

**PEMBUATAN AIR REBUSAN SERAI UNTUK MENGURANGI TEKANAN  
DARAH TINGGI IBU HAMIL PREEKLAMPSIA RINGAN  
DI DESA BATU GANA  
TAHUN 2023**

Riska Yanti Harahap, Ica Fauziah Harahap, Melia Shintia Mutiara Pohan  
Dosen Program Studi D-III Kebidanan STIKes Paluta Husada Gunung Tua  
[yantiriska745@gmail.com](mailto:yantiriska745@gmail.com), 082294364145

**ABSTRACT**

Preeclampsia can cause complications for the mother in the form of eclampsia, placental abruption, subcapsular bleeding, blood clotting disorders (DIC), HELLP syndrome (hemolysis, elevated liver enzymes and low platelet count), retinal detachment, heart failure, to shock and death. In 2015 around 303,000 women died during and after pregnancy and childbirth. Preeclampsia can be treated pharmacologically and non-pharmacologically, one of which is foot soak therapy using lemongrass water. The research method used is a case study involving 3 respondents. Inclusion criteria for post partum cesarean section mothers with severe pre-eclampsia with the birth of their first child with the first day of puerperium with the risk problem of ineffective peripheral perfusion, with complaints of dizziness, high blood pressure, and there is edema of the extremities and who are willing to be. After being treated for 3 consecutive days, the evaluation results found a decrease in blood pressure in women with post partum cesarean section with severe pre-eclampsia after soaking their feet in warm water and lemon grass. Changes occurred in all respondents with an average decrease in systole of 7 mmHg and in diastolic of 7.6 mmHg. Partially ineffectively resolved peripheral perfusion risk nursing problems were marked by a decrease in blood pressure in all respondents. Based on these conclusions, suggestions that can be given include conducting and teaching foot soak therapy with warm water and lemongrass to all post partum cesarean section mothers with severe pre-eclampsia by increasing family participation in reducing patient blood pressure.

**Keywords :** *Lemongrass water, Mild Preeclampsia*

**ABSTRAK**

Preeklampsia dapat menimbulkan komplikasi pada ibu berupa eklampsia, solusio placenta, pendarahan subkapsula, kelainan pembekuan darah (DIC), sindrom HELLP (hemolisis, elevated liver enzymes and low platelet count), ablasio retina, gagal jantung, hingga syok dan kematian. Pada tahun 2015 sekitar 303.000 wanita meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Preeklamsia dapat diobati secara farmakologis dan non farmakologis salah satunya dengan terapi rendam kaki menggunakan air serai. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan melibatkan 3 responden. Kriteria inklusi ibu post partum section caesaria dengan Pre-eklampsia Ringan dengan kelahiran anak pertama dengan masa nifas hari pertama dengan masalah resiko perfusi perifer tidak efektif, dengan keluhan pusing, tekanan darah tinggi, dan terdapat oedem ekstremitas serta yang bersedia menjadi. Setelah dilakukan terapi selama 3 hari berturut, hasil evaluasi didapatkan adanya penurunan tekanan darah terhadap ibu post partum section caesaria dengan Pre-eklampsia Ringan setelah melakukan rendam kaki dengan air hangat dan serai. Perubahan terjadi pada seluruh responden dengan rata-rata penurunan systole sebanyak 7 mmHg dan pada diastole sebanyak 7,6 mmHg. Masalah keperawatan resiko perfusi perifer tidak efektif teratasi sebagian di tandai dengan turunnya tekanan darah pada seluruh responden. Berdasarkan kesimpulan tersebut saran yang dapat diberikan antara lain melakukan dan mengajarkan terapi rendam kaki dengan air hangat dan serai pada semua ibu post partum section caesaria dengan Pre-eklampsia Ringan dengan meningkatkan partisipasi keluarga dalam menurunkan tekanan darah pasien.

**Kata kunci :** Air Rebusan Serai, Preeklampsia Ringan

## PENDAHULUAN

Salah satu penyebab kematian ibu adalah preeklamsia, preeklamsia itu sendiri adalah komplikasi kehamilan sindrom kehamilan yang terdiri dari tingginya tekanan darah tinggi (hipertensi kehamilan), tingginya kadar protein dalam urin (hemaproteuria) dan banyaknya cairan yang ditahan oleh tubuh. Tekanan darah tinggi (hipertensi) akibat kehamilan itu sendiri adalah tekanan darah yang lebih tinggi dari 140/90 mmHg yang berpotensi menyebabkan masalah serius pada kehamilan (Simkin, dkk, 2018).

Preeklamsia merupakan penyebab utama mortalitas dan morbiditas ibu dan janin, menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2015 angka kematian ibu sangat tinggi sekitar 830 wanita meninggal setiap hari di seluruh dunia akibat komplikasi terkait kehamilan dan persalinan. Jika tekanan darah tinggi bertahan selama kehamilan, mempunyai resiko yang lebih besar untuk mengalami komplikasi seperti penurunan aliran darah plasenta ke bayi, abrupsi, plasenta dan kerusakan pada organ – organ internal (Simkin, dkk, 2018).

