

**LAPORAN PENELITIAN**



**TERAPI RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR HANGAT DENGAN  
CAMPURAN GARAM DAN SERAI MENURUNKAN TEKANAN DARAH  
PADA PASIEN HIPERTENSI DI DESA PULAU TINGGI WILAYAH  
KERJA PUSKESMAS AIR TIRIS  
TAHUN 2023**

**TIM PENGUSUL**

**KETUA : Ns. ERMA KASUMAYANTI, M.Kep NIDN:1028028403**  
**ANGGOTA 1 : ENDANG MAYASARI, SST.M.Kes NIDN: 1018098502**  
**ANGGOTA 2 : RAHMA DINDA APRIYUS, S.Kep**

Penelitian ini dibiayai oleh :  
**Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai**  
**Tahun Anggaran 2023/2024 (Semester Ganjil)**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI**  
**TA. 2023/2024**

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dengan Campuran Garam dan Serai untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Desa Pulau Tinggi Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris Tahun 2023

Kategori Penelitian : Kerja sama dengan Instansi Pemerintah

Jenis Penelitian : Penelitian Dasar/ Penelitian Terapan\*

Integrasi Penelitian pada MK : Keperawatan

**Ketua :**

- a. Nama Lengkap : Ns. Erma Kasumayanti, M.Kep
- b. NIDN : 1028028403
- c. Jabatan Fungsional : Lektor
- d. Program Studi : DIII Keperawatan
- e. Nomor HP dan email : [erma.nabihan@gmail.com](mailto:erma.nabihan@gmail.com)

**Anggota Peneliti** : Endang Mayasari, SST.M.Kes/1018098502

**Peneliti (MITRA)**

- a. Nama Lengkap : Ns. Murlianis, S,Kep
- b. NIDN :-
- c. PT/Institusi/DUDI : Puskesmas Air Tiris

Biaya Penelitian Keseluruhan : Rp 4.000.000,-

Biaya Penelitian :

- dana internal PT : Rp 4.000.000,-
- dana mitra : Rp -/ *in kind* tuliskan: -



Mengetahui,  
Dekan FK UP

**Dewi Angriani Harahap, M. Keb**  
NIP-TT 096 542 089

Bangkinang, 13 Maret 2024  
Ketua Tim Pengusul,

**Ns. Erma Kasumayanti, M.Kep**  
NIP-TT 096 542 076

Mengetahui,  
Ketua LPPM

**Dr. MUSNAR INDRA DAULAY, M.Pd**  
NIP-TT 096 542 108

## RINGKASAN

Hipertensi pada lansia adalah suatu keadaan ketika tekanan darah seseorang melebihi batas normal dengan sistolik  $\geq 160$  mmHg dan diastolik lebih  $\geq 90$  mmHg. Dampak lanjut yang dapat terjadi pada penderita hipertensi seperti kerusakan otak, infark miokard, gagal ginjal, bahkan kematian merupakan beberapa komplikasi yang dapat terjadi jika hipertensi tidak segera ditangani. Salah satu intervensi nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah adalah terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai. prinsip kerja dari terapi ini yaitu terjadinya perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga pembuluh darah akan melebar dan penurunan pada ketegangan otot. Selanjutnya, terapi rendam kaki air hangat ini dapat dicampurkan dengan bahan-bahan alami misalnya garam dan serai. Pengkajian ini dilakukan pada tanggal 13-18 Desember 2023, selanjutnya melakukan analisa data dan melakukan intervensi dari diagnosa yang didapatkan yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis, Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur. Melakukan terapi relaksasi autogenik diberikan selama 4 hari berturut-turut dan dilakukan 1 kali dalam sehari dilakukukan selama 20 menit. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada pasien. Melakukan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dan campuran garam memberikan dapat menurunkan tekanan darah pada Bapak S dengan hipertensi. Diharapkan untuk klien selalu dapat memperhatikan kesehatannya, melakukan pengecekan tekanan darah secara rutin, menerapkan pola hidup sehat dengan menghindari makanan yang tinggi garam dan lemak, rutin olahraga serta melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai secara jika terjadi peningkatan tekanan darah dengan harapan tekanan darah klien selalu terkontrol

