

NASKAH PUBLIKASI
ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP
PERKEMBANGAN DEWASA DENGAN INTERVENSI
RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN GARAM



KARYA TULIS ILMIAH

DISUSUN OLEH :

ERIN FEBIANTI

NIM.P21176

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
TAHUN 2024

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2024**

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

Erin Febianti¹, Siti Mardiyah S.Kep., Ns., M.Kep²

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga, Universitas
Kusuma Husada Surakarta

²Dosen Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga, Universitas Kusuma
Husada Surakarta

Email : erinfianti03@gmail.com

ABSTRAK

Tahap perkembangan keluarga pada studi kasus ini adalah tahap perkembangan keluarga dewasa yaitu keluarga dengan anak pertama yang telah meninggalkan rumah dan berakhir saat anak terakhir meninggalkan rumah. Masalah yang sering terjadi pada keluarga tahap perkembangan dewasa yaitu hipertensi. Tindakan yang dilakukan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu terapi rendam kaki air hangat dan garam. Terapi rendam kaki air hangat dan garam merupakan suatu terapi dengan cara merendam kaki dengan menggunakan air hangat dan campuran garam. Tujuan studi kasus ini adalah untuk memperoleh gambaran asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan dewasa dengan intervensi rendam kaki air hangat dan garam.

Jenis penelitian ini adalah studi kasus. Subjek dalam studi kasus ini adalah keluarga pada tahap perkembangan dewasa dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gondangrejo. Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik mencapai atau melebihi angka 140 mmHg dan tekanan darah diastolik mencapai atau lebih lebih dari 90 mmHg. Hasil studi setelah dilakukan 8 kali kunjungan rumah yang dilakukan dengan pemberian terapi rendam kaki air hangat dan garam selama 7 hari berturut-turut dipagi hari dengan durasi 15 menit didapatkan hasil penurunan tekanan darah dari 160/90 mmHg menjadi 120/80 mmHg. Rekomendasi tindakan terapi rendam kaki air hangat dan garam efektif untuk menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi.

Kata Kunci : Tahap Perkembangan Dewasa, Hipertensi, Rendam Kaki Air Hangat Dan Garam

**ASSOCIATE'S DEGREE IN NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
KUSUMA HUSADA UNIVERSITY OF SURAKARTA
2024**

**FAMILY NURSING CARE
IN THE ADULT DEVELOPMENT STAGE WITH THE INTERVENTION OF
WARM WATER AND SALT FOOT SOAK**

Erin Febianti¹, Siti Mardiyah S.Kep., Ns., M.Kep²

¹Student of Associate's Degree in Nursing Study Program of Kusuma Husada University
of Surakarta

²Lecturer of Associate's Degree in Nursing Study Program of Kusuma Husada University
of Surakarta

Email : erinfebianti03@gmail.com

ABSTRACT

The stage of family development in this case study is the stage of adult family development. They are families with the first child who has left home and ends when the last child leaves home. The problem that often occurs in adult development stage families is hypertension. The actions taken to reduce blood pressure in people with hypertension are warm water and salt foot soak therapy. Warm water and salt foot soak therapy is a therapy by soaking the feet using warm water and a mixture of salt. The purpose of this case study was to obtain an overview of family nursing care at the adult development stage with the intervention of warm water and salt foot soaks.

This research was a case study. The subjects in this case study were families at the adult development stage with hypertension in the Gondangrejo Public Health Center area. Hypertension is a condition where systolic blood pressure reaches or exceeds 140 mmHg and diastolic blood pressure reaches or exceeds 90 mmHg. The results of the study after 8 home visits were carried out by providing warm water and salt foot soak therapy for 7 consecutive days in the morning with a duration of 15 minutes, it was found that blood pressure decreased from 160/90 mmHg to 120/80 mmHg. Recommendations for warm water and salt foot soak therapy are effective for reducing blood pressure in hypertensive clients.

Keywords: Adult Development Stage, Hypertension, Warm Water Foot Soak And Salt

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan sekumpulan orang yang memiliki hubungan pernikahan, kelahiran dan adopsi yang bertujuan untuk menciptakan, memelihara budaya, serta meningkatkan perkembangan fisik, psikologis, emosional dan sosial dalam sosial dalam setiap anggota keluarganya (Fuadi, 2021). Keluarga dengan tahap perkembangan dewasa ditandai dengan anak pertama yang sudah menikah dan meninggalkan rumah. Tugas pada perkembangan keluarga dengan anak dewasa yaitu memperluas keluarga inti menjadi keluarga besar, mempertahankan keintiman pasangan, membantu orang tua memasuki masa tua, membantu anak untuk mandiri di masyarakat, serta penataan kembali peran dan kegiatan rumah tangga (Wahyuni, 2021). Masalah kesehatan yang sering terjadi pada keluarga dengan tahap perkembangan dewasa yaitu hipertensi.

Hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang umum dialami oleh masyarakat Indonesia dan merupakan penyakit tidak menular (Rohmah et al., 2023).

Hipertensi merupakan salah satu faktor resiko terjadinya penyakit kardiovaskuler yang dapat dikendalikan (Aliyah & Damayanti, 2022).

Riset Kesehatan Dasar (2018) menyatakan bahwa prevalensi hipertensi nasional berdasarkan pengukuran pada penduduk umur \geq 18 tahun sebanyak 34,11% dengan kasus tertinggi di provinsi Kalimantan Selatan (44,13%) dan terendah di provinsi Papua (22,22%). Sedangkan berdasarkan menurut karakteristik usia, hipertensi terjadi pada kelompok usia 18-24 (13,22%), usia 25-34 (20,13%), usia 35-44 (31,61%), 45-54 (45,32%), usia 55-64 (63,22%), dan usia \geq (69,53%). Prevalensi hipertensi di provinsi Jawa Tengah merupakan kasus terbesar ke 4 di Indonesia yaitu sebesar (37,57%). Kabupaten Wonogiri merupakan peringkat pertama kasus tertinggi hipertensi di Provinsi Jawa Tengah (45,86) dan terendah di Kabupaten Kebumen (31,61%). Karanganyar merupakan peringkat ke 6 kasus hipertensi tertinggi di Provinsi Jawa Tengah yaitu sebesar (40,67%).

Penatalaksanaan hipertensi dapat diberikan dengan 2 cara yaitu secara farmakologis ataupun non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis pada penyakit hipertensi sebagai intervensi yang bisa dilakukan secara mandiri dan alami oleh penderita hipertensi di rumah yaitu rendam kaki air hangat dan garam. Rendam kaki air hangat dan garam memberikan efek fisiologis terhadap jantung dan tekanan hidrostatis air terhadap tubuh mendorong aliran darah dari kaki menuju ke rongga dada dan darah akan berakumulasi di pembuluh darah besar jantung. Terapi rendam kaki air hangat dan campuran garam dengan 2 liter air hangat dengan suhu 40⁰C dan garam 20 mg (3 sendok teh) yang diberikan selama 7 hari berturut-turut di pagi hari dengan durasi 15 menit efektif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dari tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg menjadi $\leq 140/90$ mmHg (Tomayahu *et al.*, 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk mengaplikasikan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam

terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dalam penyusunan karya tulis ilmiah dengan judul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Dewasa Dengan Intervensi Rendam Kaki Air Hangat Dan Garam”.

METODOLOGI STUDI KASUS

Studi kasus ini untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan pada keluarga tahap perkembangan dewasa dengan masalah hipertensi dalam pemberian terapi rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah. Subyek studi kasus dalam studi kasus ini adalah keluarga pada tahap perkembangan keluarga dewasa dengan anggota keluarga yang mengalami penyakit hipertensi. Fokus studi kasus ini berfokus pada keperawatan keluarga pada tahap perkembangan keluarga dewasa yang mengalami masalah hipertensi dan tidak memiliki luka dikaki dengan tindakan keperawatan pemberian terapi rendam kaki air hangat dan garam. Studi kasus ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Gondangrejo Kabupaten Karanganyar. Studi kasus ini

dilakukan pada tanggal 31 Januari 2024 sampai 07 Februari 2024 dengan 8 kali kunjungan.

HASIL

Hasil data pengkajian dengan menggunakan autoanamnesa didapatkan data Tn. D dengan usia 66 tahun. Keluarga Tn. D termasuk tahap perkembangan keluarga dewasa. Hasil pengkajian Tn. D mempunyai riwayat hipertensi sejak 5 bulan yang lalu dan mengeluh nyeri kepala dan rasa berat ditengkuk dengan skala 4, nyeri tertusuk-tusuk, nyeri timbul saat kelelahan, nyeri hilang timbul dan tekanan darah 160/90 mmHg.

Diagnosis keperawatan utama pada studi kasus yaitu nyeri akut (D.0077) didapatkan hasil skoring 4 1/3 dengan data subjektif pasien mengeluh nyeri kepala dan rasa berat ditengkuk apabila kelelahan. Penglajian nyeri meliputi : P (*provocatif*): Nyeri timbul akibat kelelahan, Q (*quality*): Nyeri seperti tertusuk tusuk, R (*region*): Nyeri pada kepala hingga tengkuk leher, S (*scale*): Skala 4, T (*time*): Hilang timbul dan tekanan darah 160/90 mmHg.

