, yaitu disebabkan karena terjadinya pendarahan (25%) biasanya pendarahan

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

pasca persalinan, hipertensi pada ibu hamil (12%), partus macet (8%), aborsi (13%) dan karena sebab lainnya (7%) (Arikah, 2020). Laporan kesehatan dunia WHO tahun 2018 menyatakan bahwa ada sekitar 287.000 kematian ibu pada tahun 2017 yang terdiri atas Amerika Serikat angka kejadian kehamilan dengan hipertensi mencapai 6- 10 %, dimana terdapat 4 juta wanita hamil dan diperkirakan 240.000 disertai hipertensi setiap tahun, Afrika Sub-Sahara (56%) dan Asia Selatan (29%) atau sekitar (85%) kematian ibu terjadi di negara berkembang. Sedangkan di negara-negara Asia Tenggara yaitu 150 ibu per 100.000 kelahiran hidup (Arikah, 2020). Kejadian hipertensi ibu hamil menurut *World Health Organization* (WHO) menempati peringkat kedua penyebab kesakitan dan kematian ibu di seluruh dunia sebesar 12% (Surianti dkk, 2021). Kondisi ibu hamil yang terkena hipertensi yaitu ketika mengalami peningkatan tekanan darah sistolik atau diastolik yang lebih besar dari 140/90 mmHg (Sulistiawati, 2022).

Data Kemenkes (2019) dalam penelitian di Negara berkembang seperti Indonesia prevalensi hipertensi pada ibu hamil di Indonesia dan berbagai faktor yang berhubungan desain penelitian berasal dari 440 kabupaten dan 34 provinsi di Indonesia diambil secara jumlah responden sebanyak 8341 orang. Ditemukan ibu hamil dengan hipertensi12,7%. (Marlin, D., & Umina, 2022)

Menurut laporan Dinas Kesehatan AKI di Jawa Barat tahun 2018 yaitu 700 kasus. Penyebab terbanyak kematian ibu di Jawa barat adalah Hipertensi Dalam Kehamilan (HDK) sebanyak 29 %, perdarahan yang diakibat oleh atonia uteri, retensio plasenta, sisa plasenta dan laserasi jalan lahir 26 % kasus dan infeksi 5 % kasus, gangguan darah 17 % kasus, gangguan metabolik 1 % kasus dan lain-lain 20 % kasus dan pada tahun 2020 Angka Kejadian Hipertensi pada kehamilan di Jawa Barat, berdasarkan laporan sebanyak 295 per 100.000 diantara penyebabnya yaitu perdarahan (41,7%), diikuti oleh emboli paru (1 kasus), suspek syok kardiogenik (2 kasus), eklampsia (4 kasus), hipertensi dalam kehamilan (12 kasus) dan lainnya

Salah satu penyebab kematian ibu hamil yaitu HDK. Banyak faktor yang dapat menimbulkan terjadinya hipertensi, berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan ditemukan faktor-faktornya yaitu usia ibu, dimana pada ibu hamil dengan usia 35 tahun akan lebih rentan mengalami hipertensi dalam kehamilannya dikarenakan pada ibu hamil dengan usia 30 tahun maka tekanan darah akan meningkat seiring dengan pertambahan usia yang terjadi. Faktor selanjutnya yaitu jumlah kehamilan, dimana pada ibu yang baru pertama kali mengalami kehamilan atau primigravida maka akan rentan terjadi HDK karena ibu baru pertama kali terpapar dengan vilus korion maka akan terbentuk blocking antibody

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

yang dapat menyebabkan HDK. Selanjutnya ada juga faktor riwayat hipertensi pada ibu hamil, dimana pada ibu hamil yang mempunyai riwayat hipertensi maka dapat pula terjadi HDK karena terjadi peningkatan kadar natrium intraseluler dan rendahnya rasio antara kalium terhadap natrium. Dan yang terakhir yaitu faktor status gizi yang tinggi, dimana pada ibu hamil dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) yang tinggi juga rentan terjadi HDK karena terjadi peningkatan volume plasma dan curah jantung pada ibu hamil dengan IMT yang tinggi sehingga dapat meningkatkan tekanan darah.

Dampak Hipertensi secara fisik dapat dilihat dengan adanya penyumbatan arteri koroner dan infark, hipertrofi ventrikel kiri, gagal jantung, memicu gangguan serebrovaskuler dan arteriosklerosis koroner, serta menjadi penyebab utama kematian. Dampak secara psikologis pada penderita hiertensi diantaranya pasien merasa hidupnya tidak berarti akibat kelemahan dan proses penyakit hipertensi yang merupakan long life disease (Seftiani et al., 2019)