Preeklamsia dapat diobati secara farmakologis dan non farmakologis pada pengobatan secara farmakologis tentu mengandung bahan kimia yang dapat menimbulkan efek samping, sedangkan pengobatan non farmakologis dapat dilakukan dengan gaya hidup yang lebih sehat, termasuk pengobatan alamiah seperti terapi herbal, terapi nutrisi, aromaterapi, pijat refleksiologi dan terapi rendam kaki dengan air hangat dan sereh (Damayanti, dkk, 2019).

Secara ilmiah merendam kaki khususnya dengan air hangat mempunyai banyak manfaat bagi tubuh, khususnya dalam memperlancar peredaran darah. Merendam kaki ke dalam air hangat dapat meningkatkan sirkulasi, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot. Terapi rendam kaki (hidroterapi kaki) ini juga mampu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen ke jaringan yang mengalami pembengkakan. Banyak metode yang dapat diterapkan dengan merendam kaki salah satunya dengan air rebusan serai. Serai juga dapat melancarkan peredaran darah dan untuk relaksasi otot dan sendi (Wulandari, dkk 2020).

Teknik merendam kaki dengan air rebusan serai, langkah yang perlu dipersiapkan

adalah sebagai berikut: klien duduk di atas kursi dengan rileks dan bersandar, kemudian tuang air hangat dalam ember/baskom hingga suhu 37o - 39oC kira-kira 2 liter dari kom tersebut dan 2 atau 3 batang serai yang sudah sedikit ditumbuk, rendam kaki sampai batas pergelangan ke dalam ember/baskom tersebut selama 15-20 menit, setelah itu keluarkan kedua kaki, bilas dengan air dingin, kemudian keringkan kaki menggunakan handuk. Agar kaki tetap halus dan tidak kering, oleskan krim pelembut (body lotion) (Setyoadi & Kushariyadi, 2021).

Berdasarkan survey awal di Desa Batu Gana 2 dari 5 ibu hamil trimester ketiga mempunyai riwayat pre eklampsia ringan pada kehamilan sebelumnya, berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik melakukan pengabdian pembuatan air rebusan serai untuk mengurangi tekanan darah tinggi ibu hamil pre eklampsia ringan di Desa Batu Gana. Kegiatan penyuluhan kesehatan berjalan dengan sangat baik, para peserta sangat antusias dalam kegiatan tersebut dan kegiatan tersebut berjalan sesuai dengan jadwal kegiatan yang telah ditetapkan.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan terlaksana sesuai dengan jadwal yang sudah ditetapkan, kegiatan ini dihadiri oleh 20 peserta. Dimana setiap peserta yang datang mendapatkan pendidikan kesehatan tentang metode pembuatan air rebusan serai. Kegiatan ini di hadiri oleh Ketua STIKes Paluta Husada, Kepala Desa dan perangkat desa.

Penyuluhan Kesehatan tentang pembuatan air rebusan serai dilaksanakan :  
Hari/tanggal : Senin, 02 Mei 2022  
Tempat : Balai Desa Batu Gana

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan tentang pembuatan air rebusan serai dilaksanakan di Balai Desa Batu Gana. Kegiatan ini dihadiri oleh tiga puluh (20) audiens yaitu ibu hamil. Meskipun Jumlah peserta penyuluhan terbatas akan tetapi peran serta aktif audiens yang mengikuti penyuluhan cukup baik, hal ini terlihat jelas dari antusias para peserta untuk ikut aktif mendengarkan penyuluhan. Setelah dilakukan kegiatan diadakan tanya jawab seputar materi yang diberikan.

## KESIMPULAN

Dengan terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pembuatan air rebusan

serai pada ibu hamil yang dilaksanakan oleh prodi D-III Kebidanan STIKes Paluta Husada, maka diperoleh hasil sesuai dengan standar Tridarma perguruan tinggi.

Sesuai dengan hasil yang dicapai, maka dinyatakan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pembuatan air rebusan serai yang dilaksanakan oleh dosen Prodi D-III Kebidanan STIKes Paluta Husada telah dilaksanakan dengan baik.

## SARAN

Bagi ibu yang mengetahui tentang efektivitas pemakaian air rebusan serai terhadap penurunan tekanan darah tinggi ibu hamil pre eklampsia ringan di Desa Batu Gana sebaiknya senantiasa memberikan informasi-informasi kepada pihak lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

Damayanti, D., Aniroh, U., & Priyanto, 2019. *Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Hidroterapi Rendam Hangat Pada Penderita Hipertensi di Desa Kebondalem Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang.*

Setyoadi & Kushariyadi, 2021. *Efektifitas Pemberian Air Rebusan Serai pada Ibu Hamil Trimester I di Kelurahan Ngempong Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.*

Simkin S., Olorunnisola, S. ., Asiyandi, H. ., & Hammed, A., 2018. *Biological Properties Of Lemongrass: An Overview.* International Food Research Journal, IFRJ 21.

Wulandari S., Rahmita, & Siti Fatonah, 2020. *Pengobatan tradisional penyakit hipertensi terbanyak di Pekanbaru tahun 2020.*

## DOKUMENTASI KEGIATAN

