

**NASKAH PUBLIKASI**  
**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP**  
**PERKEMBANGAN KELUARGA LANJUT USIA HIPERTENSI DENGAN**  
**INTERVENSI RENDAM KAKI AIR HANGAT**



**KARYA TULIS ILMIAH**

**DISUSUN OLEH :**

**MOH. ABUDI KURNIAWAN**

**NIM. P20144**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA FAKULTAS**  
**ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA**  
**TAHUN 2023**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP  
PERKEMBANGAN KELUARGA LANJUT USIA HIPERTENSI DENGAN  
INTERVENSI RENDAM KAKI AIR HANGAT**

**Moh. Abudi Kurniawan<sup>1</sup>, Siti Mardiyah<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Keperawatan Diploma Tiga  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Keperawatan Diploma Tiga  
Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

**Email : [abudinyorgat@gmail.com](mailto:abudinyorgat@gmail.com)**

**ABSTRAK**

Tahap perkembangan keluarga pada studi kasus ini adalah tahap perkembangan keluarga lanjut usia dimulai ketika orang tua memasuki usia 60 tahun keatas dan berakhir pada saat seorang pasangan pensiun yang ditandai dengan penurunan kesehatan baik secara fisik, psikologi maupun sosial yang berkaitan satu dengan yang lainnya. Tujuan studi kasus ini adalah untuk memperoleh gambaran dari asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan lanjut usia dengan intervensi terapi rendam kaki air hangat.

Jenis penelitian ini adalah studi kasus. Subjek dalam studi kasus ini adalah keluarga tahap perkembangan lanjut usia dengan masalah utama hipertensi dengan terapi rendam kaki air hangat diwilayah kerja Puskesmas Gondangrejo, Karanganyar. Hasil studi setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 5 hari dengan waktu 10-15 menit dengan terapi rendam kaki air hangat didapatkan hasil terjadi penurunan tekanan darah dengan awal tekanan darah 150/90 mmHg menjadi 140/80 mmHg. Rekomendasi tindakan terapi rendam kaki air hangat efektif dilakukan pada pasien dengan masalah kesehatan Hipertensi.

**Kata Kunci** : Asuhan Keperawatan Keluarga, Terapi Rendam Kaki Air Hangat

**Referensi** : 25 (2016-2022)

**FAMILY NURSING CARE AT THE DEVELOPMENT STAGE OF ELDERLY:  
HYPERTENSION USING THE INTERVENTION OF WARM FOOT-BATH**

**Moh. Abudi Kurniawan<sup>1</sup>, Siti Mardiyah<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Student of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, Faculty of Health Sciences,  
University of Kusuma Husada Surakarta

<sup>2</sup>Lecturer of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, Faculty of Health Sciences,  
University of Kusuma Husada Surakarta

**Email: [abudinyorngat@gmail.com](mailto:abudinyorngat@gmail.com)**

**ABSTRACT**

The case study on the family development stage of elderly begins when parents reach the age of 60 or above and ends when a mate retires. The development stage is characterized by a reduction in health both physically, psychologically, and socially. The study aimed to describe family nursing care in the elderly developmental stages using the intervention of warm water foot-bath therapy.

The type of research was a case study. The subject was a family in the developmental stage of the elderly with hypertension problems with warm water foot-bath therapy in the working area of the Puskesmas Gondangrejo, Karanganyar. Studies on post-action nursing for five days with 10-15 minutes of warm water foot-bath therapy obtained a decrease in blood pressure from 150/90 mmHg to 140/80 mmHg. Recommendations: warm water foot-bath therapy is effective in patients with hypertension health problems.

**Keywords:** Family Nursing Care, Warm Water Foot-Bath Therapy

**References:** 25 (2016-2022)

## PENDAHULUAN

Keluarga merupakan kelompok sosial terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari ayah, ibu dan anak, yang dimana para anggotanya memiliki hubungan kuat karena memiliki ikatan satu sama lain (Irmawati, 2022). Keluarga merupakan sekumpulan orang yang dihubungkan oleh ikatan perkawinan, adopsi, kelahiran yang bertujuan untuk meningkatkan dan mempertahankan budaya yang umum, meningkatkan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial dari tiap anggota (Sudiharto, 2019).

