

PENERAPAN TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT PADA ASUHAN KEPERAWATAN KLIEN HIPERTENSI PADA LANSIA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN RESIKO PERFUSI SEREBRAL TIDAK EFEKTIF DI PUSKESMAS MOJOPANGGUNG

I Made Yogi Hendra Pradita * | M Al Amin | Anang Satrianto

^a Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

^b Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

*Corresponding Author: yhendra139@gmail.com

ARTICLE INFORMATION

Article history

Received (15 September 2024)

Revised (5 Mei 2024)

Accepted (28 Juni 2024)

Kata kunci

Hipertensi, Rendam Kaki Air Hangat, Asuhan Keperawatan Gerontik

ABSTRACT

Pendahuluan Hipertensi merupakan masalah yang dapat menyebabkan kematian termasuk dalam kategori penyakit non-infeksi. Tekanan darah sistol serta diastol mengalami peningkatan diatas 140 mmHg serta diastol diatas 90 mmHg. Hipertensi dapat terjadi akibat dari merokok, menkonsumsi alkohol, obesitas, stress, konsumsi garam yang berlebih, akibat faktor usia, dan lain sebagainya. Jenis penelitian desain studi kasus yang dijabarkan secara deskriptif. **Tujuan** penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk membuat gambaran atau deskriptif tentang keadaan secara objektif. **Metode** pada penelitian ini diambil 2 orang responden lansia berumur 60 - 80 tahun. Teknik pengumpulan data metode wawancara, observasi, dokumentasi. Dengan menggunakan format asuhan keperawatan gerontik selama 4 hari dalam 1 minggu. **Hasil** solusi Penanganan menggunakan Penerapan Teknik Rendam Kaki Air Hangat Pada Klien Hipertensi Pada Lansia ini sangat berguna karena dimana penerapan teknik tersebut dapat membantu klien menurunkan tekanan darah dan juga salah satu pilihan karena dapat dilakukan secara mandiri. Penurunan Tekanan Darah dimulai 170/80 mmHg menjadi 155/70 mmHg. Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat juga sangat berpengaruh besar kepada klien merasa nyaman setelah dilakukan terapi dalam menurunkan tekanan darah pada lansia.

Pendahuluan

Hipertensi merupakan masalah yang dapat menyebabkan kematian termasuk dalam kategori penyakit non-infeksi. Mengingat hipertensi adalah penyebab utama dari berbagai penyakit kardiovaskuler yang serius dan dapat menyebabkan kematian, urgensi untuk menangani masalah ini sangatlah tinggi. Data dari World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa jumlah penderita hipertensi terus meningkat, dengan perkiraan mencapai sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia yang memiliki hipertensi¹. Lebih lanjut, WHO menargetkan untuk mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030

Dengan tren peningkatan ini, ada kemungkinan besar bahwa jumlah penderita hipertensi akan terus bertambah hingga tahun 2025 dan seterusnya, yang akan berdampak pada peningkatan kasus penyakit kardiovaskuler dan kematian prematur. Oleh karena itu, tindakan pencegahan dan pengobatan yang efektif, termasuk penerapan teknik nonfarmakologi seperti terapi rendam kaki air hangat, menjadi sangat penting untuk diterapkan segera guna mengurangi risiko yang ditimbulkan oleh hipertensi.

Penting juga untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang faktor risiko dan cara mengelola hipertensi, termasuk mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat dan



This is an Open Access article
Distributed under the terms of the
[Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Dengan demikian, kita dapat berharap untuk memperlambat laju peningkatan penderita hipertensi dan mengurangi beban penyakit kardiovaskuler di masa depan. penderita hipertensi mengalami peningkatan sebesar 1,5 miliar. Sedangkan untuk Indonesia yang menderita hipertensi sejumlah 25,8 Berdasarkan hasil Riskesdas 2018. Prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi di Provinsi Jawa Timur sebesar 36,3% Pevalensi semakin meningkat seiring dengan bertambahnya umur (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur., 2020). SIMPUS (2019) angka hipertensi di Banyuwangi masih cukup tinggi dengan prevalensi perempuan 26,783 dan laki-laki 12,618. Berdasarkan dari hasil laporan tahunan pada tahun 2021 di Puskesmas Mojopanggung didapatkan bahwa penyakit hipertensi pada lansia berdasarkan data terbaru dari Puskesmas Mojopanggung mulai bulan Januari sampai Desember tercatat sebanyak \pm 267 mengidap hipertensi atau tekanan darah tinggi khususnya pada lansia.