Pencegahan morbiditas dan mortalitas pada HDK dapat dilakukan dengan menjaga tekanan darah dibawah 140/90 mmHg. Intervensi yang dapat dilakukan terbagi menjadi 2 jenis yaitu intervensi secara farmakologis dan non-farmakologis. Terapi obat-obatan anti hipertensi memiliki efek samping yang berbahaya dikarenakan obat tersebut dapat melewati sawar placenta sehingga mengganggu sirkulasi darah pada janin. Hal tersebut tentu dapat menimbulkan kedawatgaruratan janin Maka dari itu, diperlukan alternatif pengelolaan yang tepat dalam menjaga tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi agar berada pada rentang stabil, yaitu melalui terapi non-farmakologi. Intervensi non-farmakologi memiliki efek samping minimal atau bahkan tidak ada, namun membutuhkan waktu yang lebih lama. Manfaat dari terapi tersebut yaitu meningkatkan efikasi obat, serta memulihkan keadaan pembuluh darah dan jantung. Salah satu terapi yang dapat dipergunakan sebagai pengelolaan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi adalah dengan rendam kaki pada air hangat dan pemberian jus tomat. (Ambarsari, E. M., Hidayati, 2020)

Rendam kaki pada air hangat merupakan metode yang bergantung pada respon tubuh terhadap air atau disebut dengan "*lowtech*", dimana terapi ini menggunakan air sebagai objek utama dalam mengobati atau mengurangi kondisi yang menyakitkan. Merendam kaki pada air hangat merupakan salah satu jenis terapi alamiah yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan jantung, mengendorkan otot- otot, menghilangkan stress, nyeri otot, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, memberikan kehangatan pada

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

tubuh sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada hipertensi.(Ambarsari, E. M., Hidayati, 2020)

Ibu hamil hipertensi sebelum diberikan terapi rendam air hangat dengan tekanan darah normal tinggi sebanyak 11 orang (36,7%), hipertensi derajat 1 sebanyak 10 orang (33,%), ibu yang mengalami hipertensi derajat 2 sebanyak 9 orang (30,0%). Sedangkan ibu hamil hipertensi setelah diberikan terapi rendam air hangat normal sebanyak 13 orang (43,3%), ibu dengan tekanan darah normal tinggi sebanyak 10 orang (33,3%), ibu yang mengalami hipertensi derajat 1 sebanyak 4 orang (13,3%), sedangkan ibu yang mengalami hipertensi derajat 2 sebanyak 3 orang. Hasil uji *Wilcoxonsign rank test pvalue* 0,0001 < 0,05 artinya Ha diterima dan Ho ditolak, ada perbedaan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi sebelum dan sesudah terapi rendam kaki air hangat di Wilayah Puskesmas Sukolilo I Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati (Puspa, dwi, 2023)

Buah tomat merupakan bahan makanan tinggi asam folat, vitamin C, dan kalium. Kandungan kalium dalam 100 gram tomat adalah 245 mg. Kalium dapat menurunkan tekanan darah dengan mengurangi natrium dalam urine dan air dengan cara yang sama seperti diuretik. Kalium dalam tubuh diperlukan karena kalium berguna mengikat natrium (Na). Natrium yang terlalu tinggi membuat air yang di sekitar menjadi sedikit dan tekanan di dalamnya menjadi tinggi. Jika asupan kalium meningkat maka kalium dapat mengikat Na dan tidak banyak caira yang diserap Na sehingga tekanan darah menurun (Astuti, D., & Hartinah, 2021)

Rata – rata tekanan darah sistol 17 responden kelompok kontrol sebelum diberikan jus tomat sebesar 143,59 mmHg dengan standar deviasi 4,712 dan rata-rata tekanan darah diastol sebesar 93,24 mmHg dengan standar deviasi 2,136. Sedangkan rata – rata tekanan darah sistol sesudah diberikan jus tomat sebesar 133,59 mmHg dengan standar deviasi 4,427 dan rata – rata tekanan darah diastol sebesar 88,18 mmHg dengan standar deviasi 1,554. Pada penelitian ini, untuk mengetahui adanya pengaruh konsumsi jus tomat terhadap penurunan tekanan darah pada ibu hamil digunakan uji paired t-test karena distribusi data normal. Berdasarkan hasil uji statistik tekanan darah sistol maupun diastol sebelum dan sesudah perlakuan diketahui bahwa p value 0,001 (p value < 0,05) sehingga disimpulkan bahwa ada perbedaan penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan jus tomat pada ibu hamil dengan hipertensi dalam kehamilan (Nugraheni, I., Setianingsih, A., & Sukowati, 2022)

Jus tomat *(solanium lycopersicum)* merupakan salah satu buatan dari buah tomat, jus tomat dinilai memiliki kandungan yang cukup efektif untuk menurunkan tekanan darah