Tahap terakhir perkembangan dalam keluarga adalah tahap dalam usia lanjut. Tahap perkembangan keluarga *aging family* dimulai ketika salah satu pasangan pensiun atau salah satu pasangan meninggal dunia. Tahap ini biasanya dimulai ketika orang tua memasuki usia 60 tahun keatas dan berakhir pada saat seorang pasangan pensiun. (Faujiah, 2020)

Lansia merupakan proses menua dalam kehidupan yang ditandai dengan penurunan kesehatan baik secara fisik, psikologi maupun sosial yang berkaitan satu dengan yang lainnya. Proses tersebut dimulai sejak

awal kehidupan hingga tahap tubuh mencapai titik perkembangan maksimal. Menua bukanlah suatu penyakit, akan tetapi merupakan proses bertahap yang mengakibatkan perubahan yang kumulatif yang merupakan penyusutan karena berkurangnya sel dalam tubuh, dan akhirnya tubuh akan mengalami penurunan fungsi secara perlahan (Widiawati & Sari 2020).

Saat ini jumlah lansia di Indonesia sekitar 27,1 juta jiwa atau hampir 10% dari total penduduk. Diprediksi pada tahun 2025 jumlah lanjut usia akan meningkat 11'8% atau 33,7 juta jiwa. Peningkatan jumlah lansia dengan berbagai masalah kesehatan merupakan tugas yang menantang bagi lansia kita yang sehat dan mandiri untuk mengurangi beban masyarakat dan Negara (Kemenkes RI, 2021). Sedangkan di Surakarta sendiri jumlah lansia yang berumur 64 tahun berjumlah 21 ribu jiwa dan lansia berumur 65 tahun keatas berjumlah 37 ribu jiwa (BPS, 2019).

Masalah yang sering muncul pada lansia salah satunya ialah tekanan darah tinggi (Hipertensi). Tekanan darah cenderung akan terus meningkat seiring bertambahnya usia. Tekanan

darah tinggi akan mengganggu pola tidur pada lansia yang disebabkan karena faktor dari kelelahan, sehingga pola tidur lansia kurang pulas daripada orang dewasa. (Syaharani, 2020)

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan perubahan dimana tekanan darah meningkat secara kronik. Hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan yang abnormal tinggi didalam pembuluh darah arteri (Harnani & Axmalia, 2017). Hipertensi terjadi ketika tekanan darah sistolik mengalami kenaikan melebihi 140 mmHg atau distolik melebihi 90 mmHg, setelah melalui dua kali pengukuran atau lebih (Hinkle & Cheever, 2018)

Prevelensi penderita hipertensi berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) memperkirakan kejadian hipertensi akan meningkat mencapai 9,4 juta kematian diseluruh dunia setiap tahun, prevelensi hipertensi secara global telah mencapai 22% dari seluruh penduduk di dunia. Kejadian hipertensi di Indonesia sendiri telah mencapai 972 juta jiwa dan menempati posisi kedua dan di perkirakan terus mengalami peningkatan pada tahun 2025 hingga

mencapai 1,15 milyar atau kisaran 29% dari jumlah total penduduk. Prevelensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1% mengalami peningkatan dibandingkan prevelensi hipertensi pada riset kesehatan 2020 sebesar 25,8% (Kemenkes RI, 2021). Prevelensi hipertensi pada usia lansia (>55 tahun) lebih besar jumlahnya dari pada rentang usia lainnya yaitu 55,2% (Kemenkes RI, 2021). Sedangkan di Provinsi Jawa Tengah prevelensi hipertensi berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menyatakan bahwa penderita hipertensi pada lansia (55 – 75 tahun keatas) yang terdiagnosa oleh dokter maupun yang meminum obat anti hipertensi mencapai 11.924 jiwa (Kementrian Kesehatan RI, 2019)

Pada umumnya penatalaksanaan hipertensi dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan non farmalogis. Penatalaksanaan farmokologi yaitu dengan menggunakan obat (anti hipertensi). Penatalaksanaan terapi non farmakologi salah satunya yakni dengan terapi rendam kaki air hangat. Manfaat yang diberikan oleh terapi rendam kaki dengan air hangat untuk dapat mengatasi demam, mengatasi nyeri, memperbaiki kesuburan,

menghilangkan rasa lelah, sistem pertahanan tubuh meningkat dan juga bermanfaat melancarkan peredaran darah (Ulinnuha dkk, 2018). Terapi Merendam kaki dengan menggunakan air hangat adalah jenis terapi non farmakologi agar tekanan darah mengalami penurunan dan terbilang lebih mudah untuk dilakukan dibandingkan terapi lainnya. temuan dalam penelitian yang telah dilakukan oleh (Andriati & Putri, 2018).