Resiko perfusi serebral tidak efektif merupakan kondisi berisiko mengalami penurunan sirkulasi darah ke otak. Risiko ketidakefektifan perfusi jaringan otak adalah rentan mengalami penurunan sirkulasi jaringan otak yang dapat mengganggu kesehatan (NANDA, 2018). Mekanisme yang mengatur pembuluh darah terletak di pusat vasomotor pada medula di otak dimana dengan dilepaskannya anoripenefrin mengakibatkan kontraksi pembuluh darah (Ansori, 2015). Sehingga terjadinya Hipertensi pada lansia disebabkan oleh beberapa faktor penyebab yaitu perubahan pada jantung, perubahan pada pembuluh darah, usia, obesitas, stres, kelainan hormonal, pola makan, alkohol, dan gaya hidup. Hal ini dapat mempengaruhi tekanan darah. Dampak yang terjadi pada lanjut usia yang mengalami gangguan tekanan darah dapat berupa gagal jantung, stroke, infark jantung dan cacat pada ginjal serta pembuluh darah. Pencegahan dari proses terjadinya hipertensi pada lansia yaitu dengan pengobatan alternatif nonfarmakologis dengan menggunakan metode yang lebih mudah yaitu dengan menggunakan terapi rendam kaki air hangat yang bisa dilakukan di rumah. Air hangat merangsang saraf yang ada di kaki untuk bekerja, dan berfungsi mendilatasi pembuluh darah serta melancarkan peredaran darah untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia (Asan et. al., 2016).

Tingginya kejadian hipertensi pada lansia mengindikasikan bahwa tekanan darah tinggi atau hipertensi harus segera ditangani. Penanganan yang telah dilakukan pada pasien hipertensi khususnya pada lansia meliputi terapi farmakologi seperti pemberian obat anti hipertensi, dan untuk terapi non farmakologi seperti penyuluhan tentang diet rendah garam dan kontrol teratur yang dilaksanakan dengan kegiatan prolans (Handono, 2021). Solusi Penanganan menggunakan Penerapan Teknik Rendam Kaki Air Hangat Pada Klien Hipertensi Pada Lansia ini sangat berguna karena dimana penerapan teknik tersebut dapat membantu klien menurunkan tekanan darah dan juga salah satu pilihan karena dapat dilakukan secara mandiri. Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat juga sangat berpengaruh besar dalam menurunkan tekanan darah pada lansia (Astutik & Mariyam, 2021).

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian dengan desain studi kasus yang dijabarkan secara deskriptif. Metode penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk membuat gambaran atau deskriptif tentang keadaan secara objektif. Penelitian ini di arahkan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan bagaimana penerapan terapi rendam kaki air hangat pada asuhan keperawatan klien hipertensi pada lansia dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif di Puskesmas Mojopanggung. Penerapan proses keperawatan mulai dari pengkajian sampai evaluasi pada dua responden yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif.

Alat dan instrumen yang dibutuhkan dalam penelitian adalah format asuhan keperawatan (pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi dan evaluasi), alat perlindungan diri



(Handsocon dan masker), alat pemeriksaan fisik (Tensi meter, Termometer, stetoskop, timbangan, arloji dengan detik dan penlight).

Analisis terhadap proses keperawatan yang dilakukan meliputi pengkajian keperawatan, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan yang dibandingkan dengan teori yang akan dilakukan setelah didapatkan data tentang pasien melalui pengkajian keperawatan, data akan dikelompokkan dalam bentuk data subjektif dan objektif. Kemudian dirumuskan diagnosa keperawatan, disusun rencana keperawatan, melakukan implementasi dan evaluasi keperawatan berdasarkan SDKI, SLKI, SIKI. Asuhan keperawatan dibuat dengan cara mendeskripsikan kasus dan selanjutnya dibandingkan antara kasus 1 dan 2. Kemudian kesenjangan yang ditemukan dibandingkan dengan teori yang telah ada sebelumnya.

Hasil

Berdasarkan dari hasil ditemukan perbedaan antara klien 1 dan klien 2 perbedaannya yaitu dari usia dan untuk jenis kelaminnya sama perempuan. Hal ini sesuai dengan dasar teori mengapa hipertensi sering terjadi pada perempuan dikarenakan adanya perubahan hormonal di sepanjang hidupnya, konsumsi garam yang berlebih, juga faktor usia, dan lain sebagainya (Biahimo et al., 2020).

Keluhan yang disampaikan oleh Ny.M dan Ny.S sama dengan teori klasifikasi hipertensi menurut WHO. Dimana tekanan darah diantara 140-149 mmHg itu termasuk pada kategori perbatasan antara hipertensi grade 1 dengan hipertensi grade 2. Sedangkan hasil tekanan darah 160-179 mmHg merupakan hipertensi dengan kategori grade 2. Hal ini juga sesuai dengan tanda dan gejala menurut Kemenkes RI (2018), tidak semua penderita hipertensi memiliki gejala secara tampak, mayoritas dari penderitanya mengetahui menderita hipertensi setelah melakukan pemeriksaan pada fasilitas kesehatan.

Dari kedua klien tersebut terdapat kesamaan antara tanda dan gejala pada fakta dan teori. Klien yang memiliki penyakit hipertensi akan menimbulkan gejala salah satunya sakit kepala dan juga pusing yang diimbangi dengan hasil pemeriksaan tekanan darah diatas nilai normal. Selain itu, hipertensi yang dialami dari kedua klien ini adalah karena faktor usia yang sudah tua sehingga menyebabkan dinding arteri akan mengalami penebalan dan menyebabkan pembuluh darah menyempit yang membuat tekanan darah meningkat.