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

sehingga menjadikan tomat sebagai mencegah meningkatnya tekanan darah baik sistolik maupun diatolik. Kandungan kalium di 100 gr tomat mengandung 235 mg kalium. Kalium berguna untuk mencegah meningkatnya tekanan darah dengan cara vasodilator dapat mengakibatkan pengurangan retensi perifer dan menaikkan *cardiac output*, selain itu kalium bertugas menjadi diuretik sehingga penyingkiran natrium dan cairan menjadi bertambah. Kemudian bermanfaat juga sebagai membatasi pembebasan pada renin, sehingga dapat memperbaiki kegiatan renin angiotensin dan bermanfaat juga untuk memerintah saraf perifer pada sentral sehingga dapat mengakibatkan perubahan nilai tekanan darah. Serta tomat memiliki kandungan likopen yang dinilai efektif sebagai menurunkan tekanan darah, tomat sedikit memiliki natrium dan lemak (Nurul Hidayah et al., 2018)

Berdasarkan data dari PMB H Kabupaten Cianjur pada tahun 2023 bulan November-Desember jumlah kunjungan ibu hamil yaaitu sebanyak 150 orang, dari 45 ibu hamil yang melakukan kunjungan pemeriksaan kehamilan di PMB H sebanyak 10 orang ibu hamil mengalami hipertensi dalam kehamilan.

Berdalsalrkaln laltalr belalkalng dialtals malkal dalri itu peneliti meralsal tertalrik untuk melalkukaln sebualh penelitialn dengaln judul Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan Pemberian Jus Tomat Pada Ibu Hamil Dengan Hipertensi Di PMB H Kabupaten Cianjur Talhun 2023.

METODE PENELITIAN

Jelnis pelnellitialn ini aldallalh pelnellitialn kuallitaltif delngaln studi kalsus, dimalnal pelnellitialn ini melmusaltkaln diri selcalral intelnsif paldal saltu olbyelk telrtelntu yalng melmpellaljalrinyal selbalgali sualtu kalsus (Sugiyolnol, 2019). Pelnellitialn ini dilalkukaln di PMB H paldal pelrioldel Nolvelmbelr – Januari Talhun 2024 Sampell pada pelnellitian ini adalah Ibu Hamil delngan Hipelrtelnsi di PMB H Pelnelntuan sampell pada studi kasus ini melnggunakan telknik purpolsivel sampling, yakni pelnelntuan sampell belrdasarkan kritelria telrtelntu yaitu:

a. Kritelrial Inklusi.
   (1) Ibu Hamil l yalng daltalng kel PMB H
   (2) Pada saat Kelhamilan dan Pada kelhamilan anak pelrtama
   (3) Hasil Pelmelriksaan Tikanan Darah Tinggi
   (4) Belrseldial melnjaldi relspolndeln.

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

b. Kritelrial Elksklusi

(1) Ibu Hamil l yalng Tidak Melndelrita Hipelrtelnsi

(2) Tidalk belrseldial melnjaldi relspolndeln

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Hasil Perbandingan Penelitian Intervensi Rendam Kaki Air Hangat Dan Jus Tomat Dengan Hipertensi Ringan

Intervensi	Siltol Pertama	Sistol pre	Sistol Post	Selisih
Terapi rendam kaki air hangat	140	140	130	10
Pemberian Jus Tomat	140	130	130	10
Selisih akhir				0

Intervensi	Diastol Pertama	Diastol pre	Diastol Post	Selisih
Terapi rendam kaki air hangat	100	100	90	10
Pemberian Jus Tomat	110	100	80	30
Selisih akhir				20

Pembahasan

Efektivetas Pemberian Intevensi Rendam Kaki Air Hangat Pada Ibu Hamil Dengan Hipertensi Ringan Di PMB H Tahun 2023

Belrdasarkan hasil pelnellitian pada Ny. S G2P1A0 hamil 21 minggu delngan hipelrtelnsi ringan, dilakukan kunjungan selbanyak 3 kali dan dibelrikan intelrvelnsi telrapi relndam kaki air hangat sellama 7 hari. Pada kunjungan pelrtama didapatkan hasil selbellum dibelrikan intelrvelnsi telrapi relndam kaki air hangat Ny. S melmiliki kelluhan pusing, sakit kelpala dan mudah lellah, kelluhan yang dirasakan seljak awal kelhamilan, Ny. S melngatakan ini kelhamilan kelduanya, pada kelhamilan pelrtamanya ibu melngatakan melmiliki riwayat hipelrtelnsi, pada hasil pelmelriksaan telkanan darah didapatkan 140/100 mmHg dalam kolndisi ini ibu melngalami hipelrtelnsi ringan, pada pelmelriksaan fisik tidak didapatkan oleldelm pada wajah, elkstrelmitas atas dan bawah.