**Kata kunci** : Terapi rendam kaki air hangat dan garam, Hipertensi, Lansia  
**Daftar bacaan** : 9 Bacaan (2016-2021)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena atas rahmat, karunia dan hidayah dari-Nya lah saya dapat menyelesaikan dan melaksanakan penyusunan laporan penelitian ini, dengan tujuan untuk melengkapi Tri Dharma Perguruan Tinggi dosen di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

Penyusunan laporan penelitian penelitian ini tidak terlepas dari semua pihak yang telah membimbing dan memberikan masukan serta petunjuk baik secara langsung maupun tidak langsung hingga akhirnya laporan penelitian penelitian ini dapat diselesaikan oleh peneliti. Pada kesempatan ini saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Amir Luthfi, selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.
2. Dewi Anggriani Harahap, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.

Saya menyadari bahwa dalam laporan penelitian penelitian ini masih banyak terdapat kesalahan dan kekurangan. Oleh sebab itu, dengan rendah hati saya akan menerima kritik dan saran. Dengan segala keterbatasan yang ada, semoga laporan penelitian penelitian ini dapat memberikan manfaat dan nilai tambah sebagai suatu sumbangan pikiran bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau dan Puskesmas Air Tiris

Bangkinang, Januari 2024

Peneliti

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>LEMBAR JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBARAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Keaslian Penulisan .....	4
<b>BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. State Of Art .....	6
<b>BAB III GAMBARAN KASUS</b>	
A. Hasil Pengkajian .....	10
B. Analisa Data .....	12
C. Diagnosa Keperawatan .....	13
<b>BAB IV PELAKSANAAN INTERVENSI KEPERAWATAN</b>	
A. Intervensi Keperawatan .....	14
B. Implementasi .....	16
C. Evaluasi .....	17
<b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
A. Pembahasan .....	23
1. Pengkajian .....	23
2. Diagnosa Keperawatan .....	24
3. Intervensi Keperawatan .....	26
4. Implementasi Keperawatan .....	29

5. Evaluasi .....	32
B. Keterbatasan Pelaksanaa .....	38
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	39
B. Saran .....	40

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel <i>State Of Art</i> .....	6
Tabel 3.1 Analisa Data.....	12

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 : Surat Permohonan Responden



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi pada lansia adalah suatu keadaan ketika tekanan darah seseorang melebihi batas normal dengan sistolik  $\geq 160$  mmHg dan diastolik lebih  $\geq 90$  mmHg (Aspiani, 2016). Hipertensi erat kaitannya dengan lansia, hal ini terjadi karena adanya perubahan pada fisiologis lansia seperti menebal dan kakunya katup jantung, respon imunitas tubuh menurun, menurunnya elastisitas pembuluh darah dan penurunan pada efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi. Kondisi tersebut akan membuat lansia lebih rentan mengalami hipertensi karena perubahan fisiologis tersebut membuat resistensi vaskuler mengalami peningkatan (Fitrina dkk, 2021).

Menurut data yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 menunjukkan kurang lebih 1,28 miliar orang didunia menderita hipertensi. Sedangkan di Indonesia, prevalensi hipertensi dengan usia  $>18$  tahun sebanyak 34,1% atau sebanyak 63.309.620 kasus hipertensi dengan angka kematian mencapai 427.218 (Kemenkes RI, 2019). Selanjutnya penderita hipertensi umur  $\geq 15$  tahun di Provinsi Riau pada tahun 2021 yaitu sebesar 23%, ini terjadi peningkatan dari tahun lalu yang hanya mencapai 14% dengan Kabupaten Kampar menduduki posisi ketiga dengan jumlah kasus 12,1% (Dinas Kesehatan Provinsi Riau, 2021).