Terapi rendam kaki air hangat berperan penting dalam efektivitas proses sirkulasi darah, mengatasi pembekakan, merileksasikan otot, mengurangi rasa nyeri dan sakit pada otot, meningkatkan permeabilitas kapiler melalui adanya transfer rasa hangat dari air menuju tubuh. Hal ini menyebabkan pembuluh darah mengalami pelebaran dan ketegangan otot menjadi berkurang (Ambarsari, Erniati, dan Hidayanti 2020). Kalor yang dihasilkan dari proses rendam kaki air hangat membuat pembuluh darah menjadi lebar, saraf yang berada di kaki terangsang sehingga sistem saraf parasimpatis dapat diaktifkan dan tekanan darah mengalami penurunan.

Dalam penelitian Nurpratiwi & Novari (2021) menunjukkan bahwa

terapi rendam kaki air hangat efektif untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Rendam kaki air hangat dilakukan di ember air hangat selama 15 dalam 4 hari, untuk menjaga kestabilan suhu air maka menggunakan 2 ember dan air hangat dalam setiap tindakan dimana salah satu dari kedua ember tersebut akan dijadikan cadangan air hangat dengan suhu 37-39C (Dilianti, 2018).

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dan menyusun Karya Tulis Ilmiah mengenai “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Lanjut Usia Hipertensi Dengan Intervensi Rendam Kaki Air Hangat”.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian studi kasus adalah metode yang bertujuan untuk mempelajari dan menyelidiki suatu kejadian atau fenomena mengenai individu, seperti riwayat hidup seseorang menjadi objek penelitian (Walgito, 2010). Studi kasus dalam penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan keluarga dewasa dengan

penyakit hipertensi menggunakan tindakan keperawatan berupa pemberian terapi rendam kaki air hangat.

Pada subjek studi dalam studi kasus ini adalah keluarga dewasa dengan diagnosis medis Hipertensi. Maka penulis menjabarkan tentang konsep penyakit hipertensi beserta Asuhan Keperawatan mulai dari pengkajian sampai dengan evaluasi. Dan fokus studi dalam karya tulis ilmiah ini adalah keluarga tahap dewasa dengan permasalahan utama hipertensi dengan pemberian terapi rendam kaki air hangat.

Tempat studi kasus ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo, Karanganyar. Dan waktu pengambilan kasus studi ini mulai dilakukan pada tanggal 31 Januari – 10 Februari 2023 di wilayah kerja puskesmas gondangrejo. Pengumpulan data yang digunakan pada studi kasus ini yaitu dengan metode wawancara, observasi tanda gejala hipertensi dan evaluasi terapi rendam kaki air hangat, dan dengan metode studi dokumentasi. Studi kasus karya tulis ilmiah ini telah lolos uji etik penelitian di komite etik

(KEPK) Universitas Kusuma Husada Surakarta dengan No. 1026/UKH.L.02/EC/I/2023 dengan prinsip *Informed consent*, *Anonymity* (tanpa nama), *Confidentiality* (kerahasiaan).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengkajian pada keluarga dilakukan pada tanggal 30 Januari – 10 Februari 2023 dilakukan selama 5 kali kunjungan, dimulai dengan dilakukan pengkajian dengan cara wawancara dan pemeriksaan fisik kepada Ny.W tentang cara penanganan hipertensi didapatkan hasil pemeriksaan fisik tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah 150/90 mmHg, Nadi 96x/menit, Respirasi 22x/menit. Ny. W mengatakan belum tahu tentang teknik nonfarmakologis yaitu terapi rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah. Pengkajian didapatkan data berdasarkan batasan karakteristik yaitu Data Subyektif : Ny. S mengatakan mempunyai riwayat hipertensi tetapi tidak memperhatikan diet hipertensi, Ny. W mengatakan suka makanan asin karena menurutnya enak. Ny. W mengatakan sering

merasa cengeng dibagian tengkuk, mudah mengantuk dan sering pusing, Ny. W mengatakan malas untuk jalan sehat karena tidak ada waktu. Data Obyektif : Tekanan darah 150/90 mmHg, Nadi : 96x/menit, Respirasi : 22x/menit. Keluarga Ny. W tampak bingung saat ditanya cara merawat atau cara melakukan terapi rendam kaki air hangat.