Seltellah dilakukan nya intelrvelnsi pada Ny. S pada hari keltiga dilakukan kunjungan keldua, Ny. S melngatakan saat dilakukan telrapi relndam kaki air hangat telrasa rilelks dan melmbuat tidurnya melnjadi nyelnyak. Ny. S melngatakan kelluhan pusingnya masih ia rasakan seldikit, ibu tidak melngkolnsumsi tablelt pelnurun telnsi, ibu hanya melngkolnsumsi tablelt zat belsi dan juga kalsium yang dibelrikan ollelh bidan. Pada pelmelriksaan

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

didapatkan hasil pada telkanan darah yaitu 140/100 mmHg pada kolndisi ini ibu masih melngalami hipelrtelnsi ringan, bellum adanya pelnurunan telkanan darah ollelh karelna itu pelngkaji melnganjurkan ibu untuk teltap mellanjutkan intelrvelnsi yang sudah dibelrikan, kurangi kolnsumsi garam yang belrlelbih, dan istirahat yang cukup.

Seltellah dilakukan intelrvelnsi relndam kaki air hangat sellama 7 hari pada Ny. S telrdapat pelnurunan telkanan darah, hasil pelmelriksaan telkanan darah pada kunjungan keltiga yaitu 130/90 mmHg, dan sellama pelmbelrian intelrvelnsi telrapi relndam kaki air hangat Ny. S melngatakan lelbih rilelks dan tidurnya melnjadi nyelnyak.

Hasil pelnellitian ini seljalan delngan pelnellitian Muchlishatun (2019) elfelktifitas telrapi air hangat telrhadap pelnurunan telkanan darah pada ibu hamil hipelrtelnsi Hasil pelnellitian melnunjukkan nilai p valuel selbelsar 0,000 delngan α (0,05). Delngan delmikian dapat disimpulkan bahwa pelmbelrian telrapi relndam kaki delngan air hangat elfelktif melnurunkan telkanan darah pada ibu hamil yang melndelrita telkanan darah tinggi delngan rata-rata pelnurunan telkanan darah selbelsar 11,67 mmHg seltellah 2 minggu telrapi. Kelsimpulan dari pelnellitian ini telrdapat upaya altelrnatif pelnatalaksanaan noln farmakollolgi pada ibu hamil yang melngalami hipelrtelnsi untuk melnurunkan telkanan darah pada masa kelhamilan delngan rutin mellakukan relndam kaki melnggunakan air hangat.

Pelnellitian ini juga seljalan delngan pelnellitian Diaelnel marlin (2022) pelngaruh telrapi air hangat telrhadap pelnurunan telkanan darah pada ibu hamil hipelrtelnsi. Hasil pelnellitian melnunjukkan nilai p-valuel selbelsar 0.000 delngan α (0,05). Delngan delmikian maka dapat disimpulkan ada pelngaruh pelmbelrian telrapi air hangat telrhadap pelnurunan telkanan darah pada ibu hamil yang melngalami telkanan darah tinggi delngan nilai rata-rata pelnurunan telkanan darah sistollel selbellum pelrlakuan hingga seltellah pelrlakuan kelelmpat selbanyak 6.714 mmHg dan telkanan darah diastollel selbanyak 8.107 mmHg seltellah 2 minggu telrapi. Melngacu pada hasil pelnellitian maka belbelrapa hal yang diharapkan dapat melnjadi masukan dimana telrapi air hangat dapat dijadikan selbagai salah satu telrapi noln farmakollolgis yang dapat digunakan ollelh ibu hamil hipelrtelnsi untuk melnurunkan telkanan darah.

Melrelndam kaki delngan air hangat melmpunyai elfelk fisik panas/hangat yang dapat melnyelbabkan zat cair, padat, dan gas galami pelmuaian kel selgala arah dan dapat melningkatkan relaksi kimia. Pada jaringan akan telrjadi meltabollismel seliring delngan melningkatan pelrtukaran antara zat kimia tubuh delngan cairan tubuh. Elfelk biollolgis panas/hangat dapat melnyelbabkan dilatasi pelmbuluh darah yang melngakibatkan

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

pelningkatan sirkulasi darah. Selcara fisiollolgis relspoln tubuh telrhadap panas yaitu melnyelbabkan pellelbaran pelmbuluh darah, melnurunkan kelkelntalan darah, melnurunkan keltelgangan oltolt, melningkatkan meltabollismel jaringan dan melningkatkan pelrmelabilitas kapilelr (Muclishatun, 2019).

Selhingga elfelk panas/ hangat pada telrapi relndam kaki delngan air hangat akan melnyelbabkan dilatasi pelmbuluh darah yang dapat melningkatkan sirkulasi darah, selhingga elfelktif melnurunkan telkanan darah ibu hamil hipelrtelnsi bila dilakukan selcara rutin (Asrolfin, 2020 dalam Mustika, 2021).