Sedangkan menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar tahun 2022, jumlah kasus hipertensi di Puskesmas Air Tiris adalah sebanyak 10.853 kasus. Menurut data dari Puskesmas Air Tiris tahun 2022, jumlah penderita hipertensi di Desa Simpang Kubu adalah sebanyak 435 kasus dan berdasarkan hasil survey pada tahun 2022 yang dilakukan oleh Mahasiswa Profesi Ners Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai di Desa Simpang Kubu, jumlah lansia yang menderita hipertensi yaitu sebanyak 89 kasus.

Selanjutnya kerusakan otak, stroke, infark miokard, gagal ginjal, bahkan kematian merupakan beberapa komplikasi yang dapat terjadi jika hipertensi tidak segera ditangani (Fitriana dkk, 2022). Adapun salah satu intervensi nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah adalah terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai. Hal ini terjadi karena prinsip kerja dari terapi ini yaitu terjadinya perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga pembuluh darah akan melebar dan penurunan pada ketegangan otot. Selanjutnya, terapi rendam kaki air hangat ini dapat dicampurkan dengan bahan-bahan alami misalnya garam dan serai (Fitriana dkk, 2021).

Secara alamiah garam bermanfaat untuk menjaga keseimbangan pH dalam tubuh, meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan relaksasi otot, menghilangkan stress, meringankan rasa sakit dan meningkatkan permeabilitas kapiler. Sedangkan serai mampu melancarkan sirkulasi darah karena serai memiliki sifat kimiawi dan efek farmakologi yaitu rasa pedas dan sifat hangat (Widiyanto, Aris et al. 2020).

Berdasarkan survey awal yang telah peneliti lakukan pada Tn. S penderita hipertensi yang ada di Pulau Tinggi, Tn. S mengeluh sakit kepala hingga tengkuk terasa ditimpa barang berat, nyeri yang dirasakan hilang timbul sewaktu-waktu, skala nyeri 5, setelah dilakukannya pengukuran tekanan darah, diketahui tekanan darah 185/95 mmHg. Selain itu klien juga mengatakan sulit tidur dan pola tidur berubah, klien sering terjaga pada tengah malam dan merasa tidak puas dengan tidurnya karena sakit kepala hingga tengkuknya yang terasa berat, jumlah jam tidur klien 4 jam/hari. Berdasarkan hasil wawancara, Tn. S mengatakan tidak pernah melakukan pengobatan secara nonfarmakologi untuk mengatasi hipertensinya. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik ingin menerapkan “Asuhan Keperawatan pada Tn. S menggunakan Terapi Rendam Kaki menggunakan Air Hangat dengan Campuran Garam dan Serai pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Pulau Tinggi Wilayah Kerja UPT Puskesmas Air Tiris Tahun 2023”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan landasan yang diungkapkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dengan Campuran Garam dan Serai berpengaruh terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Pulau Tinggi?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Memberikan asuhan keperawatan pada Tn S dengan hipertensi menggunakan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai di Desa Pulau Tinggi Puskesmas Air Tiris tahun 2023.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu melakukan asuhan keperawatan pada Tn. S meliputi : Pengkajian, Diagnosa Keperawatan, Intervensi, Implementasi dan Evaluasi.
- b. Mampu menganalisis pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dalam menurunkan tekanan darah pada Tn.S di Desa Pulau Tinggi
- c. Mampu menganalisis hasil dari penerapan pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran serai dalam menurunkan tekanan darah pada Tn.S di Desa Pulau Tinggi

### **C. Manfaat penelitian**

#### **1. Aspek Teoritis**

Penerapan penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu masukan untuk teori dan menambah hasil informasi ilmiah yang berhubungan dengan teori terapi rendam kaki menggunakan

air hangat dengan campuran garam dan serai untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

## **2. Aspek Praktis**

Penerapan penelitian ini diharapkan dapat memberikan acuan yang dapat digunakan penderita hipertensi untuk membantu dalam penurunan tekanan darah.

