

**Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Kusuma Husada Surakarta  
2023**

**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA  
PADA TAHAP PERKEMBANGAN KELUARGA ANAK DEWASA  
DENGAN INTERVENSI RENDAM KAKI AIR HANGAT**

**<sup>1)</sup> Yogi Novantoro, <sup>2)</sup> Nurul Devi Ardiani**

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

**[Yoginovantoro141100@gmail.com](mailto:Yoginovantoro141100@gmail.com)**

**<sup>2)</sup> Dosen Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta**

**ABSTRAK**

Keluarga merupakan sekumpulan orang yang dihubungkan oleh perkawinan. Tahap perkembangan keluarga anak dewasa dimulai sejak anak pertama meninggalkan rumah, berakhir pada saat anak terakhir meninggalkan rumah sehingga rumah menjadi kosong. Tahap perkembangan keluarga anak usia dewasa merupakan usia yang rentan terhadap penyakit, terutama hipertensi. Hipertensi yaitu tekanan darah diatas 140/90 mmHg. Tindakan non-farmakologis yang dapat diberikan untuk menjaga kestabilan tekanan darah yaitu dengan terapi rendam kaki dengan air hangat. Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk mengetahui gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan keluarga dengan anak dewasa (*Launching Center Families*).

Studi kasus ini adalah untuk mengeksplorasi suatu masalah Asuhan Keperawatan Keluarga pada tahap perkembangan keluarga Anak Dewasa. Pengambilan kasus asuhan keperawatan dilakukan pada bulan Januari 2023 dengan jumlah kunjungan rumah 4 kali. Terapi rendam kaki air hangat dilakukan selama 4 kali dan dalam setiap tindakan dilakukan selama 30 menit. Hasil setelah dilakukan rendam kaki dengan air hangat didapatkan tekanan darah turun dari 160/90 mmHg menjadi 130/90 mmHg. Disimpulkan bahwa rendam kaki dengan air hangat dapat menurunkan tekanan darah khususnya pada pasien dengan hipertensi.

**Kata Kunci:** Asuhan Keperawatan Keluarga, Tahap Perkembangan Keluarga Anak Dewasa, Rendam Kaki Air Hangat.

**FAMILY NURSING CARE AT THE FAMILY DEVELOPMENT STAGE OF  
ADULT CHILDREN USING INTERVENTION OF WARM WATER FOOT-  
BATH**

<sup>1)</sup> **Yogi Novantoro**, <sup>2)</sup> **Nurul Devi Ardiani**

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

[Yoginovantoro141100@gmail.com](mailto:Yoginovantoro141100@gmail.com)

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

**ABSTRACT**

A family is a group of people connected by marriage. The adult family development stage begins when the first child leaves the home and ends when the last child leaves the house, so the house becomes empty. The family development stage of adult children is an age that is vulnerable to disease, especially hypertension. Hypertension is blood pressure above 140/90 mmHg. Non-pharmacological measures to maintain blood pressure stability was foot bath therapy with warm water. The purpose of this case study was to describe the implementation of family nursing care at the developmental stage of families with adult children (Launching Centre Families).

The case study aimed to explore family nursing care problems at the adult family development stage. Nursing care was performed in January 2023 with four (4) home visits. A foot bathing with warm water therapy was conducted four (4) times for 30 minutes. The results indicated a decrease in blood pressure from 160/90 mmHg to 130/90 mmHg. It concluded that foot bathing with warm water could reduce blood pressure, especially in patients with hypertension.

**Keywords:** Family Nursing Care, Adult Child Family Development Stage, Warm Water Foot bath.

Translated by Unit Pusat Bahasa UKH  
Bambang A Syukur, M.Pd.  
HPI-01-20-3697

## LATAR BELAKANG

Keluarga merupakan sekumpulan orang yang dihubungkan oleh perkawinan, adopsi dan kelahiran yang tersusun atas kepala keluarga (berperan sebagai suami dan ayah) yang bertujuan menciptakan dan mempertahankan budaya yang umum, meningkatkan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial dari individu-individu yang ada di dalamnya terlihat dari pola interaksi yang saling ketergantungan untuk mencapai tujuan bersama (Achjar, 2016). Asuhan keperawatan keluarga merupakan suatu bentuk pelayanan yang menjadikan keluarga dan komponennya sebagai fokus pelayanan, serta melibatkan anggota keluarga dalam tahap evaluasi, diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi (Yahya, 2021).

Pada tahap keluarga dewasa, mulai ada sangat banyak perubahan dalam komposisi keluarga. Ada yang berkurang, namun juga ada yang bertambah. Berkurang pada contoh anak lulus SMA yang pergi kuliah atau bekerja di kota lain, sehingga mereka meninggalkan rumah orang tua. Namun ada saatnya bertambah, yaitu ketika anak sudah menikah (Smeltzer, 2019).

