

**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 GARAM**

**<sup>1</sup>Septiyana Putri Wahyu Pratiwi <sup>2</sup>Erlina Windyastuti**

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Kusuma  
Surakarta

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

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

[erlinawindy@ukh.ac.id](mailto:erlinawindy@ukh.ac.id)

**ABSTRAK**

Tahap perkembangan dewasa adalah dimana seseorang sudah siap berbaur bersama dengan masyarakat dewasa lainnya dan menyelesaikan pertumbuhannya. Rentang usia dewasa berkisar antara 18 sampai 25 tahun. Pada tahap perkembangan dewasa berbagai macam masalah kesehatan sering muncul salah satunya penyakit hipertensi. Hipertensi adalah kondisi peningkatan darah di atas normal yang dengan angka *systolic* di atas 140mmHg dan *diastolic* 90 mmHg pada pemeriksaan tekanan darah menggunakan alat *sphygmomanometer*. Upaya menurunkan tekanan darah tinggi dengan pemberian terapi rendam kaki air garam. Tujuan studi kasus adalah untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan dewasa dengan intervensi rendam kaki air garam. Jenis penelitian ini menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus ini adalah satu orang pasien dengan penyakit hipertensi di Puskesmas. Pasien dengan tekanan darah 160/90 mmHg, pasien mengeluh kesemutan pada tangan kanan setelah bersepeda, pusing, nyeri kepala, dan tengkuk terasa berat. Pasien diberikan terapi rendam kaki air garam. Hasil studi menunjukkan bahwa pengelolaan kasus asuhan keperawatan pada tahap perkembangan dewasa dengan intervensi rendam kaki air garam selama 3 kali dalam 1 minggu dengan durasi 10-15 menit. Didapatkan hasil penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi rendam kaki air garam dari 155/90 mmHg ke 155/80 mmHg. Rekomendasi tindakan terapi rendam kaki air garam dapat dilakukan pada pasien hipertensi.

**Kata kunci:** Hipertensi, tahap perkembangan dewasa, risiko perfusi perifer tidak efektif, rendam kaki air garam.

Bahasa Inggris

## PENDAHULUAN

Keluarga ialah unit terkecil dari suatu masyarakat karna suatu keluarga hanya terdiri dari ayah, ibu, dan anak sehingga tiap-tiap anggota keluarga memiliki tugas dan fungsi masing-masing dan apabila tugas masing-masing anggota keluarga tidak dilaksanakan maka akan menyebabkan konflik antar satu sama lain dalam keluarga tersebut. Keluarga ialah unit sosial yang paling mendasar dan yang terpenting penting dalam masyarakat, karena sebagai tempat pertama kali individu belajar tentang interaksi sosial, nilai-nilai, norma-norma yang mengatur kehidupan sehari-hari, keluarga memilikiperan yang sangat sentral dalam membentuk individu secara keseluruhan. (Rahmayanty et al., 2023).

Tahap-tahap pada perkembangan keluarga itu dibagi menurut kurun waktu yang stabil, semisal nya keluarga dengan anak pertama yang berbeda dengan keluarga yang sudah mulai beranjak dewasa, macam tahapan keluarga meliputi, tahap perkembangan pasangan baru (*beginning family*), tahap keluarga dengan kelahiran anak pertama (*child-bearing*), tahap keluarga dengan anak prasekolah (*preschool family*), tahap perkembangan keluarga dengan usia sekolah (*school family*), tahap perkembangan keluarga dengan anak remaja (*teenagers family*), tahap anak dewasa (*adult family*), tahap perkembangan keluarga dengan usia pertengahan (*middle age family*), tahap perkembangan keluarga usia lanjut (*aging family*) (Yahya, 2021).

Tahap perkembangan dewasa merupakan seseorang yang telah siap berbaaur bersama dengan masyarakat dewasa lainnya dan telah menyelesaikan pertumbuhannya. Rentang usia dewasa berkisar antara 18 sampai dengan usia 25 tahun, pada usia ini biasanya kegiatan yang dijalani bersifat eksperimen dan eksplorasi (Dewi & Ambarwati, 2023). Tahap perkembangan dewasa memiliki berbagai macam factor yang meliputi yaitu gaya hidup yang sangat modern pada jaman ini, pemilihan makanan yang berlemak, kebiasaan aktifitas yang tidak sehat, merokok, meminum kopi terus menerus, serta kurangnya berolahraga sehingga factor itu meliputi berbagai masalah kesehatan yaitu, diatebes melitus, kolestrol, dan hipertensi (Fathoni, 2022).

