ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP PERKEMBANGAN KELUARGA LANJUT USIA

Triska Putranto[1],Rufaida Nur F, S.Kep.,Ns.,M.Kep,[2]

[1]Mahasiswa Prodi D3 Keperawatan STIKes Kusuma Husada Surakarta
[2]Dosen Keperawatan STIKes Kusuma Husada Surakarta

ABSTRAK

Tahap perkembangan keluarga lanjut usiayaitu usia yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia. Usia tahap ini dimulai dari 60 tahunan sampai akhir kehidupan, dimana pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial sedikit demi sedikit sehingga tidak dapat melalukan tugasnya sehari-hari lagi.Salah satu penanganan untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan terapi rendam kaki air hangat dicampur garam dan serai. Manfaat dari rendam kaki air hangat dicampur garam dan serai adalahsirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung.Studi kasus ini bertujuan untuk melaksanakan asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan keluarga lanjut usia yang mengalami hipertensi. Diagnosa yang muncul pada kasus ini adalah risiko ketidakstabilan tekanan darah. Salah satu penanganan untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan terapi rendam kaki air hangat dicampur garam dan serai. Manfaat dari rendam kaki air hangat dicampur garam dan serai adalahsirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung.Metode penelitianmenggunakan deskriptif dengan metode studi kasus. Sedangkan pengambilan data dilakukan dengan wawancara, observasi, serta studi dokumentasi.Hasil pengelolaan asuhan keperawatan selamalima kalikunjungan rumah menunjukkan adanya penurunan tekanan darah dari 170/110 mmHg turun menjadi 140/90 mmHg. Pemberian terapi rendam kaki air hangat dicampur garam dan serai bisa dijadikan sebagai salah satu intervensi pada asuhan keperawatan keluarga dengan masalah kesehatan hipertensi.

Kata kunci : Lansia, asuhan keperawatan keluarga, terapi rendam kaki air hangat garam dan serai

D3 Nursing Study Program
STIKes Kusuma Husada Surakarta
2019

FAMILY NURSING CARE IN THE FAMILY DEVELOPMENT STAGE OF ELDERLY

Triska Putranto[1], Rufaida Nur F, S.Kep.,Ns.,M.Kep,[2]
[1]Student of D3 Nursing Study Program of STIKes Kusuma Husada Surakarta
triskaputranto@gmail.com
[2] Student of D3 Nursing Study Program of STIKes Kusuma Husada Surakarta

ABSTRACT

The development stage of the elderly family is that age nears the end of the life cycle of the world. This stage starts from the age of 60 years until the end of life, where persons experience physical, mental, and social setbacks so that they cannot conduct daily activities. One treatment to reduce blood pressure is by warm water foot-bathing mixed with salt and lemongrass. The benefits of this therapy are circulating the blood, stabilizing blood flow and heart work. This case study aimed to carry out family nursing care at an elderly family development stage of hypertension. The diagnosis that arises was the risk of blood pressure instability. The research utilized a descriptive case study method. Data collection was performed by interview, observation, and study documentation. The result of nursing care management by five times visits showed a reduction in blood pressure from 170/110 mmHg to 140/90 mmHg. Warm water foot-bathing mixed with salt and lemongrass therapy can be alternative interventions in family nursing care with hypertension health problems.

Keywords: Elderly, family nursing care, warm water foot-bathing mixed with salt and lemongrass therapy

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang umum terjadi dimasyarakat. Hipertensi juga sering disebut sebagai *sillent killer* karena termasuk penyakit yang mematikan. Hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, hipertensi memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong mematikan serta meningkatkan risiko serangan jantung, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Pudiastuti, 2013).