Salah satu penyakit degeneratif yang seringkali dianggap sepele oleh masyarakat adalah hipertensi (Kemenkes RI, 2018). Hipertensi adalah penyakit yang dapat menyerang siapa saja baik muda maupun tua. Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita

hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Kurang dari setengah orang dewasa (42%) dengan hipertensi di diagnosis dan diobati. Sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengontrolnya. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO 2022). Berdasarkan prevalensi Jawa Tengah menunjukkan pada kasus hipertensi menduduki peringkat ke-10 di Indonesia. Prevalensi penduduk di provinsi Jawa tengah dengan penderita hipertensi sebesar 37,57%. Berdasarkan prevalensi data hipertensi di Jawa Tengah Kabupaten dengan kasus hipertensi tertinggi adalah Karanganyar, Jepara, Magelang dan Kabupaten terendah yaitu Purworejo (Dinkes Jateng, 2019).

Intervensi keperawatan seperti pengobatan non-farmakologis dapat dilakukan dengan terapi rendam kaki dengan air hangat yang merupakan terapi yang menciptakan efek relaksasi atau menenangkan. Penderita hipertensi dalam pengobatannya tidak hanya menggunakan obat-obatan, tetapi bisa menggunakan alternatif nonfarmakologis dengan metode yang lebih mudah dan murah yaitu dengan terapi rendam kaki dengan

air hangat dirumah. Pada dasarnya, air hangat dan air panas memperbesar pembuluh darah kapiler, sehingga mempermudah pembagian nutrisi dan oksigen ke semua organ dan jaringan tubuh. Rangsangan-rangsangan tersebut dapat meningkatkan system kekebalan, merangsang perbaikan sirkulasi darah dan getah bening, mengurangi kepekaan saraf pengantar rasa sakit dan mengurangi stres (Kusumadewi,2015).

Tindakan ini dilakukan selama tiga hari secara berturut-turut dengan durasi rendam kaki dengan air hangat selama 30 menit. Sebelum dilakukan tindakan dimulai dengan mengukur tekanan darah dengan sphygmomanometer untuk mengetahui hasil pengukuran sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Rendam kaki air hangat ini dilakukan ketika tekanan darah arteri mencapai lebih dari 140/90 mmhg. Melakukan terapi rendam kaki dengan air hangat bisa dilakukan setiap saat. Efek rendam kaki dengan air hangat sama dengan berjalan dengan kaki telanjang selama 30 menit. Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh. Hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, membuat efek relaksasi sehingga dampak fisiologis air hangat yang dapat menurunkan tekanan darah (Lalage, 2015).

#### **METODOLOGI STUDI KASUS**

Studi kasus ini adalah untuk mengeksplorasi suatu masalah Asuhan Keperawatan Keluarga pada tahap perkembangan keluarga dewasa. Fokus studi pada Karya Tulis Ilmiah ini adalah pada tahap

perkembangan keluarga dengan Studi kasus ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo Kabupaten Karanganyar. Pengambilan kasus asuhan keperawatan dilakukan pada bulan 31 Maret 3 - April 2023 dengan jumlah kunjungan rumah 4 kali dengan tindakan rendam kaki air hangat pada penderita hipertensi.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengkajian yang dilakukan penulis mendapatkan data subyektif dan obyektif. Data subyektif antara lain klien dan keluarga mengatakan bahwa klien sering mengeluhkan sakit ketika beraktivitas berlebihan, klien juga mengatakan kurang istirahat yang cukup, keluarga juga mengatakan jika klien sakit akan langsung dikasih obat saja, dan juga keluarga tidak mengetahui yang bisa menyembuhkan pusing kepala dan badan lemas. Data obyektif dari klien dan keluarga bahwa tekanan darah klien 160/90 mmHg, klien terlihat lelah dikarenakan baru beraktivitas berlebihan, mata klien juga menunjukkan jika klien kurang istirahat yang cukup, keluarga tidak mengetahui tentang obat tradisional yang bisa menurunkan tekanan darah. Hipertensi adalah penyakit yang dapat menyerang siapa saja baik muda maupun tua. Hipertensi merupakan salah satu penyakit paling mematikan di dunia. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko jantung, otak, ginjal, sakit kepala dan pusing. Tujuan utama pada tahap ini adalah mempertahankan suasana rumah yang menyenangkan, mempertahankan keintiman

keluarga, Mempersiapkan anak untuk hidup mandiri dan menerima kepergian anaknya, membantu orang tua suami atau istri yang sedang sakit dan memasuki masa tua, mengorganisasi kembali keluarga untuk tetap berperan dalam melepas anaknya untuk hidup sendiri (Harmoko, 2012).