Hipertensi adalah keadaan tekanan darah tinggi yang abnormal dan memiliki gejala hipertensi seperti pusing, cengeng ditengkuk, mudah mengantuk, sakit kepala, lemas, sesak napas, nyeri dada, panangan kabur. Hipertensi jika tidak segera diatasi akan menyebabkan komplikasi seperti stroke, gagal ginjal, kerusakan otak, kejang serta dapat menimbulkan kematian (Syahrani, 2020)

Hipertensi atau sering disebut dengan tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang mengakibatkan kematian. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah secara terus menerus yang abnormal, tekanan darah sistolik lebih tinggi dari 140 mmHg, dan tekanan darah diastolik lebih tinggi dari 90 mmHg.

Dari hasil pengkajian berdasarkan hasil uji yang dilakukan pada pasien Ny.W sesuai hasil teori ESH & ESC salam Majid (2017) yaitu klasifikasi hipertensi yaitu optimal sistolik <120 diastolik >80, normal sistolik 120-129 diastolik 80-84, High normal sistolik 130-139 diastolik 85-89. Hipertensi Stage I : ringan sistolik 140-159 diastolik 90-99, Hipertensi Stage II : sedang sistolik 160-179 diastolik 100-109, Hipertensi Stage III : berat sistolik 180-209 diastolik 110-119, Hipertensi Stage IV : sangat berat sistolik >209 diastolik >120.

Tahap perkembangan keluarga Ny.W yaitu pada tahap perkembangan keluarga lanjut usia, tahap ini dimulai ketika salah satu pasangan meninggal dimulai saat salah satu pasangan pensiun, yang berlanjut sampai saah satu pasangan meninggal atau keduanya meningal.

Tahap ini merupakan tahap paling akhir dalam perkembangan keluarga dimulai saat salah satu pasangan pensiun dan berlanjut sampai salah satu pasangan meninggal sampai keduanya. Tahap ini dimulai ketika orang tua berusia 55 tahun keatas. Tugas perkembangan keluarga lanjut usia antara lain :



mempertahankan suasana ruman yang menyenangkan melakukan *life review*, mempertahankan hubungan dengan anak dan masyarakat, mempertahankan hubungan suami istri yang saling merawat (Gusti & Salvari 2019).

Diagnosis keperawatan keluarga mengarah pada Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif (D.0117) dan menjadi prioritas diagnosis keperawatan keluarga yaitu dengan hasil scoring 4 2/3. Menurut Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), definisi Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif yaitu ketidakmampuan mengidentifikasi, mengelola, dan menemukan bantuan untuk mempertahankan kesehatan. Penyebabnya adalah ketidakmampuan mengatasi masalah (individu atau keluarga) yang dibuktikan dengan gejala dan tanda mayor yaitu kurang menunjukkan pemahaman tentang perilaku sehat dan tidak mampu menjalankan perilaku sehat.

Diagnosis tersebut berdasarkan teori dalam kategori diagnosa prioritas pertama dengan total nilai untuk Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif (D.0117) dengan hasil total skoring 4

2/3. Perhitungan skoring pada diagnosis Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif (D.0117) ini sudah sesuai dengan teori ESH & ESC dalam majid (2017) bahwa menggunakan skoring untuk menentukan diagnosis prioritas. Hasil pemeriksaan fisik dan teori diatas dapat disimpulkan bahwa pasien memiliki penyakit hipertensi yang mana ditandai dengan mudah mengantuk, sering pusing dan cengeng ditengkuk, dan tekanan darahnya >140/90mmHg, yaitu 150/80 mmHg yang termasuk dalam kategori hipertensi Stage II yakni dalam kategori sedang tekanan darah sistolik antara 160/179 mmHg sedangkan diastolik 100/119 mmHg.