**BAB II**  
**TINJAUAN PUSTAKA**

**A. State Of Art**

*State of The Art* merupakan kumpulan jurnal yang digunakan sebagai referensi dalam penelitian ini. *State of The Art* turut memberikan penjabaran mengenai perbedaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan. Berikut ini adalah *State of The Art* yang dijabarkan dalam bentuk tabel/matriks :

No	Deskripsi Jurnal	Pembahasan
1	<p>Pengaruh Rendam Kaki dengan Air Rebusan Serai dan Garam terhadap penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi</p> <p><b>Tahun :</b> 2022</p> <p><b>Peneliti :</b> Yati Sumyati Irsan Caca Handika Yaumi Fika</p> <p><b>Metode :</b> Deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan</p> <p><b>Jurnal :</b> Jurnal Medika Utama</p>	<p><b>Hasil Penelitian :</b> Setelah dilakukan intervensi rendam kaki dengan air rebusan serai dan garam, terjadi penurunan tekanan darah secara signifikan sampai pada 131/92 mmHg. Nilai rata-rata <i>Mean Arterial Pressure</i> (MAP) sebelum dilakukan intervensi yaitu 139,85 mmHg dan setelah diberikan intervensi yaitu 118,38 mmHg.</p> <p><b>Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian :</b> Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan referensi mengenai seberapa signifikan pengaruh rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai terhadap penurunan tekanan darah.</p>
2	<p>Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi menggunakan Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Campuran Garam dan Serai</p> <p><b>Tahun :</b> 2022</p>	<p><b>Hasil Penelitian :</b> Rendam kaki air hangat campuran garam dan serai efektif dalam menurunkan tekanan darah serta mampu menurunkan skala nyeri dan meningkatkan rasa nyaman pada penderita hipertensi.</p> <p><b>Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian :</b></p>

	<p><b>Peneliti :</b> Alifia Ingesti Augin Edy Soesanto</p> <p><b>Metode :</b> Deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan</p> <p><b>Jurnal :</b> Jurnal Ners Muda</p>	<p>Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan referensi mengenai seberapa signifikan pengaruh rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai terhadap penurunan tekanan darah.</p>
3	<p>Pengaruh Pemberian Rendam Kaki dengan Air Hangat Campuran Garam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi</p> <p><b>Tahun :</b> 2020</p> <p><b>Peneliti :</b> Fildayanti Tuti Dharmawati Linda Ayu Rizka Putri</p> <p><b>Metode :</b> <i>Pre Experimental</i> dengan <i>Rancangan One Group Pre Test-Post Test</i></p> <p><b>Jurnal :</b> Jurnal Kesehatan</p>	<p><b>Hasil Penelitian :</b> Pada tekanan darah sistolik, keseluruhan responden mengalami penurunan tekanan darah, sedangkan pada tekanan darah diastolik, terdapat 12 responden yang mengalami penurunan tekanan darah 4 orang mengalami peningkatan tekanan darah, dan 16 orang tidak mengalami perubahan tekanan darah. Hasil Uji statistik menunjukkan <i>p-value</i> sistole = 0,000 (<math>p &lt; 0,05</math>) dan <i>p-value</i> diastole = 0,016 (<math>p &lt; 0,05</math>). Sehingga disimpulkan bahwa ada pengaruh rendam kaki dengan air hangat campuran garam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Lamboo Wilayah Kerja Puskesmas Moramo</p> <p><b>Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian :</b> Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan referensi mengenai seberapa signifikan pengaruh rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam terhadap penurunan tekanan darah.</p>
4	<p>Pengaruh Rendam Kaki dengan Air Hangat terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Sp 4 Setuntung Kecamatan Belitang Kabupaten Sekadau</p> <p><b>Tahun :</b> 2021</p> <p><b>Peneliti :</b> Nurpratiwi Elveni Novar</p>	<p><b>Hasil Penelitian :</b> Pada tekanan darah sistole sebelum dan sesudah didapatkan nilai <i>p</i> sebesar sistole 0,001 (<math>&lt; 0,05</math>) dan untuk tekanan darah diastole nilai <i>p</i> diastole 0,048 (<math>&lt; 0,05</math>). Kesimpulan dari penelitian ini terapi rendam kaki dengan air hangat efektif menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Sp 4 Setuntung Kecamatan Belitang Kabupaten Sekadau</p> <p><b>Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian :</b> Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan referensi mengenai</p>