Prioritas diagnosa perilaku kesehatan cenderung beresiko (D0099) dengan hasil skoring diagnosa keperawatan bisa disimpulkan dan didapatkan hasil dari diagnosa prioritas yaitu sifat masalah : aktual dengan nilai 1, kemungkinan masalah dapat diubah : sebagian dengan nilai 1, potensi masalah dapat dicegah : tinggi dengan nilai 1, menonjolnya masalah : masalah dirasakan dan harus segera ditangani dengan nilai 2, jumlah total nilai untuk diagnosa perilaku kesehatan cenderung beresiko adalah dengan total skor 5. Perhitungan skoring pada diagnosis perilaku kesehatan cenderung beresiko (D0099) sudah sesuai dengan teori dalam buku Riasmini tahun 2017 bahwa menggunakan skoring untuk menentukan diagnosis prioritas. Setelah melakukan pengkajian maka langkah selanjutnya adalah menegakkan diagnosis keperawatan. Diagnosis keperawatan merupakan pertimbangan klinis atau rasional dari perawat (clinical judgement) yang berfokus pada respon manusia terhadap kondisi kesehatan, proses kehidupan atau (vulnerability) terhadap respon dari individu, keluarga, kelompok atau komunitas (Herdman dan Kamitsuru, 2015).

Intervensi yang dapat dirumuskan seperti yang ditulis oleh Dion dan Betan (2013) dapat

memenuhi 5 fungsi keperawatan keluarga, antara lain : 1. Keluarga mampu mengenal masalah : identifikasi resiko [1.14502] Identifikasi resiko baru sesuai perencanaan yang ditetapkan, 2. Keluarga mampu mengambil keputusan : Promosi perilaku upaya kesehatan [1.12472] Anjurkan memodifikasi lingkungan, 3. Keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit : Edukasi proses penyakit [1.12444] Ajarkan cara meredakan atau mengatasi gejala yang dirasakan, 4. Keluarga mampu memodifikasi lingkungan : Edukasi upaya perilaku kesehatan [1.12435] Informasi sumber yang tepat yang tersedia di masyarakat Rendam kaki, 5. Keluarga mampu memanfaatkan fasilitas kesehatan : Konseling [1.10334] Identifikasi keluarga mempengaruhi klien. Diharapkan intervensi yang sudah disusun merupakan tindakan yang efektif untuk menurunkan tekanan darah tinggi klien. Intervensi yang disusun oleh penulis sudah menggunakan 5 fungsi keperawatan keluarga yaitu keluarga mampu mengenal masalah, keluarga mampu mengambil keputusan, keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit, keluarga mampu memodifikasi lingkungan, keluarga mampu memanfaatkan fasilitas kesehatan (PPNI, 2019).

Implementasi ada studi kasus ini dilakukan dengan perilaku kesehatan cenderung beresiko (D0099) yaitu mengajarkan Rendam Kaki Air Hangat untuk menurunkan Tekanan Darah, Rendam kaki Air Hangat dilakukan selama 4 kali dan dilakukan selama 15 menit-30 menit dalam sehari. Setelah dilakukan

teknik rendam kaki air hangat selama 4 kali kunjungan rumah terapi tersebut efektif dan dapat mempengaruhi keadaan pasien, klien mengatakan lebih rileks dan tenang sebelum melakukan teknik rendam kaki air hangat 160/90 dan sesudah melakukan teknik rendam air hangat tekanan darah menjadi 130/90 mmHg. Berdasarkan data diagnosis yang muncul, maka salah satu intervensi yang diambil dari jurnal utama ialah : Edukasi proses penyakit dengan mengajarkan teknik rendam kaki air hangat kepada klien untuk menurunkan tekanan darah klien. Tujuan dari pelaksanaan ini adalah untuk membantu pasien dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan, yang mencakup peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit, pemulihan kesehatan dan memfasilitasi coping. Selama tahap pelaksanaan perawat harus mengumpulkan data dan memilih tindakan keperawatan yang paling dibutuhkan pasien. Semua tindakan yang telah dilakukan perawat harus dicatat sesuai format yang telah ditentukan institusi (Nursalam, 2013).