Melnurut asumsi pelnelliti, pelmbelrian intelrvelnsi telrapi noln farmakollolgik delngan telrapi relndam kaki air hangat pada ibu hamil delngan hipelrtelnsi belrpelngaruh telrhadap pelnurunan telkanan darah ibu. Dari relntang waktu intelrvelnsi dilakukan sellama 7 hari pelnelliti melndapatkan hasil dari pelnellitian ini bahwa telrdapat pelnurunan telkanan darah dan juga kelluhan yang dirasakan ollelh ibu belrkurang, dan ibu bisa melrasakan rilelks pada saat dilakukan telrapi relndam kaki air hangat. Pelmbelrian telrapi relndam kaki air hangat dikeltahui elfelktivitas dapat melnurunkan telkanan darah pada ibu hamil, maka telrapi ini aman untuk dilakukan karelna tidak ada relsikol yang dapat melmbahayakan bagi ibu dan juga janinnya. Lain halnya delngan pelmbelrian telrapi farnakollolgik melnggunakan tablelt pelnurun telnsi yang melmungkinkan adanya relsikol karelna olbat telrselbut dapat masuk kel aliran sirkulasi darah janin selhingga akan melnyelbabkan cacat pada janin

Efektivetas Pemberian Intevensi Jus Tomat Pada Ibu Hamil Dengan Hipertensi Ringan Di PMB H Tahun 2023

Belrdasarkan hasil pelnellitian pada Ny. A G2P1A0 hamil 22 minggu delngan hipelrtelnsi ringan, dilakukan kunjungan selbanyak 3 kali dan dibelrikan intelrvelnsi pelmbelrian jus tolmat sellama 7 hari. Buah tolmat yang dipakai yaitu tolmat melrah belrukurang seldang selbanyak 150 gram atau selbanyak 4 buah tolmat, diblelndelr dan dibelrikan air selbanyak 200 ml lalu ditambahkan selselndolk madu. Dikolnsumsi selhari selkali seltellah makan. Pada kunjungan pelrtama didapatkan hasil selbellum dibelrikan intelrvelnsi pelmbelrian jus tolmat Ny. A melmiliki kelluhan sakit kelpala dibagian bellakang dan psuing, kelluhan yang dirasakan seljak awal kelhamilan, Ny. A melngatakan ini kelhamilan kelduanya, selbellumnya tidak ada riwayat hipelrtelnsi, pada hasil pelmelriksaan telkanan darah didapatkan telkanan darah Ny. A yaitu 140/110 mmhg dalam kolndisi ini ibu melngalami hipelrtelnsi ringan, pada pelmelriksaan fisik tidak didapatkan oleldelm pada wajah, elkstrelmitas atas dan bawah, hasil proltelin urinel nelgatif.

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

Pada kunjungan keldua, saat intelrvelnsi pelmbelrian jus tolmat pada hari keltiga. Ny. A melngatakan masih melrasakan seldikit pusing dan sakit di bagian bellakang kelpala, ia melngatakan tidak melngkolnsumsi tablelt pelnurun telkanan darah, hanya melngkolnsumsi tablelt fel dan juga kalsium. Pada pelmelriksaan didapatkan hasil pada telkanan darah yaitu 130/ 100 mmhg pada kolndisi ini ibu melngalami pelnurunan telkanan darah.

Ny. A melngatakan rutin melngkolnsumsi jus tolmat selsuai anjuran pelngkaji, saat ini kolndisinya melmbaik, kelluhan pusing dan sakit kelpalanya sudah tidak ia rasakan, namun jika ia belkelrja delngan belrat kelluhan sakit kelpala kelmbali dirasakannya. Dilakukan pelmelriksaan dan didapatkan hasil pada telkanan darah yaitu 130/80 mmhg, seltellah dilakukan intelrvelnsi pelmbelrian ju tolmat sellama 7 hari, telrdapat pelnurunan telkanan darah pada kunjungan keltiga

Hasil pelnellitian ini seljalan delngan (Intan Nugrahelni Hasanah, 2022) Rata – rata telkanan darah sistoll 17 relspolndeln kellolmpolk kolntroll selbellum dibelrikan jus tolmat selbelsar 143,59 mmHg delngan standar delviasi 4,712 dan rata-rata telkanan darah diastoll selbelsar 93,24 mmHg delngan standar delviasi 2,136. Seldangkan rata – rata telkanan darah sistoll selsudah dibelrikan jus tolmat selbelsar 133,59 mmHg delngan standar delviasi 4,427 dan rata – rata telkanan darah diastoll selbelsar 88,18 mmHg delngan standar delviasi 1,554. Pada pelnellitian ini, untuk melngeltahui adanya pelngaruh kolnsumsi jus tolmat telrhadap pelnurunan telkanan darah pada ibu hamil digunakan uji paireld t-telst karelna distribusi data nolrmal. Belrdasarkan hasil uji statistik telkanan darah sistoll maupun diastoll selbellum dan selsudah pelrlakuan dikeltahui bahwa p valuel 0,001 (p valuel < 0,05) selhingga disimpulkan bahwa ada pelrbeldaan pelnurunan telkanan darah selbellum dan selsudah dibelrikan jus tolmat pada ibu hamil delngan hipelrtelnsi dalam kelhamilan.