Tabel 1. Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Klien 1 dengan Hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan pemberian terapi

Hari	Jam	Sebelum diberikan	Sesudah diberikan
1.	08.10 - 08.15	170/90 mmHg	160/80 mmHg
2.	09.20 - 09.25	160/80 mmHg	155/70 mmHg
3.	15.40 - 15.45	150/80 mmHg	145/80 mmHg
4.	17.15 - 17.20	140/60 mmHg	130/80 mmHg

Tabel 2. Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Klien 2 dengan Hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan pemberian terapi

Hari	Jam	Sebelum	Sesudah
------	-----	---------	---------



		diberikan	diberikan
1.	08.10 - 08.15	180/70 mmHg	170/80 mmHg
2.	09.20 - 09.25	170/80 mmHg	155/70 mmHg
3.	15.40 - 15.45	150/80 mmHg	145/70 mmHg
4.	17.15 - 17.20	140/60 mmHg	130/60 mmHg

Pembahasan

Pengambil data yang ditandai dengan pengumpulan informasi terus menerus dan keputusan professional yang mengandung arti terhadap informasi yang dikumpulkan. Pengumpulan data keluarga berasal dari berbagai sumber : wawancara, observasi rumah keluarga dan fasilitasnya, pengalaman yang dilaporkan anggota keluarga sesuai dengan teori yang dijabarkan diatas melakukan pengkajian pada Ny.M dan Ny.S dengan menggunakan format pengkajian gerontik, metode wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik untuk menambah data yang diperlukan.

Keputusan klinis mengenai seseorang, keluarga, atau masyarakat sebagai akibat dari masalah kesehatan atau proses kehidupan yang aktual atau potensial. Diagnosa keperawatan merupakan dasar dalam penyusunan rencana tindakan asuhan keperawatan, sangat perlu untuk didokumentasikan dengan baik.

Perencanaan tindakan keperawatan pada klien 1 dan 2 disusun setelah semua data terkumpul selesai di analisis dan diprioritaskan. Langkah langkah dalam perencanaan ini terdiri dari : menegakkan diagnosa keperawatan, menentukan sasaran dan tujuan, menentukan kriteria hasil dan evaluasi, menyusun intervensi dan tindakan keperawatan.

Kesimpulan

Tindakan keperawatan pada klien 1 dan klien 2 hampir sepenuhnya sudah dilakukan sesuai dengan rencana keperawatan yang telah dibuat yaitu dengan melakukan hubungan saling percaya kepada keluarga tentang aktivitas keluarga untuk mengatasi masalah kesehatan kurang tepat, pemberian health education, pengkajian lingkungan, pengkajian status nutrisi, demonstrasi pengukuran tekanan darah dan melakukan praktek mandiri penerapan terapi yang bisa dilakukan oleh pihak keluarga disaat klien merasakan gejala munculnya penyakit hipertensi maka bisa diberikan Terapi Rendam Kaki Air Hangat untuk menurunkan tekanan darah dengan waktu 5 menit dosisnya 1x dalam sehari. Serta menjelaskan kepada keluarga akibat jika tidak mengontrol garam dalam makannanya serta mengkonsumsi kopi berlebihan setiap harinya.

Jadi hasil pada klien 1 dan klien 2 tidak mengalami kesenjangan dan waktu perawatan yang tidak sama antara klien 1 dan klien 2 namun intervensi yang diberikan sangat efektif untuk diterapkan bagi perkembangan diagnosa klien masing-masing yaitu sekitar 4 hari untuk klien 1 dan klien 2.

Refrensi

- Ansori. (2015). Konsep Dasar Penyakit Hipertensi pada lansia. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58.
- Asan et. al. (2016). Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Lansia Di Upt Panti Sosial Penyantunan Lanjut Usia Budi Agung Kupang. *Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Lansia Di Upt Panti Sosial Penyantunan Lanjut Usia Budi Agung Kupang*, 11(2), 37–42.
- Astutik, M. F., & Mariyam, M. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat. *Ners Muda*, 2(1), 54.



<https://doi.org/10.26714/nm.v2i1.7347>

- Biahimo, I, N. U., & Mulyono, S. (2020). Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Melalui Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat. *Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiyah*, 5(1), 9–16. <https://journal.polita.ac.id/index.php/jakiyah/article/view/3>
- Chaidir, R., Putri, A., & Yantri, K. (2022). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Preeklampsia. *Afiyah*, 9(1), 37–44.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2019. *Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.*, tabel 53. www.dinkesjatengprov.go.id
- Fakhriyah, F., Athiyya, N., Jubaidah, J., & Fitriani, L. (2021). Penyuluhan Hipertensi Melalui Whatsapp Group Sebagai Upaya Pengendalian Hipertensi. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 435. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i2.4479>
- Handono, N. P. (2021). Efektifitas Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Dusun Krisak Wetan Selogiri. *Jurnal KEPERAWATAN GSH*, 10(1), 56–61. <http://www.journal.akpergshwng.ac.id/index.php/gsh/article/view/202109>