Intervensi yang diberikan berdasarkan fakta (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia, 2018) dapat memenuhi lima fungsi dalam keluarga antara lain : (1) Keluarga mampu mengenal masalah : Edukasi Proses Penyakit I.12444. (2) Keluarga mampu mengambil keputusan : Promosi Koping I.09312. (3) Keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit : Perlibatkan Keluarga I.14525. (4) Keluarga mampu memodifikasi lingkungan : Edukasi

kesehatan I.12383. (5) Keluarga mampu memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan : Edukasi Perilaku Upaya Kesehatan I.12435 (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Berdasarkan data diagnosa yang muncul, maka salah satu intervensi yang diambil dari jurnal utama ialah : Promosi koping yakni menganjurkan keluarga untuk terlibat dalam mengajarkan terapi rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pasien.

Berdasarkan perumusan masalah dan skoring maka penulis menentukan perencanaan keperawatan yang sesuai dengan masalah tersebut adalah Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif (D.0117) tujuan umum : setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 5 kali kunjungan selama 2 minggu diharapkan Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif menurun Berdasarkan kriteria hasil : setelah dilakukan kunjungan rumah selama 5 kali kunjungan diharapkan Pemeliharaan Kesehatan (L. 12106) yaitu keluarga menunjukkan perilaku adaptif meningkat, menunjukkan perilaku meningkat, kemampuan menjalankan perilaku kesehatan meningkat, memiliki sistem

pendukung meningkat dan tekanan darah dapat terkontrol. Tujuan khusus setelah dilakukan tindakan asuhan keperawatan pada pasien masalah teratasi dengan kriteria hasil sebagai berikut :

Tujuan khusus yang ke-1 yaitu keluarga mampu mengenal masalah hipertensi : intervensi pengenalan diri, menjelaskan maksud dan tujuan, identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi serta berikan lembar *informed consent*, jelaskan penyebab, faktor resiko dan penyakit dan jelaskan tanda dan gejala ditimbulkan penyakit

Tujuan khusus yang ke-2 yaitu keluarga mampu mengambil keputusan dengan intervensi identifikasi metode penyelesaian masalah salah satunya dengan terapi rendam kaki air hangat, melibatkan anggota keluarga.

Tujuan khusus yang ke-3 yaitu keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit, dengan intervensi identifikasi kesiapan keluarga untuk terlibat dalam perawatan, diskusikan cara perawatan dirumah untuk mengontrol tekanan darah salah satunya dengan terap rendam kaki air

hangat pada pagi hari dan anjurkan keluarga terlibat dalam perawatan.

Tujuan khusus yang ke-4 yaitu keluarga mampu memodifikasi lingkungan dengan intervensi jelaskan faktor resiko yang mempengaruhi kesehatan, ajarkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan mengurangi konsumsi garam yang berlebih

Tujuan khusus yang ke-5 yaitu keluarga mampu memanfaatkan fasilitas kesehatan yang ada, dengan intervensi anjurkan penggunaan fasilitas kesehatan

Tindakan sesuai jurnal yang dapat disimpulkan penulis terdapat pada Nurpratiwi dan Novari, (2021) bahwa terapi rendam kaki air hangat efektif dilakukan selama 15 menit dengan dilakukan 4 kali dalam 2 minggu. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah diberikan tindakan nonfarmakologi terapi rendam kaki air hangat dengan pemeriksaan tekanan darah menggunakan sphygmomanometer untuk mengetahui perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi.

implementasi dengan diagnosa Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif (D.0117) yaitu mengajarkan terapi rendam kaki air hangat untuk

menurunkan tekanan darah. Terapi rendam kaki air hangat dilakukan selama 4 kali dalam 2 minggu, dan dilakukan selama 15 menit dalam sehari menurut Nurpratiwi dan Novari (2021).

Implementasi pada studi kasus ini dilakukan selama 4 kali dalam 2 minggu, dan dilakukan selama 15 menit dalam sehari, implementasi keperawatan kunjungan pertama dilakukan pada hari Selasa 31 Januari 2023 Pukul 09.20 WIB memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan serta saling