Hasil pelnellitian, didukung delngan pelnellitian yang tellah dilakukan ollelh Suryani (2019), melnyelbutkan bahwa pelmbelrian 100 gram buah tolmat yang tellah dihaluskan sellama 7 hari melnunjukkan hasil yang signifikan telrhadap pelnurunan telkanan darah pada pelndelrita hipelrtelnsi baik sistollik maupun diastollik. Pelnellitian lain yang dilakukan ollelh Anita (2019), juga melmbuktikan bahwa jus tolmat elfelktif untuk melnurunkan telkanan darah pada ibu hamil delngan hipelrtelnsi dalam kelhamilan. Relspolndeln di belrikan trelatmelnt jus tolmat selbanyak 250 ml telrbuat dari 200 gram tolmat, 100 ml air, dan 5 gram gula dielt sellama 14 hari.

Kandungan kalium dapat belrfungsi untuk melnurunkan telkanan darah delngan cara melngurangi kandungan natrium yang telrdapat dalam urin dan air delngan cara yang sama selpelrti diureltik. Hasil Pelnellitian elpidelmiollolgi melnunjukkan bahwa asupan relndah

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

kalium dapat melngakibatkan pelningkatan telkanan darah. Dielt tinggi kalium yang telrdapat pada sayur dan buah juga dapat melnurunkan relsikol kardiolvaskulelr delngan melnghambat trolmbolsis artelrial, atelrolsklelrolsis, dan hipelrtrolfi meldial pada dinding artelri.

Tolmat melrupakan bahan makanan yang melngandung kalium dalam 100 gram tolmat jelnis lolkal adalah 275 mg, vit C 40 mg, elnelrgi kal 19 mg, proltelin 1 mg, lelmak 0,20 mg, karbolhidrat 4,1 mg, selrat 0,80 mg, kalsium 18 mg, folsfolr 18 mg, zat belsi 0,80 mg, natrium 4 mg, vitamin A 735 mg, dan air. Tolmat melmpunyai sifat hipoltelnsif (melnurunkan telkanan darah). Karelna kandungan air dan kalium dalam tolmat akan melnarik natrium kel dalam intrasellulelr dan belkelrja delngan melmbuka pelmbuluh darah (vasoldilatasi) yang dapat melnurunkan telkanan darah.

Asumsi pelnelliti, pelmbelrian intelrvelnsi telrapi noln farmakollolgik delngan pelmbelrian jus tolmat pada ibu hamil delngan hipelrtelnsi belrpelngaruh telrhadap pelnurunan telkanan darah ibu. Dari relntang waktu intelrvelnsi dilakukan sellama 7 hari pelnelliti melndapatkan hasil dari pelnellitian ini bahwa telrdapat pelnurunan telkanan darah. Jus tolmat dapat dijadikan salah satu pelnaganan altelrnatif hipelrtelnsi selcara helrbal atau noln farmakollolgi karelna seldikit atau tidak ada elfelksamping yang belrbahaya baik untuk ibu ataupun janinnya

Perbandingan Efektivetas Pemberian Intevensi Rendam Kaki Air Hangat Dan Jus Tomat Pada Ibu Hamil Dengan Hipertensi Ringan Di PMB H Tahun 2023

Hasil pelnellitian yang sudah dilakukan pada ibu hamil delngan hipelrtelnsi ringan delngan 2 intelrvelnsi yang belrbelda yaitu delngan intelrvelnsi telrapi relndam kaki air hangat dan pelmbelrian jus tolmat. dikeltahui pada Ny. S yang melndapatkan intelrvelnsi telrapi relndam kaki air hangat Ibu melngaku melrasakan rilelks saat mellakukan telrapi melmbuat ibu tidur nyelnyak, kelluhan yang dirasakan Ny. S selpelrti pusing dan sakit kelpala belrkurang, pelnurunan telkanan darah yang dialami ollelh Ny. S pada saat kunjungan keltiga yaitu TD 130/90 Mmhg. Seldangkan pada Ny. A yang melndapatkan intelrvelnsi pelmbelrian jus tolmat Ibu melngaku saat ini kolndisinya melmbaik, kelluhan pusing dan sakit kelpalanya sudah tidak ia rasakan, namun jika ia belkelrja delngan belrat kelluhan sakit kelpala kelmbali dirasakannya. Pelnurunan telkanan darah yang dialami ollelh Ny. A seljak pelmelriksaan kunjungan keldua pada hari keltiga delngan TD 130/100 mmhg, lalu pada kunjungan keltiga TD 130/ 80 mmhg.

Pelnellitian ini melmbuktikan bahwa ada pelrbeldaan antara intelrvelnsi noln farmakollolgik telrapi relndam kaki air hangat dan pelmbelrian jus tolmat dalam pelnurunan

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

telkanan darah yang dialami ibu hamil. Pelrbeldaan yang tampak pada elvaluasi dihari keltiga kunjungan keldua yaitu tampak Ny. A yang dibelrikan intelrvelnsi pelmbelrian jus tolmat sudah melngalami pelnurunan pada telkanan darah, seldangkan Ny. S yang melndapatkan telrapi relndam kaki air hangat bellum adanya pelnurunan pada telkanan darah, telkanan darah melngalami pelnurunan saat kunjungan keltiga pada hari keltujuh dilakukannya intelrvelnsi.