Tekanan darah tinggi pada orang dewasa menurut klasifikasi JNC (*The Joint National Commite On Preventation, detection evaluation and treatment of High Blood Preassure)* (Purwanto,2012) klasifikasi sistolik dan diastolik untuk ukuran normal <120 dan <80, pada prehipertensi dalam rentan sistolik 120-139 mmHg dan diastolik 85-99 mmHg. Pada hipertensi stage 1 ukuran sistolik 140-159 mmHg dan diastolic 90-99 mmHg, serta hipertensi stage 2 ukuran tekanan darah >160 dan >100 mmHg. Sedangkan pada lansia klasifikasi sistolik dan diastolik untuk kategori optimal <120 dan <80, pada kategori normal klasifikasi sistolik dan diastolik 120 mmHg dan 80 mmHg, pada high normal ukuran sistolik 130 mmHg dan diastolik 85 mmHg, Hipertensi pada grade 1 (ringan) ukuran sistolik 140 mmHg dan diastolik 90 mmhg, hipertensi grade 2 (sedang) ukuran sistolik 160 mmHg dan diastolik 100 mmHg, hipertensi grade 3 (berat) ukuran sistolik 180 mmHg dan diastolik 100 mmHg dan hipertensi grade 4 (sangat berat) ukuran sistolik >210 dan diastolik >120 mmHg.Data WHO tahun 2014, menunjukkan bahwa pravelensi keseluruhan peningkatan tekanan darah pada orang dewasa berusia 18 tahun lebih adalah sekitar 22%. Asia Tenggara menempati urutan terbanyak kedua setelah Afrika. Sedangkan pravelensi hipertensi pada lansia sebanyak 26,4%. Hal ini membuktikan bahwa jumlah penderita hipertensi lebih banyak pada lansia (Dukomalamo dkk,2016)

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 menunjukan angka pravelensi hipertesi secara nasional (25,8), jika dibanding hasil (Riskesdas) tahun 2007(31,7/1000) menunjukkan adanya peurunan angka pravelensi,namun hal ini tetap perlu di waspadai karena jika tidak segera ditangani akan menyebabkan salah satu faktor risiko penyakit degeneratif antara lain penyakit jantung, stroke dan penyakit pembuluh darah lainnya. Jumlah penduduk berisiko(>15th) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2015 tercatat sebanyak 2.807.407 atau 11,3 persen. Dalam studi kasus di Puskesmas Gondangrejo didapatkan data bahwa dua bulan terakhir terhitung sejak bulan Februari sampai April 2017 bahwa terdapat kasus hipertensi yang masih tinggi yaitu 25,8%, yaitu rata-rata usia 60-75 tahun (Puskesmas Gondangrejo Karanganyar,2017).

Usia lanjut menurut Harmoko, (2012) yaitu usia yang mendekati akhir siklus kehidupan manusia di dunia. Usia tahap ini dimulai dari 60 tahunan sampai akhir kehidupan. Usia lanjut merupakan istilah tahap akhir dari proses perkembangan. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua, dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir, dimana pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial sedikit demi sedikit sehingga tidak dapat melalukan tugasnya sehari-hari lagi. Tahap usia lanjut adalah tahap dimana terjadi penuaan dan penurunan, yang menurunnya lebih jelas dan lebih dapat diperhatikan dari pada tahap usia baya.

Salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan terapi rendam air hangat secukupnya dicampur garam (2 sendok) dan serai (5 batang), merendam bagian kaki ke dalam air hangat dapat meningkatkan sirkulasi, mengurangi edema,

meningkatkan relaksasi otot. Terapi rendam kaki (hidroterapi kaki) ini juga membantu meningkatkan sirkulasi darah dengan memperlebar pembuluh darah sehingga lebih banyak oksigen dipasok ke jaringan yang mengalami pembengkakan. Perbaikan sirkulasi darah juga memperlancar sirkulasi getah bening sehingga membersihkan tubuh dari racun.Orang –orang yang menderita berbagai penyakit seperti rematik, radang sendi, linu pinggul, sakit punggung, insomnia, kelelahan, stress, sirkulasi darah buruk (hipertensi), nyeri otot, kram, kaku, terapi air (hidroterapi) bisa di gunakan untuk meringankan masalah tersebut. Berbagai jenis hidroterapi, metode yang umum digunakan dalam hidroterapi yaitu mandi rendam, *sitzbath*, pijat air, membungkus dengan kain basah, kompres, merendam kaki. Pengaruh terapi rendam kaki air hangat terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi (Wulandari dkk,2016)

METODE STUDI KASUS

Jenis studi kasus yang digunakan oleh penulis adalah jenis *Observasional Diskriptif* dengan pendekatan studi kasus pada pasien dengan diagnose hipertensi. Subjek yang digunakan pada studi kasus ini yaitu satu klien lansia yang tercantum pada kartu keluarga. Studi kasus ini adalah studi untuk mengekesplorasikan masalah asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangankeluarga lanjut usia dengan masalah hipertensi di Wilayah Puskesmas Gondangrejo.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kasus ini dilakukan implementasi sebanyak 4 hari kunjungan dan mengajarkan terapi rendam air hangat secukupnya dicampur garam (2 sendok) dan serai (5 batang) dan melakukan observasi tekanan darah sebelum dilakukan dan sesuadah tindakan pemberian terapi rendam kaki air hangat.