Intervensi keperawatan utama berupa terapi rendam kaki air hangat dan garam untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Tujuan umum dari intervensi keperawatan keluarga dengan diagnosis nyeri akut yaitu setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 8 (delapan) kali kunjungan diharapkan tingkat nyeri menurun, tekanan darah menurun, dan keluhan sulit tidur menurun. Tujuan khusus yaitu setelah dilakukan 8 (delapan) kali kunjungan diharapkan dapat memenuhi lima perawatan kesehatan keluarga antara lain : 1. Keluarga mampu mengenal masalah : Pemantauan nyeri (I.08242), 2. Keluarga mampu mengambil keputusan : Konsultasi (I.12461), 3. Keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit : Manajemen nyeri (I.08238), 4. Keluarga mampu memodifikasi lingkungan : Manajemen kenyamanan lingkungan (I.08237), 5. Keluarga mampu memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan : Edukasi proses penyakit (I.12444). Tindakan non farmakologi terapi rendam kaki air hangat dan garam ini diberikan selama 7 hari

berturut-turut dipagi hari selama 15 menit dengan 8 kali kunjungan rumah.

Implementasi Keperawatan dilakukan pada tanggal 31 Januari – 07 Februari 2024 penulis melakukan kunjungan rumah dengan memberikan intervensi terapi non farmakologi rendam kaki air hangat dan garam pada klien hipertensi. Setelah dilakukan implementasi keperawatan selama 8 kali kunjungan rumah dengan pemberian terapi rendam kaki air hangat dan garam selama 7 hari berturut-turut dipagi hari efektif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Evaluasi keperawatan setelah dilakukan 8 kali kunjungan rumah didapatkan hasil data S (*subjektif*) : Tn. D mengatakan setelah terapi rendam kaki air hangat nyeri berkurang, badan terasa rileks dan tidak mengeluh sulit tidur. P: nyeri timbul akibat kelelahan, Q: nyeri seperti tertusuk-tusuk, S: skala 1, R: nyeri kepala hingga tengkuk, T: hilang timbul. Data O (*objektif*) : Klien tampak nyaman TD pre terapi: 120/80 mmHg, TD post terapi:

120/80 mmHg, A (*analisis*) : Masalah terasi Tn. D dan keluarga memenuhi perawatan kesehatan keluarga terpenuhi seperti mengenal masalah kesehatan keluarga, mengambil keputusan, merawat anggota keluarga yang sakit, memodifikasi lingkungan, dan memanfaatkan fasilitas kesehatan yang ada, P (*Planning*) : intervensi dilanjutkan apabila tekanan darah naik dan nyeri kambuh.

Tabel 1.1 hasil evaluasi tekanan darah dan skala nyeri setelah diberikan terapi rendam kaki air hangat dan garam.

Hari ke-	Tekanan darah (mmHg)		Skala nyeri	
	<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Pre</i>	<i>Post</i>
	terapi	terapi		
Hari ke-1	160/80	160/80	4	4
Hari ke-2	150/80	140/80	3	3
Hari ke-3	130/80	130/80	3	2
Hari ke-4	120/80	120/70	2	2
Hari ke-5	130/80	120/70	2	1
Hari ke-6	120/70	120/70	1	1
Hari ke-7	120/80	120/80	1	1

PEMBAHASAN

Keluhan utama pada Tn. D adalah nyeri kepala dan rasa berat di tengkuk leher nyeri akibat kelelahan dengan skala nyeri 4, nyeri seperti tertusuk-tusuk, nyeri hilang timbul.

Tekanan darah Tn. D 160/90 mmHg. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Telaumbanua & Rahayu (2021) bahwa tanda dan gejala penyakit hipertensi yaitu nyeri kepala dan rasa berat ditengkuk. Nyeri kepala pada pasien hipertensi diakibatkan karena terjadi kerusakan vaskuler pada seluruh pembuluh perifer. Perubahan arteri kecil dan arteola menyebabkan penyumbatan pembuluh darah, yang mengakibatkan aliran darah akan terganggu. Sehingga suplai oksigen akan menurun dan peningkatan karbondioksida sehingga terjadi metabolisme anaerob di dalam tubuh yang mengakibatkan peningkatan asam laktat dan menstimulasi peka nyeri kapiler pada otak (Price & Wilson, 2005).

Pada hasil pengkajian didapatkan diagnosis nyeri akut (D.0077) yaitu pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan sehingga berat yang berlangsung kurang 3 bulan (SDKI, 2016). Diagnosis tersebut berdasarkan teori masuk dalam

kategori diagnosis prioritas pertama dengan total nilai untuk Nyeri Akut (D.0077) didapatkan skor 4 1/3.