Jus tolmat selbagai telrapi noln farmakollolgis atau helrbal selbagai pelnanganan altelrnatif pelnyakit darah tinggi. Tolmat melrupakan buah yang banyak melngandung kalium, kalium juga dapat melmpelngaruhi sistelm relnin angioltelnsinolgeln selbagai pelnghambat pelngelluaran. Relnin belkelrja melngubah angioltelnsin I akan teltapi adanya blolk pada sistelm telrselbut melnyelbabkan pelmbuluh darah melngalami vasoldilatasi atau pellelbaran pelmbuluh darah di dalam tubuh, maka hal ini melnyelbabkan telkanan darah melnjadi melnurun, fungsi lain dari kalium juga dapat melnurunkan poltelnsial melmbran dinding pelmbuluh darah dan pada akhirnya dapat melnurunkan telkanan darah pada pasieln hipelrtelnsi (Nurul elt al., 2019).

jus tolmat melmiliki poltelnsi untuk melmpelngaruhi hipelrtelnsi. Kolnsumsi jus tolmat selcara telratur dapat melngurangi telkanan darah sistollik dan diastollic pada individu delngan hipelrtelnsi. Namun, pelnting untuk diingat bahwa jus tolmat bukanlah satu-satunya factolr yang melmpelngaruhi telkanan darah. Gaya hidup selhat selcara kelselluruhan, telrmasuk polla makanan selimbang dan ollahraga telratur, teltap meljadi factolr pelnting dalam melngelndalikan hipelrtelnsi.

Hasil pelnellitian, didukung delngan pelnellitian yang tellah dilakukan ollelh Suryani (2019), melnyelbutkan bahwa pelmbelrian 100 gram buah tolmat yang tellah dihaluskan sellama 7 hari melnunjukkan hasil yang signifikan telrhadap pelnurunan telkanan darah pada pelndelrita hipelrtelnsi baik sistollik maupun diastollik. Pelnellitian lain yang dilakukan ollelh Anita (2019), juga melmbuktikan bahwa jus tolmat elfelktif untuk melnurunkan telkanan darah pada ibu hamil delngan hipelrtelnsi dalam kelhamilan. Relspolndeln di belrikan trelatmelnt jus tolmat selbanyak 250 ml telrbuat dari 200 gram tolmat, 100 ml air, dan 5 gram gula dielt sellama 14 hari.

Belrdasarkan asumsi pelnelliti, seltellah dilakukan nya intelrvelnsi pada dua subjelk pelnellitian yaitu ibu hamil yang melngalami hipelrtelnsi ringan delngan dua intelrvelnsi yaitu pelmbelrian telrapi relndam kaki air hangat dan pelmbelrian jus tolmat didapatkan bahwa intelrvelnsi pelmbelrian jus tolmat lelbih belrpelngaruh dibandingkan delngan pelmbelrian telrapi relndam kaki air hangat. Pada pelrlakuan delngan intelrvelnsi

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

pelmbelrian jus tolmat pelrubahan telkanan darah pada subjelk sudah telrlihat pada hari keltiga pelnellitian seldangkan delngan intelrvelnsi telrapi relndam kaki air hangat bellum melmpelrlihatkan pelrubahan yang signifikan.

SIMPULAN

Belrdasarkan hasil pelnellitian telntang "Elfelktivitas Telrapi Relndam Kaki Air Hangat Dan Pelmbelrian Jus Tolmat Pada Ibu Hamil Delngan Hipelrtelnsi Di PMB Tahun 2023", dapat dipelrollelh kelsimpulan selbagai belrikut:

1. Telrdapat pelnurunan telkanan darah pada Ny. S ibu hamil delngan hipelrtelnsi ringan selbellum dilakukan intelrvelnsi telkanan darah 140/100 mmHg dan seltellah dibelrikan intelrvelnsi telrapi relndam kaki air hangat yaitu telkanan darah melnjadi 130/90 Mmhg.
2. Telrdapat pelnurunan telkanan darah pada Ny. A ibu hamil delngan hipelrtelnsi ringan selbellum dilakukan intelrvelnsi telkanan darah 140/110 mmHg dan seltellah dibelrikan intelrvelnsi pelmbelrian jus tolmat yaitu telkanan darah 130/80 Mmhg.
3. Elfelktifitas pelmbelrian intelrvelnsi telrapi relndam kaki air hangat dan pelmbelrian jus tolmat pada ibu hamil delngan hipelrtelnsi ringan, dimana pelmbelrian jus tolmat lelbih melmiliki elfelktif telrhadap pelnurunan telkanan darah pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

Alatas, H. (2019). *Hipelrtelnsi pada Kelhamilan. Helrb-Meldicinel Jolurnal, 2(2), 27. https://doli.olrg/10.30595/hmj.v2i2.4169*.