Implementasi keperawatan pada kunjungan kedua dilakukan pada hari Rabu, 01 Februari 2023 Pukul 10.10 WIB yaitu mengidentifikasi metode penyelesaian masalah dengan terapi rendam kaki air hangat, mendiskusikan cara perawatan agar tidak terjadi masalah hipertensi secara tiba-tiba dengan terapi rendam kaki air hangat selama 10-15 menit dan melakukan pengukuran sebelum melakukan terapi rendam kaki air hangat, Tekanan Darah : 160/100mmHg. Setelah dilakukan terapi rendam kaki Tekanan Darah : 150/100mmHg. mengidentifikasi

kesiapan keluarga untuk terlibat dalam perawatan

Implementasi keperawatan pada kunjungan ketiga dilakukan pada hari Sabtu, 04 Februari 2023 Pukul 08.40 WIB yaitu mengajarkan pencarian dan penggunaan sistem pelayanan kesehatan. mengukur tekanan darah sebelum melakukan terapi TD : 150/100mmHg mengajarkan cara melakukan terapi rendam kaki air hangat selama 10-15 menit. pengukuran setelah terapi TD : 150/90mmHg. mengidentifikasi kesiapan keluarga untuk terlibat dalam perawatan

Implementasi keperawatan pada kunjungan hari keempat dilakukan pada hari Minggu, 05 Februari 2023 Pukul 10.05 WIB menjelaskan faktor yang mempengaruhi kesehatan. Mengajak keluarga terlibat dalam terapi rendam kaki air hangat. melakukan pengukuran tekanan darah sebelum terapi TD : 150/90mmHg melakukan terapi rendam kaki air hangat selama 10-15 menit. melakukan pengukuran setelah terapi TD : 140/90mmHg. mengidentifikasi kesiapan keluarga untuk terlibat dalam perawatan

Implementasi keperawatan pada kunjungan hari kelima dilakukan pada hari Selasa, 07 Februari 2023 Pukul 08.30 WIB dengan mengajarkan hidup bersih dan sehat dengan mengurangi konsumsi garam dan santan. melakukan pengukuran sebelum melakukan terapi rendam kaki air hangat TD : 140/90mmHg melakukan terapi rendam kaki air hangat selama 10-15 menit. Melakukan pengukuran sesudah melakukan terapi rendam kaki air hangat TD : 140/80mmHg. mengidentifikasi kesiapan keluarga untuk terlibat dalam perawatan

Pada studi kasus ini penulis menyimpulkan berdasarkan fakta sesuai dengan opini, Menurut Nurpratiwi dan Novari (2021) terapi rendam kaki air hangat yang ditambah garam dapat mereleksi bagi tubuh. Waktu pemberian terapi rendam kaki air hangat dilakukan selama 4 kali dalam 2 minggu dan dilakukan selama 10-15 menit sehari.

Terapi rendam kaki air hangat merupakan salah satu cara terapi untuk menurunkan darah, serta mengangkat racun dalam tubuh seseorang yang mengidap berbagai penyakit yaitu tidak bisa tidur akibat kelelahan, stres, radang sendi, sakit

punggung, nyeri otot, kram, kaku (Wulandari, 2016).

Menurut Arafah & Takalar (2019), bahwa tekanan darah dapat turun karena merendam kaki air hangat akan membuat pembuluh darah melebar dan meningkatkan sirkulasi darah dan dapat merilekskan seluruh tubuh. Proses terjadinya rendam kaki air hangat secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas/hangat dari air hangat ke tubuh sehingga bisa memberi rangsangan pengeluaran hormon endorfin didalam tubuh dan penekanan hormon adrenalin bisa menurunkan tekanan darah jika dilaksanakan dengan dengan penuh kesadaran dan dengan kedisiplinan. Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian yang dilakukan Santoso (2015), yang melakukan intervensi hidroterapi rendam kaki air hangat . Hal tersebut terjadi karena manfaat/efek hangat adalah efek fisik panas/hangat yang dapat menyebabkan zat cair, padat, dan gas mengalami pemuaian ke segala arah dan dapat meningkatkan reaksi kimia. Pada jaringan akan terjadi metabolisme seiring dengan peningkatan sirkulasi darah. Secara fisiologis respon tubuh terhadap panas

yaitu menyebabkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan kekentalan darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatkan permeabilitas kapiler.