Berdasarkan data diagnosis yang muncul, penulis mengambil salah satu intervensi berupa terapi non farmakologi rendam kaki air hangat dan garam untuk menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi. Terapi rendam kaki air hangat dan garam dilakukan selama 7 hari berturut-turut dipagi hari selama 15 menit. Terapi rendam kaki air hangat merupakan salah satu terapi komplementer yang memberikan stimulus kepada tubuh dan memberikan efek memperlancar pembuluh darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Atti & Purnawinadi, 2023).

Terapi rendam kaki air hangat dan garam memberikan respon terhadap panas, melalui stimulasi yang mentransmisikan impuls dari perifer ke hipotalamus. Ketika reseptor panas di hipotalamus dirangsang, sistem efektor menghasilkan sinyal untuk vasodilatasi (pelebaran) perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah dimediasi oleh pusat vasomotor dari

kanal meduler batang otak, yang di bawah pengaruh hipotalamus anterior menyebabkan vasodilatasi. Adanya vasodilatasi mengakibatkan peningkatan aliran darah ke jaringan individu terutama pada jaringan yang meradang sehingga nyeri yang dirasakan pada penderita hipertensi dapat berkurang (Masi & Rottie, 2017).

KESIMPULAN

a. 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 klien dengan teknik nonfarmakologi terapi rendam kaki air hangat dan garam untuk menurunkan tekanan darah.

b. Bagi instansi pelayanan kesehatan (puskesmas)

Hasil penulisan ini dapat digunakan untuk memberikan pelayanan kesehatan dan mempertahankan hubungan baik antara tim kesehatan maupun dengan klien, sehingga dapat

meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan keluarga dewasa yang mengalami hipertensi dengan tindakan nonfarmakologi dengan pemberian terapi rendam kaki air hangat dan garam.

c. Bagi perawat

Hasil penulisan ini dapat digunakan sebagai bahan keterampilan yang baik dalam pemberian asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan keluarga dewasa 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 dan garam selama 7 hari berturut-turut dengan durasi selama 15 menit.

d. Bagi klien dan keluarga

Dapat memberikan pengetahuan, wawasan dan penatalaksanaan pada tahap keluarga dewasa yang mengalami masalah hipertensi dengan melakukan terapi rendam kaki air

hangat selama 7 hari berturut-turut dengan derasi 15 menit dapat menurunkan tekanan darah penderita hipertensi.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan kajian yang sama diharapkan dapat mengembangkan intervensi dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan terapi rendam kaki air hangat dan garam khususnya pada keluarga dengan tahap perkembangan dewasa serta fokus apa yang diteliti.

REFERENSI

- Aliyah, N., & Damayanti, R. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi di Primary Health Care Negara Berkembang : Systematic Review. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(5), 107–115.
<https://jurnal.syntaxliterate.co.id/index.php/syntax-literate/article/view/6999/4359%0Ahttps://jurnal.syntaxliterate.co.id/index.php/syntax-literate/article/view/6999>
- Ambarwati, Uliya, & Ismatul. (2020). Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Serai Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Profesi Keperawatan Academi Keperawatan Krida Husada Kudus*, 7(2), 88–102.
- Anisa, R., & Lismayanti, L. (2022). Pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan Tekanan Darah pada penderitanya Hipertensi di Desa Saguling Sumber Jaya. *Jurnal Keperawatan Kesehatan*, 4(2), 59–63.
- Atti, I. N. V., & Purnawinadi, I. G. (2023). Pengaruh Hidroterapi Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Nutrix Journal*, 7(1), 69.
<https://doi.org/10.37771/nj.v7i1.919>
- Fuadi, A. (2021). *KONSEP ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA. Tahta Media Group*.
- Masi, G. N. M & Rottie, J. V. (2017). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Di Puskesmas Bahu Manado. e-journal keperawatan, 5-1.
- Price & Wilson. (2005). Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses

- Penyakit. Jakarta : EGC edisi 6.
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes*.
- Rohmah, M., Wahyuningsih, T., & Kurtusi, A. (2023). *Pengaruh Hydroterapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Paisein Hipertensi*. 12(1), 29–34. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i1.224>
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 119. <https://doi.org/10.30633/jas.v3i1.1069>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI). Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI, (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI). Edisi 1, Jakarta Persatuan Perawat Indonesia.
- Tomayahu, A., Febriyona, R., & Sudirman, A. N. A. (2023). Pengaruh Rendaman Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Dunggala, Kecamatan Batudaa. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3 (1), 9,
- Wahyuni, T., Parliani, M.N. S., & Safruddin. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. [https://Repo.Stikmuhptk.Ac.Id/Jspui/Bitstream/123456789/1/Buku Ajar Keperawatan Keluarga.Pdf](https://Repo.Stikmuhptk.Ac.Id/Jspui/Bitstream/123456789/1/Buku%20Ajar%20Keperawatan%20Keluarga.Pdf).