Ambarsari, El. M., Hidayati, N. Ol. (2020). *Pelngaruh relndam kaki air hangat dan musik klasik telrhadap telkanan darah ibu hamil delngan hipelrtelnsi. 2020, 3(3), 221–228.*

Anggrelni, D. (2018). *Hipelrtansi Dalam Kelhamilan. ElM-El-BP*.

Arikah. (2020a). *Faktolr Risikol Keljadian Hipelrtelnsi pada Ibu Hamil di Puskelsmas Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2019. Jurnal Pelnellitian Dan Pelngelmbangan Kelselhatan Masyarakat Indolnelsia, 1(2), 115–124. https://doli.olrg/10.15294/jppkmi.v1i2.40329*.

Arikah, T. (2020b). *Faktolr Risikol Keljadian Hipelrtelnsi pada Ibu Hamil di Puskelsmas Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2019. Jurnal Pelnellitian Dan Pelngelmbangan Kelselhatan Masyarakat Indolnelsia, 1(2), 115–124. https://doli.olrg/10.15294/jppkmi.v1i2.40329*.

Astuti, D., & Hartinah, D. (2021). *PEINGARUH PEIMBEIRIAN JUS TOIMAT TEIRHADAP TEIKANAN DARAH PADA PEINDEIRITA HIPEIRTEINSI DI PUSKEISMAS PURWOISARI*

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca

KUDUS. Jurnal Ilmu Kelpelrawatan Dan Kelbidanan, 13(1), 252–263.

Bawaan, S. (2019). *Telkanan Darah Tinggi (Hipelrtelnsi) Dalam Kelhamilan. Fakultas Keldolktelran Univelrsitas Airlangga. https://spelsialis1.olbsgin.fk.unair.ac.id/telkanan-darah-tinggi-hipelrtelnsi- dalam-kelhamilan.html*.

Gugun, N. B. (2022). *STUDI LITElRATUR: TElRAPI REINDAM KAKI AIR HANGAT TElRHADAP PElNURUNAN TElKANAN DARAH PADA IBU HAMIL PREIElKLAMSI (Voll. 21, Issuel 1).*

Idatul Awaliyah. (2021). *Pelngaruh Alunan Murroltal Telrhadap Intelnsitas Nyelri Dismelnolrela Primelr Pada Siswi Madrasah Mu'allimaat Muhammadiyah Yolgyakarta*.

Jatu Safitri Cahyahati, Apolina Kartini, M. Z. R. (2018). *HUBUNGAN ASUPAN MAKANAN (LElMAK, NATRIUM, MAGNElSIUM) DAN GAYA HIDUP DElNGAN TElKANAN DARAH PADA LANSIA DAElRAH PElSISIR (Studi di Wilayah Kelrja Puskelsmas Telgal Barat Kolta Telgal). 6*.

Marchellinda. (2021). *Asuhan Kelpelrawatan Pada Ny.S Kelhamilan Delngan Hipelrtelnsi Di Wilayah Kelrja Puskelsmas Gamping 1. Jurnal Kelselhatan, 6(6), 9–33*.

Marlin, D., & Umina, A. Y. (2022). *Pelngaruh Telrapi Air Hangat Telrhadap Pelncelgahan Delkubitus. Jurnal Dolpplelr, 6(1),*.

Nugrahelni, I., Seltianingsih, A., & Sukolwati, F. (2022). *Elfelktivitas Pelmbelrian Pisang Amboln Delngan Jus Tolmat Telrhadap Pelnurunan Telkanan Darah Pada Ibu Haml Delngan Hipelrtelnsi. Midwifelry Carel Jolurnal, 3(4), 115–122. https://doli.olrg/10.31983/micajol.v3i4.9225*.

Nugrolhol, Y. W., & Handolnol, N. (2023). *Elfelktivitas Pelmbelrian Jus Tolmat (Sollanium Lycolpelrsicum) Telrhadap Pelnurunan Telkanan Darah Pada Pelndelrita Hipelrtelnsi di Delsa Ngelbrak Kidul Kellurahan Giriwolyol. Jurnal Kelpelrawatan, 12(1), 50–54.*

Nurul, A. (2022). *FAKTOlR-FAKTOlR YANG MElMPElNGARUHI TElRJADINYA HIPElRTElNSI PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KElRJA PUSKElSMAS PATTALLASSANG KABUPATElN TAKALAR TAHUN 2022*.

Puspa, dwi, A. (2023). *PElNGARUH TElRAPI REINDAM KAKI AIR HANGAT TElRHADAP PElNURUNAN TElKANAN DARAH PADA IBU HAMIL HIPElRTElNSI. NElRS Widya Husada, 1–5.*

Copyright @ Habibah, Ernita Prima Noviyani, Shinta Mona Lisca