	<p><b>Metode :</b>  <i>Quasi Experiment</i> yang menguji coba suatu intervensi pada sekelompok subyek dengan atau tanpa sekelompok pembanding namun tidak dilakukan randomisasi untuk memasukkan subyek kedalam sekelompok perlakuan atau kontrol</p> <p><b>Jurnal :</b>          Jurnal Kesehatan</p>	<p>seberapa signifikan pengaruh rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah.</p>
5	<p><i>Efficacy of Hydrotherapy Soak Feet in Lowering Blood Pressure of Hypertension Sufferers in Dauhwaru Village, Jembrana</i></p> <p><b>Tahun :</b>          2022</p> <p><b>Peneliti :</b>          I Putu Sudiartawan          I Made Dwi Mertha A</p> <p><b>Metode :</b>  <i>Eksperimental design</i> dengan <i>one group pretest-posttest design</i> tanpa kelompok kontrol.</p> <p><b>Jurnal :</b>  <i>Science Midwifery</i></p>	<p><b>Hasil Penelitian :</b>          Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh hidroterapi terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Dauhwaru, Jembrana dengan nilai <i>p value</i> 0.000.</p> <p><b>Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian :</b>          Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan referensi mengenai seberapa signifikan pengaruh rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah.</p>
6	<p><i>The Effectiveness of Warm Water Soak Therapy of Feet and Classical Music Therapy on Blood Pressure of Hypertensive Clients at Puskesmas Ijen Bondowoso</i></p> <p><b>Tahun :</b>          2020</p> <p><b>Peneliti :</b>          Handono Fatkhur Rahman          Saipul Bahri</p>	<p><b>Hasil Penelitian :</b>          Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh terapi rendam kaki air hangat dan terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan nilai <i>P-value</i> 0.046 &lt; 0.05.</p> <p><b>Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian :</b>          Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan referensi mengenai seberapa signifikan pengaruh rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah.</p>



	<p>Heri Siswanto</p> <p><b>Metode :</b> <i>Pre-Post Experimental design.</i></p> <p><b>Jurnal :</b> Jurnal MIDPRO</p>	
--	---	--

## **BAB III**

### **GAMBARAN KASUS**

#### **A. Hasil Pengkajian**

Pada BAB ini menjelaskan tentang rangkuman asuhan keperawatan yang dilakukan terhadap Tn.S dengan hipertensi yang dilakukan pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai untuk menurunkan tekanan darah yang dialami oleh klien. Asuhan keperawatan ini dilakukan sejak tanggal 13– 18 Desember 2023 di Desa Pulau Tinggi yang dimulai dari tahap pengkajian, menganalisa data, menegakkan diagnosa, mengintervensi asuhan keperawatan, mengimplementasi dan mengevaluasi.

Klien berinisial Tn. S yang berumur 65 tahun, berpendidikan SMP, Tn. S adalah Kepala keluarga, Tn. S bertempat tinggal di Desa Pulau Tinggi Kecamatan Kampar Riau. Pada saat pengkajian klien mengatakan sudah mengalami hipertensi selama 5 tahun, tetapi klien mengatakan bahwa baru 3 bulan terakhir ini kembali merasakan sakit kepala hingga tengkuknya terasa seperti ditimpa barang berat, klien mengatakan nyeri timbul sewaktu-waktu sehingga membuatnya tidak nyaman, klien mengatakan juga suka mengkonsumsi goreng-gorengan, klien tampak memegang kepalanya, klien tampak tidak nyaman dengan nyeri dikepalanya, skala nyeri 5. Pada saat diwawancara klien juga mengatakan sulit tidur dan pola tidur berubah, klien mengatakan sering terjaga pada tengah malam, klien mengatakan merasa tidak puas dengan tidurnya karena sakit kepala pada kepala hingga