Evaluasi dilakukan implementasi masalah perilaku kesehatan cenderung beresiko yaitu didapatkan data subyektif: Klien mengatakan pusing kepala dan badan lemas berkurang, Klien mengatakan sudah mengetahui cara mengurangi tekanan darah tinggi dengan melakukan rendam kaki air hangat, Ny.H mengatakan lebih tenang dan rileks ketika selesai melakukan teknik rendam kaki air hangat. Data obyektif didapatkan data bahwa hasil post test menunjukkan terdapat penurunan tekanan darah tinggi

klien. tekanan darah hari ke-1 (160/90 mmHg – 160/90 mmHg), hari ke-2 (160/90 mmHg - 140/90 mmHg), hari ke-3 (150/90 mmHg – 150/90 mmHg), hari ke-4 (130/90 – 130/90), klien tampak tenang dan rileks. Terdapat perubahan tekanan darah pada pasien sebelum dan sesudah dilakukan teknik rendam kaki air hangat. Analisis: keluarga mampu memenuhi 5 fungsi perawatan kesehatan keluarga, seperti keluarga mampu mengenal masalah (mengidentifikasi resiko baru sesuai perencanaan yang ditetapkan), keluarga mampu mengambil keputusan (menganjurkan memodifikasi lingkungan), keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit (mengajarkan cara menurunkan teknik rendam kaki air hangat), keluarga mampu memodifikasi lingkungan (menginformasikan sumber yang tersedia di masyarakat), keluarga mampu memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan yang ada (mengidentifikasi keluarga mendukung klien). *Planning*: lanjutkan intervensi yang telah terlaksana. Tahapan akhir dari proses keperawatan adalah evaluasi keluarga akan menentukan apakah keluarga sudah dapat dilepas dari binaan atau asuhan pada tingkat kemandirian yang diinginkan, atau perlu dilakukan tindak lanjut. Bila kunjungan berkelanjutan maka perlu dibuat catatan perkembangan (Nadirawati, 2018).

## **KESIMPULAN**

Asuhan keperawatan telah diberikan pada keluarga tahap perkembangan anak dewasa dengan intervensi memberikan rendam kaki

air hangat dilakukan selama 4 kali dan dalam setiap tindakan dilakukan selama 30 menit efektif menurunkan darah turun dari 160/90 mmHg menjadi 130/90 mmHg

#### SARAN

- 1 Bagi institusi pendidikan digunakan sebagai informasi bagi institusi pendidikan dalam pengembangan dan peningkatan mutu pendidikan serta sebagai bahan kepustakaan dalam pemberian asuhan keperawatan pada tahap perkembangan anak dewasa (*launching center families*).
- 2 Bagi penulis melatih untuk mengembangkan keterampilan membaca yang efektif, meningkatkan pengorganisasian fakta/data secara jelas dan sistematis, serta dapat menjadikan pedoman dalam melaksanakan tindakan baik pencegahan maupun pengobatan hipertensi.
- 3 Bagi instansi pelayanan kesehatan (Puskesmas) meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang terbaik dan memuaskan bagi masyarakat terutama dalam penanganan kasus hipertensi.
- 4 Bagi keluarga dan klien memberikan informasi mengenai rendam kaki air hangat pada klien dan keluarga sehingga klien dan keluarga dapat melakukan rendam kaki air hangat secara mandiri.

#### DAFTAR PUSTAKA

Achjar, 2016. Asuhan Keperawatan Komunitas. Jakarta: Buku Kedokteran EGC World Health

Organization (2017). Mental disorders fact sheets. World Health Organization. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs396/en/>- Diakses Januari 2018.

AF.Muchtar.2010.Be Health Be Happy.Jakarta:PT Bhuana Ilmu Populer

Akmal. (2014). Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Smeltzer C. Suzanne, Brunner & Suddarth. (2002). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta : EGC.

World Health Organization (2022). *HYPERTENSION*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.

Yahya, Sarifuddin (2021). *BUKU AJAR KEPERAWATAN KELUARGA*. Bulukumba:Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat.

Friedman, M. 2010. Buku Ajar Keperawatan keluarga : Riset, Teori, dan Praktek. Edisi ke-5. Jakarta: EGC.

Hamidi.2010.KebaikanAirPutih.Yog yakarta Media Pressindo

Handayani, T. W. (2017). Panduan Asuhan Keperawatan Individu, Keluarga, Kelompok, dan Komunitas dengan Modifikasi

NANDA, ICNP, NOC dan NIC  
di Puskesmas dan Masyarakat.  
(J. Sahar, Riyanto, & W.  
Wiarsih, Eds.). Jakarta:  
Penerbit Universitas Indonesia.

Handoyo, K. (2014). Khasiat dan  
Keajaiban Air Putih. Jakarta:  
Dunia Sehat

Harmoko. ( 2012 ) Asuhan  
Keperawatan Keluarga.  
Penerbit : Pustaka Pelajar  
Yogyakarta.

Herdman, T . H., & Kamitsuru,  
S. (2015). Diagnosis  
Keperawatan Definisi &  
Klasifikasi 2015-2017 Edisi 10.  
Jakarta: EGC.