Hipertensi yaitu suatu kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan darah di atas normal yang ditunjukkan angka systolic diatas 140mmHg serta angka diastolicnya 90mmHg, pada pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa cuff air raksa (*sphygomanometer*) ataupun alat digital lainnya (Fathoni, 2022). Tekanan darah adalah masalah kesehatan yang umum diderita oleh masyarakat Indonesia dan merupakan penyakit yang tidak menular serta menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya (Rohmah et al., 2023).

Dampak hipertensi sendiri ialah dari faktor kardiovaskular aterosklerotik, gagal jantung, stroke, hingga gagal ginjal, dan juga hipertensi dapat menimbulkan risiko mortalitas dini, yang meningkat saat sistolik dan diastolic meningkat sehingga hipertensi sendiri merupakan masalah yang serius karena sering tidak terdeteksi walaupun sudah bertahun-tahun lamanya (Pratiwi, 2020). Adapun dampak hipertensi jika tidak teratasi dapat menyebabkan kerusakan arteri didalam tubuh sampai organ seperti gagal ginjal, jantung, stroke, retinopati hingga mengalami kebutaan (Falo et al., 2023).

Menurut WHO (*World Health Organization*) 2018 kejadian diseluruh dunia prevalensi hipertensi bervariasi antara wilayah serta kelompok pendapatan negara, wilayah Afrika memiliki prevalensi tertinggi 27% sedangkan wilayah Amerika memiliki prevalensi hipertensi terendah 18%, jumlah orang dewasa meningkat dari 594 juta menjadi 1,13 miliar dengan peningkatan yang sebagian besar terlihat di negara berpenghasilan rendah dan menengah. (Arum, 2019).

Penatalaksanaan yang tepat pada hipertensi dapat dilakukan dengan cara yaitu secara farmakologis dan juga secara non-farmakologis, terapi farmakologis dapat berupa mengkonsumsi jenis obat-obatan yang dapat menurunkan tekanan darah tinggi atau hipertensi namun mengkonsumsi obat-obatan dapat menyebabkan efek samping farmakologis yang bisa merusak ginjal dan hati apabila mengkonsumsinya secara terus menerus dalam jangka waktu yang panjang (Aisyah & Imamah, 2023). Terapi non-farmakologis yaitu terapi tanpa menggunakan obat-obatan sama sekali sehingga terapi non-farmakologi ini tidak menyebabkan efek samping ataupun timbulnya

penyakit lainnya maupun kecanduan obat-obatan sehingga dari data tersebut bisa disimpulkan bahwa untuk terapi non-farmakologis lebih cocok untuk diterapkan, adapun contoh terapi non-farmakologis yaitu seperti meditasi, akupuntur, relaksasi progresif, maupun rendam kaki air hangat menggunakan serai dan garam.

Rendam kaki dengan air hangat merupakan salah satu jenis terapi alamiah yang bermaksud untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyetatkan jantung, mengendorkan otot-otot, menghilangkan stress, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, memberikan kehangatan pada tubuh sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada hipertensi, dan juga prinsip kerja dari terapi rendam kaki air hangat yang dicampur dengan garam menggunakan air hangat dengan suhu 40,5 sampai dengan 45 derajat celsius secara konduksi dimana terjadi pemindahan konduksi dari air hangat naik ke tubuh sehingga dapat menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot (Rohmah *et al.*, 2023).

Hasil penelitian Rohmah, Wahyuning, & Kurtusi (2023) menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi yang dilakukan selama tiga kali dalam seminggu. Sebelum intervensi dilakukan, tekanan darah terendah 120/80mmHg dan tertinggi 160/110mmHg. Setelah intervensi dilakukan tekanan darah terendah 110/80mmHg dan tertinggi 140/100 mmHg (Izzat *et al.*, 2013).

## **METODELOGI STUDI KASUS**

studi kasus ini menggambarkan pemberian asuhan keperawatan pada keluarga dengan tahap perkembangan dewasa dengan fokus studi pengelolaan hipertensi. Subjek studi kasus keluarga tahap dewasa dengan masalah keperawatan hipertensi dan pemberian intervensi rendam kaki air garam. peneliti dilakukan di Puskesmas Gondangrejo, Karanganyar pada tanggal 01 Februari 2024 sampai tanggal 08 Februari 2024 dengan 4x kunjungan rumah.