tengkuknya terasa berat, selain itu, klien juga mengatakan selama sakit sulit tidur jika tidak ditemani oleh anak angkatnya. Klien juga tampak lesu dan gelisah, jumlah jam tidur klien 4 jam/hari.

Keadaan umum Tn. S dengan tingkat kesadaran composmentis, berpakaian rapi, klien terlihat gelisah. Tanda-tanda vital TD : 185/95 mmHg, N : 104 x/menit, RR : 19 x/menit, Suhu : 36,4°C, BB : 42 Kg, TB : 150 cm. Pemeriksaan sistem kardiovaskuler : inspeksi tidak adanya pembesaran pada jantung, dada kanan dan kiri simetris, palpasi tidak adanya nyeri tekan, auskultasi tidak ada suara jantung tambahan. Pemeriksaan sistem pernafasan : dada simetris, tidak ada jejas, tidak ada edema, tidak ada terdengar suara nafas tambahan. Pemeriksaan abdomen : abdomen tampak simetris kiri dan kanan, tidak ada benjolan, tidak ada bekas luka, tidak ada pembengkakan pada abdomen, tidak ada nyeri tekan dan tidak kembung pada abdomen.

## B. Analisa Data

No	Data	Etiologi	Masalah
1	<p><b>DS :</b></p> <p>a. Klien mengatakan sakit kepala hingga tengkuk terasa berat</p> <p>b. Klein mengatakan suka mengkonsumsi makanan tinggi lemak seperti gorengan</p> <p>c. P : Nyeri kepala</p> <p>d. Q : Seperti tertimpa barang berat</p> <p>e. R : Nyeri menyebar hingga tengkuk</p> <p>f. S : Skala nyeri 5</p> <p>g. T : Nyeri timbul sewaktu-waktu</p> <p><b>DO :</b></p> <p>a. TD klien : 185/95 mmHg</p> <p>b. Klien tampak memegang kepalanya</p> <p>c. Klien tampak tidak nyaman dengan nyerinya</p>	<p>Hipertensi</p> <p>↓</p> <p>Kerusakan vaskuler pembuluh darah</p> <p>↓</p> <p>Perubahan struktur</p> <p>↓</p> <p>Penyumbatan pembuluh darah</p> <p>↓</p> <p>Gangguan sirkulasi pada otak</p> <p>↓</p> <p>Resistensi pembuluh darah di otak</p> <p>↓</p> <p>Nyeri kepala</p>	Nyeri Akut
2	<p><b>DS :</b></p> <p>a. Klien mengatakan sulit tidur</p> <p>b. Klien mengatakan sering terjaga tengah malam</p>	<p>Hipertensi</p> <p>↓</p> <p>Kerusakan vaskuler pembuluh darah</p> <p>↓</p> <p>Perubahan struktur</p> <p>↓</p>	Gangguan pola tidur

	<p>c. Klien mengatakan pola tidurnya berubah</p> <p>d. Klien mengatakan tidak puas dengan tidurnya karena sakit pada kepala hingga tenguknya yang terasa tertimpa barang berat</p> <p>e. Klien mengatakan selama sakit sulit tidur jika tidak ditemani oleh anak angkatnya</p> <p><b>DO :</b></p> <p>a. Klien tampak lesu</p> <p>b. Klien tampak gelisah</p> <p>c. Jumlah jam tidur klien 4 jam/hari</p> <p>d. TD : 185/95 mmHg</p>	<p>Pemyumbatan pembuluh darah</p> <p>↓</p> <p>Vasokonstriksi</p> <p>↓</p> <p>Gangguan sirkulasi pada otak</p> <p>↓</p> <p>Resistensi pembuluh darah otak meningkat</p> <p>↓</p> <p>Nyeri kepala</p> <p>↓</p> <p>Kurang kontrol tidur</p> <p>↓</p> <p>Gangguan pola tidur</p>	
--	---	--	--