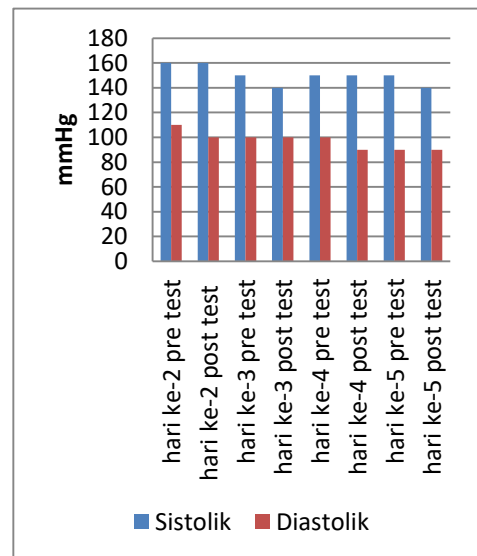
Evaluasi pada studi kasus ini setelah dilakukan implementasi keperawatan masalah Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif pada hari Selasa, 07 Februari 2023 dengan menilai hasil dan proses keperawatan didapatkan hasil Subjektif : pasien mengatakan sudah paham tentang penyakit hipertensi, penyebab, faktor resiko, tanda dan gejala serta penatalaksanaannya, pasien mengatakan sudah paham tentang melakukan terapi, pasien mengatakan akan memperhatikan diet hipertensi, pasien akan melakukan terapi rendam kaki air hangat rutin 1 minggu 3x untuk memelihara kesehatan agar tidak terjadi hipertensi tiba-tiba atau untuk menurunkan tekanan darah, pasien akan memanfaatkan fasilitas kesehatan. Data Objektif : pasien tampak rileks, nyaman dan bugar, pasien tampak paham, pasien tampak kooperatif, pasien bisa melakukan terapi sendiri, tekanan darah sebelum

terapi 140/90 mmHg setelah terapi 140/80mmHg.

Analisis : masalah pemeliharaan kesehatan tidak efektif teratasi dan pasien mampu melakukan 5 fungsi keluarga dengan baik yaitu : keluarga mampu mengenal masalah (keluarga dan pasien dapat menjelaskan pengertian, tanda dan gejala hipertensi, faktor resiko, dan penatalaksanaannya), keluarga mampu mengambil keputusan (mengidentifikasi metode penyelesaian masalah dan melibatkan anggota keluarga), keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit (melakukan terapi rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah), keluarga mampu memodifikasi lingkungan (menerapkan perilaku hidup sehat dengan mengurangi aktivitas dan konsumsi garam dan santan), keluarga mampu memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan yang ada (menganjurkan menggunakan fasilitas kesehatan).

Setelah dilakukan tindakan untuk menurunkan tekanan darah yang dirasakan dengan mengajarkan terapi rendam kaki air hangat selama 10-15 menit sebanyak 4 kali tindakan, hasil post test menunjukkan bahwa terapi

rendam kaki air hangat sangat efektif untuk menurunkan tekanan darah. Pasien mengatakan lebih rileks, dan tenang. Terapi rendam kaki air hangat bertujuan untuk meningkatkan aliran darah, memperbaiki sirkulasi darah juga memperlancar sirkulasi getah bening sehingga dapat membersihkan tubuh dari racun, meringankan nyeri pada otot, kaku, kram radang sendi, dan sakit punggung.



### 2.3 Grafik pengukuran tekanan darah

Berdasarkan grafik di atas didapatkan hasil data bahwa pemberian rendam kaki air hangat efektif diberikan, didukung oleh penelitian menurut Nurpratiwi dan

Novari (2021) terapi rendam kaki air hangat yang ditambah garam dapat mereleksasi bagi tubuh. Waktu pemberian terapi rendam kaki air hangat dilakukan selama 4 kali dalam 2 minggu dan dilakukan selama 10-15 menit sehari.

### **Kesimpulan**

Setelah penulis melakukan asuhan keperawatan keluarga dari pengkajian, menetapkan diagnosa keperawatan, menentukan intervensi keperawatan, melakukan implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan pada tahap perkembangan keluarga lanjut usia di Desa Banjarejo, Kecamatan Gondangrejo yang merupakan wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo, Kabupaten Karanganyar secara metode studi kasus, maka penulis menuliskan kesimpulan dan saran pada bab ini.

### **SARAN**

#### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat sebagai tambahan referensi untuk meningkatkan

pengetahuan pada keperawatan keluarga yang mengalami hipertensi untuk mengambil langkah dalam upaya peningkatan mutu pelayanan kesehatan pada pasien dengan teknik nonfarmakologi terapi rendam kaki air hangat menurunkan darah.