## **HASIL STUDI KASUS**

Penulis telah melakukan pengkajian secara anamnesa pada keluarga Tn.S yang tinggal di wilayah Gondangrejo, Karanganyar pada tanggal 01 Februari 2024 didapatkan hasil antara lain keluarga Tn.S berada pada tahap perkembangan dewasa dan tipe keluarga inti dikarenakan hanya ada Tn. S (suami), Ny. S (istri), Tn.P (anak), Tn. A (anak) yang tinggal dalam satu rumah. Penanggung jawab ekonomi ditanggung oleh Tn.S dengan bekerja sebagai petani selaku kepala keluarga dengan dukungan penuh dari istri.

Pengkajian lima fungsi keluarga Tn.S m yaitu Fungsi Afektif : saling menyayangi satu sama lain saling memberi perhatian dan sering berkumpul berbincang jika keluarga sedang longgar. Fungsi sosialisasi : hubungan dengan masyarakat dan satu sama lain saling menghormati, selalu bertegur sapa jika bertemu, dan selalu gotong royong dalam kegiatan desa. Fungsi perawatan kesehatan: terdiri dari mengenal masalah: Tn.S mengatakan kurangnya mengetahui tentang hipertensi sehingga Tn.S tidak mengkonsumsi obat hipertensi. Mengambil keputusan: kemampuan keluarga dalam mengambil keputusan sudah tepat yaitu jika ada anggota keluarga yang sakit segera dibawa ke Rumah Sakit atau Puskesmas. Merawat anggota keluarga yang sakit: Tn.S tampak bingung saat diberikan edukasi tentang Hipertensi dan Tn.S tidak melakukan cek kesehatan secara rutin. Memelihara atau memodifikasi lingkungan: Tn.S mengatakan jika jendela rumah selalu dibuka, ventilasi rumah dan pencahayaan baik, lantai rumah disapu bersih setiap hari. Menggunakan fasilitas kesehatan yang ada: Tn.S mengatakan jika ada anggota keluarga yang sakit segera dibawa ke puskesmas. Fungsi reproduksi : Tn.S mengatakan tidak ada masalah reproduksi pada Tn.S maupun Ny.S, selama menikah memiliki dua anak. Fungsi ekonomi: Tn.S mengatakan secara ekonomi sudah cukup untuk memenuhi kebutuhan keluarga.

Pemeriksaan fisik keluarga Tn.S keadaan baik, tidak ada pembengkakan kelenjar tiroid, hasil tanda-tanda vital Tn.S dengan tekanan darah 165/90mmHg, Nadi 100x/menit, RR 22x/menit. Pengkajian berdasarkan karakteristik dan observasi didapatkan data subjektif dan juga data objektif. Data subjektif pada saat dilakukannya pengkajian yaitu Tn.S mengatakan memiliki riwayat penyakit

Hipertensi sedari empat bulan yang lalu, Tn.S mengatakan sering kesemutan pada tangan sebelah kanan setelah bersepeda dan Tn.S mengatakan sering pusing, nyeri kepala, dan tengkuk kepala terasa berat, Tn.S mengatakan belum memahami tentang penyakit hipertensi dan tidak mengetahui cara mengatasi tekanan darah tinggi selain minum obat. Dalam data objektif Tn.S tampak bingung saat diberikan edukasi tentang hipertensi dan Tn.S tidak melakukan cek kesehatan secara rutin.

## PEMBAHASAN

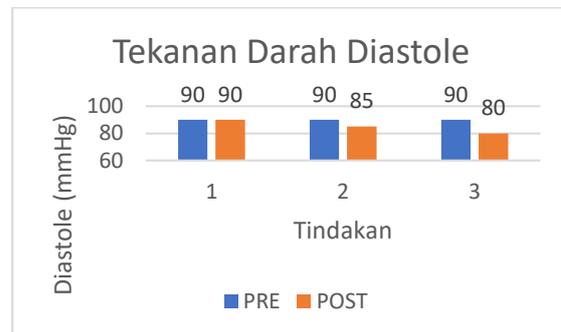
Berdasarkan hasil analisa data subjektif: Tn.S mengatakan sering merasa kesemutan di tangan kanan nya setelah bersepeda dan Tn.S mengatakan sering pusing, nyeri kepala, serta tengkuk terasa berat. Dan data objektif yang didapatkan yaitu tekanan darah 165/90mmHg, Tn.S memiliki riwayat Hipertensi sejak empat bulan yang lalu, tampak bingung saat diberikan edukasi tentang Hipertensi, dan Tn.S tidak melakukan cek kesehatan secara rutin. Hasil pengkajian fungsi keluarga pada Tn.S yaitu fungsi afektif: saling menyayangi satu sama lain saling memberi perhatian dan sering berkumpul berbincang jika keluarga sedang longgar. Diperoleh diagnosis keperawatan Risiko Perfusi Perifer Tidak Efektif (D.0015) dan Defisit Pengetahuan (D.0111) tentang hipertensi. Diagnosis keperawatan Risiko Perfusi Perifer Tidak Efektif (D.0015) lebih diprioritaskan karena penulis dari masalah keperawatan lain yang muncul karena berdasarkan hasil dari skoring yang didapatkan dengan total nilai 3 2/3, dilihat juga dari sifat masalahnya : risiko/ancaman kesehatan dengan nilai 2/3, kemungkinan masalah dapat diubah: sebagian dengan nilai 1, kemungkinan masalah dapat dicegah: cukup dengan nilai 1, dan menonjolnya suatu masalah: masalah dirasakan harus segera ditangani dengan nilai 1.