### C. Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan Analisa data yang didapatkan maka diagnosa keperawatan yang muncul yaitu:

1. Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis
2. Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur

## **BAB IV**

### **PELAKSANAAN INTERVENSI KEPERAWATAN**

#### **A. Intervensi Keperawatan**

Rencana tindakan keperawatan yang penulis angkat untuk mengatasi masalah keperawatan pada Tn. S yaitu

1. Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis

Setelah dilakukan tindakan keperawatan diharapkan tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil :

- a. Skala nyeri menurun (Nyeri ringan 1-3)
- b. Gelisah menurun
- c. Melaporkan nyeri terkontrol meningkat
- d. Kemampuan menggunakan teknik nonfarmakologi meningkat

Rencana tindakan yang akan dilakukan untuk masalah Ny. D yaitu manajemen nyeri :

- a. Observasi
  - 1) Identifikasi nyeri (lokasi, skala, karakteristik, durasi, intensitas)
  - 2) Identifikasi respon nyeri non verbal
  - 3) Monitor keberhasilan terapi komplementer yang diberikan
- b. Terapeutik
  - 1) Berikan terapi non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri dengan memberikan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai
  - 2) Kontrol lingkungan 14 memperberat rasa nyeri

c. Edukasi

- 1) Jelaskan tujuan, manfaat, batasan dan jenis terapi yang diberikan
- 2) Demonstrasikan pemberian terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai.

2. Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur

Setelah dilakukan tindakan keperawatan diharapkan masalah gangguan pola tidur berkurang dengan kriteria hasil :

- a. Keluhan sulit tidur menurun
- b. Keluhan sering terjaga menurun
- c. Keluhan tidak puas tidur menurun

Rencana tindakan yang akan dilakukan untuk masalah Ny. D yaitu :

a. Observasi

- 1) Identifikasi pola aktivitas dan tidur
- 2) Identifikasi faktor pengganggu tidur (faktor psikologis)

b. Terapeutik

- 1) Fasilitasi menghilangkan stres sebelum tidur
- 2) Tetapkan jadwal rutin tidur

c. Edukasi

- 1) Anjurkan menepati kebiasaan waktu tidur
- 2) Jelaskan pentingnya tidur untuk kesehatan.

## **B. Implementasi**

### **1. Hari pertama**

Tindakan keperawatan untuk diagnosa nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis pada klien Tn. S, hari pertama tanggal 15 Desember 2023, pukul 08.40 WIB, peneliti mengkaji tingkat nyeri secara komprehensif (P, Q, R, S, T) dengan respon klien mengatakan P : nyeri kepala dan tengkuk, Q : seperti tertimpa benda berat, R : nyeri kepala menjalar hingga tengkuk, S: skala nyeri 5, T : nyeri timbul sewaktu-waktu, klien tampak lemas. Pukul 08.55 WIB mengobservasi petunjuk non verbal dari ketidaknyamanan, dengan klien tampak tidak nyaman dengan nyeri nya dan klien tampak memegang kepalanya.

Selanjutnya peneliti mengkaji TTV klien maka didapatkan data TD : 185/95 mmHg, N : 104 x/menit, RR : 19 x/menit, lalu peneliti memberikan informasi penyebab nyeri setelah diberikan informasi, klien tampak paham dengan informasi yang telah diberikan. Setelah itu peneliti mengidentifikasi pola dan aktivitas tidur klien, klien mengatakan sulit tidur dan pola tidur berubah, sering terjaga pada tengah malam, merasa tidak puas dengan tidurnya karena sakit kepala pada kepala hingga tengkuknya terasa berat. Klien juga tampak lesu dan gelisah, jumlah jam tidur klien 4 jam/hari.