a. Pengkajian

Berdasarkan hasil studi dapat diketahui saat pengkajian awal sebelum dilakukan tindakan tekanan darah klien dari hasil pengkajian didapatkan data subjektif antara lain: Ny. S mengatakan menderita hipertensi kurang lebih 8 tahun, Ny. S mengatakan menyukai makanan asin atau yang mengandung garam tinggi. 170/110 mmH, Nadi 86x/menit, Respirasi 20x/menit.

b. Diagnosa

Hasil skoring prioritas masalah keperawatan Risiko Ketidakstabilan Tekanan Darah yaitu: kriteria sifat masalah Resiko dengan skor 2, bobot 1 diperhitungkan $\frac{2}{3}$x1 = 2/3, kemungkinan masalah dapat di ubah sebagian dengan skor 1, bobot 2, perhitungan $\frac{1}{2}$x2 =1, kriteria potensial masalah cukup, dengan skor 2, bobot 1, perhitungan $\frac{2}{3}$x1 = $\frac{2}{3}$, kriteria menonjolnya masalah yaitu masalah dirasakan dan harus segera ditangani dengan skor 2, bobot 1, perhitungan $\frac{2}{2}$x1 =1. Total keseluruhan dari scoring prioritas masalah adalah 3 $\frac{1}{3}$.

c. Intervensi

Setelah dilakukan tindakan keperawatan 5x kunjungan. Sedangakan tujuan kusus mengacu pada 5 fungsi keperawatan keluarga yang dijabarkan sebagai berikut

1. Keluarga mampu mengenal masalah mengenai hipertensi,yaitu (definisi hipertensi, tanda dan gejala hipertensi serta penyebab hipertensi) tujuannya adalah tekanan darah terdapat penurunan atau tekananan darahnya dapat stabil, intervensinya adalah sebagai berikut : berikan pendidikan kesehatan mengenai proses penyakit hipertensi(definisi, tanda dan gejala sera pencegahan), berikan penjelasan

hidroterapi rendam kaki air hangat dicampur serai dan garam.

2. Keluarga mampu memutuskan tindakan dalam keyakinan keluarga untuk meningkatkan atau memperbaiki kesehatan, bisa dipertahankan dengan intervensi : beri dukungan pada keluarga membuat keputusan yang tepat dalam merawat klien.
3. Keluarga mampu merawat anggoa keluarga yang sakit hipertensi, intervensi : Monitor TTV klien, berikan hidroterapi rendam kaki air hangat dicampur serai dan garam, libatkan keluarga dalam merawat klien yang mengalami hipertensi.
4. Keluarga mampu memodifikasi lingkungan keluarga untuk menjamin kesehatan keluarga.
5. Keluarga memiliki kemampuan untuk memanfaatkan pelayanan kesehatan keluarga dengan intervensi : motivasi keluarga untuk memeriksakan klien yang mengalami hipertensi kepelayanan kesehatan.

d. Implementasi

Implementasi sesuai yang telah direncanakan dengan 5x kunjungan rumah dengan hasil paparan berikut:

Pada kunjungan keluarga yang pertama tindakan keperawatan yang dilakukan pada Ny. S Rabu, 20 Februari 2019 menjelaskan pada klien dan keluarga tentang (pengertian, tanda dan gejala serta penyebab hipertensi), mengukur tanda tanda vital dengan hasil 170/110 mmHg, mendemonstrasikan pada keluarga dan klien melakukan hidroterapi rendam kaki air hangat kurang lebih 2 liter dicampur serai (5 batang) dan garam (2 sendok) selama 15-20 menit.

Tabel 1. Hasil observasi pemberian tindakan rendam kaki air hangat sebelum dan sesudah dilakukan terhadap tekanan darah.

Kunjungan	***Pre***	***Post***	**Satuan**
Hari 1	170/110	170/110	mmHg
Hari 2	170/110	160/100	mmHg
Hari 3	160/100	150/110	mmHg
Hari 4	150/100	140/90	mmHg

e. Evaluasi

Hasil evaluasi terhadap 5 fungsi keperawatan menunjukan bahwa keluarga sudah mampu mencapai 5 fungsi keperawatan keluarga yaitu keluarga dalam mengenal masalah hipertensi (pengertian tanda dan gejala serta penyebab hipertensi), beri dukungan pada keluarga membuat keputusan yang tepat dalam merawat klien, keluarga mampu merawat anggota untuk meningkatkan kesehatan dengan melibatkan keluarga dalam merawat klien dengan pemberian hidroterapi rendam kaki air hangat, melibatkan keluarga dalam merawat klien dengan pemberian hidroterapi rendam kaki air hangat dicampur serai dan garam, manajemen lingkungan rumah yang aman dan nyaman, keluarga mampu menggunakan fasilitas kesehatan dengan memanfaatkan untuk pemeriksaan tekanan darah secara teratur. Planning pertahankan intervensi kepada klien dan keluarga dengan ajurkan kembali pada klien untuk rutin pemberian hidroterapi rendam kaki air hangat dicampur serai dan garam dengan bantuan keluarga, anjurkan keluarga untuk rutin memeriksakan klien ke pelayanan kesehatan.