Didapatkan perumusan masalah yang dialami Tn.S mengalami kesemutan pada tangan kanan setelah bersepeda, pusing, nyeri kepala, dan tengkuk terasa berat. Berdasarkan data yang didapatkan penulis saat melakukan pengkajian pada Tn.S ditegakkan diagnosis utama Risiko Perfusi Perifer Tidak Efektif (D.0015).

Berdasarkan diagnosis yang sudah ditegakkan sebelumnya oleh penulis sesuai dengan prioritas masalah yakni Risiko Perfusi Perifer Tidak Efektif (D.0015) maka ditentukan tujuan dan kriteria hasil, berdasarkan Tim Pokja

SLKI DPP PPNI (2019) setelah dilakukan perawatan diharap perfusi perifer meningkat dengan kriteria hasil tekanan darah diastolik membaik dan tekanan darah sistolik membaik. Intervensi keperawatan pada diagnosis Risiko perfusi perifer tidak efektif adalah Keluarga mampu mengenal masalah: Edukasi proses penyakit (I.12444).

Intervensi yang akan dilakukan rencana keperawatan pada Tn.S yaitu akan fokus pada tindakan keperawatan, dilakukannya penanganan untuk menurunkan tekanan darah secara non-farmakologis yaitu pemberian terapi rendam kaki air garam yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah. Pemberian terapi non-farmakologis dengan cara rendam kaki hangat menggunakan garam ini dapat merilekskan otot dan melebarkan pori-pori bagian kaki sehingga dapat melancarkan peredaran darah. Terapi rendam kaki menggunakan campuran air garam dilakukan tiga kali dalam waktu satu minggu dengan durasi setiap terapi 10-15 menit dengan air, garam 20 mg, dan dengan suhu air 38-40 derajat celcius (Izzat., *et al* 2021).



Dari data tabel dan grafik di atas terlihat akan penurunan tekanan darah sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dicampur dengan air garam. Pada hari pertama sebelum dilakukannya terapi cek tekanan darah terdapat 165/90 mmHg lalu setelah diberikan terapi terapi rendam kaki air garam, dan setelah dilakukan terapi kemudian dicek tekanan darahnya 160/90 mmHg, kunjungan hari kedua sebelum dilakukan terapi cek tekanan darah terdapat 160/90mmHg lalu setelah diberikan terapi rendam kaki air garam, dan setelah dilakukan terapi kemudian dicek tekanan darahnya 155/85 mmHg, lalu hari ketiga pertemuan hari terakhir sebelum dilakukan terapi cek tekanan darah terdapat 155/85 mmHg lalu setelah diberikan terapi terapi rendam kaki air garam, dan setelah dilakukan terapi

kemudian dicek tekanan darahnya 148/80 mmHg.

Berdasarkan pengukuran tekanan darah tersebut mengalami penurunan setelah diberikan terapi rendam kaki air garam yang menyebabkan pori-pori menjadi lebar, merilekskan otot kaki, dan melancarkan sirkulasi peredaran darah (Kurtusi 2023).

Penulis menyimpulkan bahwa pemberian terapi rendam kaki air dengan campuran garam efektif untuk diberikan pada klien yang memiliki penyakit hipertensi karena memperlebar pori-pori, membuat otot kaki rileks, dan sirkulasi darah menjadi lancar sehingga dapat menurunkan tekanan darah klien.

Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Izzat., *et al* (2021) yang menyatakan bahwa terdapat penurunan tekanan darah dengan 4-36 mmHg untuk sistol dan 5-22.5 untuk diastol. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang dirasakan oleh klien setelah dilakukan terapi rendam kaki air garam dengan hasil tekanan darah 165/90mmHg menjadi 148/80mmHg, maka terapi rendam kaki dengan campuran air garam membantu menurunkan tekanan darah karena terapi rendam kaki air garam, sehingga memungkinkan klien dapat turun tekanan darahnya karena rileks otot kaki, pori-pori melebar, dan peredaran darah menjadi lancar.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### 1. Kesimpulan

Evaluasi dilakukan pada hari terakhir sebagai berikut dengan hasil evaluasi pada data subjektif Tn.S mengatakan setelah dilakukan intervensi rendam kaki air garam merasa lebih rileks, Tn.S mengatakan pusing berkurang dan tengkuknya masih terasa berat. Hasil evaluasi pada data objektif adalah Tn.S selama dilakukan intervensi rendam kaki air garam selama tiga kali dalam satu minggu tampak mengikuti arahan dan anjuran saat dilakukan rendam kaki air serta didapatkan hasil tanda-tanda vital hari ketiga dengan tekanan darah 148/80mmHg, RR 22x/menit, Nadi 100x/menit, dan suhu 36,5°C. *Assesment* : keluarga telah mampu mengenal masalah, keluarga telah mampu mengambil keputusan, keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit, keluarga belum mampu memodifikasi lingkungan,

dan keluarga mampu memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan. *Planning*: intervensi dilanjutkan secara mandiri: identifikasi upaya berhenti merokok dan pemberian rendam kaki air hangat menggunakan garam untuk menurunkan tekanan darah.

### 2. Saran

#### a. Bagi Perawat

Bagi Perawat penelitian ini bisa menambah wawasan pada perawat khususnya dalam penurunan tekanan darah pada hipertensi, dan diterapkan sebagai salah satu intervensi di Puskesmas Gondangrejo.

#### b. Bagi Puskesmas

Mampu menjadi intervensi non farmakologi tambahan yang digunakan oleh perawat Puskesmas Gondangrejo Karanganyar dalam mengatasi masalah hipertensi dengan rendam kaki air garam, sehingga dapat meningkatkan kualitas layanan asuhan keperawatan yang diberikan kepada pasien.

#### c. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menjadi referensi baru mengenai inovasi rendam kaki air garam pada hipertensi, sehingga dapat menambah pengetahuan bagi mahasiswa keperawatan.

#### d. Bagi Klien

Intervensi rendam kaki air garam dapat digunakan oleh penderita hipertensi dengan bantuan dari keluarga untuk penerapannya agar menurunkan tekanan darah tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, N., & Imamah, I. N. (2023). Penerapan Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam dan Serai Pada Lansia Hipertensi di Desa Kaliwungu Kabupaten Semarang Ida Nur Imamah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(3), 281–192.
- Arum, Y. T. G. (2019). Hipertensi pada Penduduk Usia Produktif (15-64 Tahun). *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 1(3), 84–94.
- Dewi, L. P. W., Sastri, I. I. D. A. M., & Sanjaya, I. K. P. W. (2021). Pengaruh Partisipasi Anggaran, Akuntabilitas Publik dan Gaya

- Kepemimpinan Terhadap Kinerja Manajerial Pada Organisasi Perangkat Daerah Kabupaten Bangli. *Jurnal Riset Akuntansi Warmadewa*, 2(2), 75–81. <https://doi.org/10.22225/jraw.2.2.3365.75-81>
- Falo, A., Ludiana, & Ayubbana, S. (2023). Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 32–40.
- Fathoni, M. (2022). Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Dewasa. *Asuhan Keperawatan*, 8.5.2017, 2003–2005.
- Izzat, Y., Jauhar, M., & Surachmi, F. (2013). Literature Review : Hydrotherapy Reduce Blood Pressure among Hipertensive Clients. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Science)*, 9(2), 178–186. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2021.009.02.5>
- Pratiwi, A. (2020). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Masker Medika*, 8(2), 263–267. <https://doi.org/10.52523/maskermedika.v8i2.414>
- Rahmayanty, D., Simar, S., Thohiroh, N. S., & Permadi, K. (2023). Pentingnya Komunikasi Untuk Mengatasi Problematika Yang Ada Dalam Keluarga. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(6), 28–35. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i6.20180>
- Rohmah, M., Wahyuningsih, T., & Kurtusi, A. (2023). Pengaruh Hydroterapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Universitas Yatsi Madani*, 12(1), 29–34. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i1.224>
- Yahya, S. (2021). Buku Ajar Keperawatan Keluarga. *Galang Tanjung*, 2504, 1–9.