#### 1. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas)

Hasil penulisan ini dapat digunakan untuk memberikan pelayanan kesehatan dan mempertahankan hubungan baik antara tim kesehatan maupun dengan pasien, sehingga dapat meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan lanjut usia yang mengalami hipertensi dengan tindakan nonfarmakologi dengan pemberian terapi rendam kaki air hangat.

#### 2. Bagi Perawat

Hasil penulisan ini dapat digunakan sebagai bahan keterampilan yang baik dalam pemberian asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan keluarga lanjut usia yang memiliki masalah hipertensi, sehingga perawat dan tim kesehatan lain mampu

membantu dalam kesembuhan klien serta memenuhi kebutuhan dasarnya dengan melakukan terapi rendam kaki air hangat selama 4 kali dalam 2 minggu dengan durasi selama 10-15 menit.

### 3. Bagi Klien dan Keluarga

Dapat memberikan pengetahuan, wawasan dan penatalaksanaan pada tahap keluarga lanjut usia yang mengalami masalah hipertensi dengan melakukan terapi rendam kaki air hangat selama 4 kali dalam 2 minggu dengan durasi selama 10-15 menit dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriati, R., & Putri, A. S. 2018. "Perbandingan Antara Rendam Kaki Air Hangat Dan Massage Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Suradita Kabupaten Tangerang." *Edudharma* (2(1)): 11–19.
- Bakri, M. 2017. "Asuhan Keperawatan Keluarga." *Pustaka Baru Press*.
- Efendi & Larasati. 2017. "Dukungan Keluarga Dalam Manajemen Penyakit Hipertensi." *Jurnal. Lampung: Universitas Lampung* (6(1)): 34–40.
- Harnani, Y., & Axmalia, A. 2017. "Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Efektif Menurunkan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia." *Jurnal Kesehatan Komunitas*: 129–32.
- Hinkle, J., L., & Cheever. 2018. *Bruner and Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing*. Wolters Kluwer India Pvt Ltd. <https://book.google.co.id/book?id=yS7vDwAAQBAJ>.
- Irmawati, Rochaniningsih dalam. 2022. "Asuhan Keperawatan Keluarga." Penerbit : Pustaka Pelajar. Yogyakarta."
- Maria, H, B. 2017. "Asuhan Keperawatan Keluarga." *Pustaka Mahardika*: Yogyakarta.
- Nadirawati. 2018. "Asuhan Keperawatan Keluarga." *Asuhan Keperawatan Keluarga 1*(Bandung).
- Nurpratiwi, & Novari, E. 2021. "Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah SP 4 Setuntung Kecamatan Belitang Kabupaten Sekadal." : 36–40.
- Nuyridayanti, A. 2017. "Pengaruh Rendam Air Garam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Penderita Gouth Di Desa Toyoresmi Di Kecamatan Gampengrejo Kabupaten Kediri." *Jurnal Kesehatan*: 116–20.
- Riasmini. 2017. "Bantuan Asuhan Keperawatan Individu, Keluarga, Kelompok, Dan Komunitas Dengan Modifikasi NANDA, ICNP NOC Dan NIC, Di Puskesmas Dan Masyarakat." *Penerbit Universitas Indonesia*.



Solechah, N. 2017. "Pengaruh Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat." *Jurnal Keperawatan*: 3–4.

Sudiharto. 2019. "Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Keperawatan Transkultural. Jakarta: EGC."

Susanto, Tantut. 2021. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. Jak Buku Mahasiswa Kesehatan.

Ulinnuha, R, Udiyono, Adi, M, & Wuryanto, N, A. 2018. "Gambaran Kejadian Obesitas, Asupan Gizi, Dan Aktivitas Fisik Berdasarkan Status Andropause Pada Pria Usia 30-50 Tahun (Studi Di Kecamatan Tembalang Kota Semarang)." *Jurnal Kesehatan Masyarakat* (6(1)): 287–97.

Widiawati, W., & Sari, D. 2020. Literasi Nusantara *Keperawatan Gerontik*. <https://books.google.co.id/books?id=o98oEAAAQBAJ>.

Wulandari,P. 2016. "Pengaruh Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Podorejo Rw 8 Ngalihan." *Jurnal Keperawatan*: 43–47.

Zakaria, A. 2017. "Asuhan Keperawatan Keluarga Pendekatan Teori Dan Konsel." : Purwokerto : CV IRDH.