Hidroterapi *(hydrotherapy)* yang sebelumnya dikenal sebagai hidropati *(hydropathy)*

adalah metode pengobatan menggunakan air untuk mengobati atau meringankan kondisi yang menyakinkan dan merupakan metode terapi dengan pendekatan *"lowtech"* yang mengandalkan pada respon-respon tubuh terhadap air (Dilianti dkk, 2017).

Hidroterapi rendam kaki air hangat merupakan salah satu jenis terapi alamiah yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan jantung. Pengaruh rendam kaki air hangat dengan campuran serai (5 batang) dan garam (2 sendok) selama 15-20 menit sangat efektif karena campuran garam dan serai terdapat kandungan natrium, minyak atsiri yang terdiri dari sitrat, kamfen dan mirsen yang dapat menurunkan tekanan darah. Secara ilmiah rendan air hangat dicampur serai dan garam mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh, pertama berdampak pada pembulu darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung. (Solechah dkk, 2017).

Pengaruh rendam kaki air hangat dengan campuran garam (2 sendok) dan serai (5 batang) selama 15-20 menit sangat efektif karena campuran garam dan serai mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh, pertama berdampak pada pembuluh darah dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung serta faktor pembebanan didalam air yang akan menguatkan otot-otot dan ligament, dan juga bisa membersihkan tubuh dari racun sehingga menyebabkan penurunan tekanan darah tinggi (Lalage, 2015).

KESIMPULAN

Pemberian hidroterapi air hangat dapat memberikan dampak positif pada penurunan tekanan darah. diharapkankeluarga dapat memahami tentang tindakan non farmakologi hidroterapi rendam kaki air hangat dicampur serai dan garam, agar penderita dapat mempraktikan aplikasi hidroterapi rendam kaki air hangat dicampur serai dan garam mandiri dirumah kemudian dilakukan secara teratur.

DAFTAR PUSTAKA

Dilianti, E, V, dkk. (2017). *Efektivitas Hidroterapi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Wreda Al-Islah Malang.* Vol.2 No.3.

Friedman, M,M, Bowden, V.R, dan Jones, E.G. (2010). Buku Ajar Keperawatan

Friedman, M. M. (2010). Keperawatan Keluarga Teori dan Praktek, Edisi 3. Jakarta: EGC

Hamoko, (2012) .Analisa data kesehatan. Falkultas kesehatan masyarakat. Jakarta:salemba medika

Herlambang. (2013). *Hipertensi dan Diabetes*. Jakarta : Suku Buku.

Hutahacean, *Serri.(2010).Konsep Dan Dokumentasi Proses Keperawatan*. Jakarta : TIM.

Kemenkes RI (2013).Hasil Riset Kesehatan Dasar. www.depkes.go.id/download.pph?file Di askses 05 Januari 2018.

Maglaya, A. S. (2009). *Nursing practice in the community. Marikina*City : Argonauta Corp.

Mardhiah, A, Abdullah, A, Hermansyah. (2015). *Pendidikan Kesehatan Dalam Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Ketrampilan Keluarga Dengan Hipertensi-Pilot Study*. Jurnal Ilmu Keperawatan. ISSN : 2338-6371

Muhlisin, Abi. (2012). Keperawatan Keluarga. Yogyakarta : Gosyen Publishing.

Pudjiastuti dan Utomo. (2013). *Fisioterapi pada Lansia*. Jakarta: Penerbit Kedokteran.

Sunaryo, dkk.(2016).Asuhan Keperawatan Gerontik Jogjakarta : Andi.

Sunaryo. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Andi.

Suprajitno. (2017). *Asuhan Keperawatan Keluarga*. Jakarta : EGC.

Wijaya ,Putri. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah Dewasa Teori dan Contoh Askep*. Nuha Medika. Yogyakarta.

Wulandari, P, Arifianto, Sekarningrum, D. (2016) .*Pengaruh Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam dan Serai*