

**PENERAPAN TERAPI NONFARMAKOLOGI SEDUHAN PARUTAN KUNYIT TERHADAP PENURUNAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI RUMAH PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA PUCANG GADING SEMARANG**

sri wahyuni/ Dr. Edy Wuryanto, S.Kp.,M.Kep

Email : [Sri224645@gmail.com](mailto:Sri224645@gmail.com)

**ABSTRAK**

Hipertensi atau darah tinggi merupakan suatu kondisi yang mana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal, yaitu 140/90 mmHg. Semakin lanjut usia, maka rentan beresiko menderita penyakit darah tinggi (Hipertensi). Di Jawa tengah penderita hipertensi masih sangat tinggi yang berada pada urutan ke 11 dengan prevalensi 26,4%. Salah satu obat nonfarmakologi untuk menurunkan tekanan darah tinggi yaitu dengan minum seduhan parutan kunyit. Yang merupakan zat anti oksidan, karena kunyit tidak mengandung kolesterol dan kaya akan serat. Kandungan tersebut yang akan mengendaikan DLD (*low density lipoprotein*) dalam darah. Tujuan study kasus ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian parutan kunyit pada lansia hipertensi di rumah pelayanan sosial lanjut usia pucang gading semarang. Desain yang digunakan dalam penulisan study kasus ini *descriptive study*. subjek dalam penerapan ini sebanyak 3 orang yang berjenis kelamin perempuan usia 64-83 tahun yang di berikan seduhan parutan kunyit selama 7 hari. hasil : setelah di berikan seduhan parutan kunyit mengalami penurunan sistolik maupun diastolik. Yang sebelumnya sistolik 170 mmHg terjadi penurunan menjadi 150 mmHg. Dengan diastolik 100 mmHg menjadi 90 mmHg. Dan asistol 160 mmHg menjadi 142 mmHg, diastol 100 mmHg menjadi 80 mmHg. Terjadi penurunan tekanan darah setelah di berikan seduhan parutan kunyit dengan rata-rata penurunan 30-20 mmHg pada tekanan darah sistol maupun diastol. Kesimpulan : seduhan parutan kunyit berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

**Kata kunci :** Hipertensi, Seduhan parutan kunyit, Lansia

*abstract*

Hypertension or high blood pressure is a condition in which a person experiences an increase in blood pressure above normal, which is 140/90 mmHg. The older you are, the more susceptible to high blood pressure (hypertension). In Central Java, hypertension sufferers are still very high, which is at number 11 with a 26.4% prevalence. One of the non-pharmacological drugs to reduce high blood pressure is by drinking steeping turmeric. Which is an anti-oxidant, because turmeric does not contain cholesterol and is rich in fiber. This content will control DLD (*low density lipoprotein*) in the blood. The purpose of this case study is to determine the effect of turmeric grater on elderly hypertension in the elderly social service house of Pucang Ivory Semarang. The design used in the writing of the case study is the descriptive study. subject in this application as many as 3 people who are female age 64-83 years who were given turmeric grated steeping for 7 days. results: after being given steeping turmeric, the systolic and diastolic decrease. Previously systolic 170 mmHg decreased to 150 mmHg. With diastolic 100 mmHg to 90 mmHg. And asystole is 160 mmHg to 142 mmHg, diastole is 100 mmHg to 80 mmHg. A decrease in blood pressure after giving steamed turmeric steeping with an average reduction of 30-20 mmHg at systolic and diastolic blood pressure. Conclusion: steeping turmeric grated affects the decrease in blood pressure in the elderly.

Keywords: Hypertension, Grated turmeric,