Kemudian peneliti menjelaskan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai dengan merebus ½ liter air yang dicampur dengan garam (20 mg atau 3 sendok teh) dan serai (10 mg atau 2 batang)



sampai mendidih 100°C, lalu menuangkan air mendidih ke dalam baskom plastik yang dicampur dengan air biasa sebanyak 2 ½ liter. Selanjutnya, setelah air hangat suhunya menjadi 40°C, lakukan perendaman kaki 1 kali sehari dengan durasi waktu 20 menit yang ditutup dengan kain untuk mempertahankan suhu.

Setelah melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai peneliti kembali melakukan pengecekan tekanan darah klien dengan menggunakan *sphygmomanometer* yang didapatkan TD : 177/95 mmHg, N : 99 x/menit, RR : 19 x/menit, sedangkan untuk penilaian skala nyeri menggunakan skala *Numeric Rating Scale*, didapatkan skala nyeri yang dialami klien masih skala 5. Selanjutnya peneliti juga menganjurkan klien untuk tetap melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai secara rutin 1 kali sehari dan menganjurkan klien tidur tepat waktu serta menghindari makanan yang dapat memicu tekanan darah menjadi tinggi seperti makanan yang tinggi lemak.

## 2. Hari kedua

Implementasi kunjungan kedua pada tanggal 16 Desember 2023, pukul 09.00 WIB, yaitu mengkaji tingkat nyeri secara komprehensif (P, Q, R, S, T) dengan respon P : nyeri kepala, Q : terasa seperti ditusuk-tusuk, R : nyeri dibagian kepala S: skala nyeri 4, T : nyeri hilang timbul. Selanjutnya peneliti mengobservasi TTV klien sehingga didapatkan data TD : 181/93 mmHg, N : 97 x/menit, RR : 18 x/menit. Pukul 09.10 WIB,

peneliti mengobservasi petunjuk non verbal dari ketidaknyamanan, dengan respon klien mengatakan nyeri berkurang setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai, tetapi klien masih tampak sedikit tidak nyaman dengan nyerinya, klien kooperatif terhadap anjuran yang diberikan.

Selanjutnya peneliti kembali melanjutkan mengidentifikasi pola dan aktivitas tidur klien, klien mengatakan semalam belum bisa tidur tepat waktu, masih sering terjaga tengah malam dan masih belum merasa puas dengan tidurnya, jumlah jam tidur 5 jam. Pukul 09.25 WIB, peneliti kembali menyediakan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai, klien kembali bersedia mencoba melakukan terapi tersebut dikarenakan perlahan-lahan klien merasakan efek yang baik pada dirinya setelah melakukan terapi rendam kaki tersebut, klien mengatakan kepalanya sedikit terasa lebih ringan dari pada sebelumnya.

Setelah itu, kemudian peneliti kembali mengkaji tingkat nyeri dan tekanan darah pada klien. Penilaian skala nyeri menggunakan skala *Numeric Rating Scale*, didapatkan skala nyeri yang dialami klien skala 3 pada pengukuran tekanan darah didapatkan TD : 175/90 mmHg, N : 95 x/menit, RR : 20 x/menit. Selanjutnya peneliti juga menganjurkan klien untuk tetap melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai secara rutin serta menghindari makanan yang dapat memicu tekanan darah menjadi tinggi seperti makanan yang tinggi lemak.

### 3. Hari Ketiga

Implementasi kunjungan ketiga pada tanggal 17 Desember 2023, pukul 09.00 WIB, yaitu mengkaji tingkat nyeri secara komprehensif (P, Q, R, S, T) dengan respon klien P : nyeri kepala sudah mulai berkurang, Q : terasa seperti ditusuk-tusuk, R : nyeri dibagian kepala, S: skala nyeri 3, T : nyeri hilang timbul. Lalu peneliti kembali mengobservasi TTV klien dengan didapatkan data TD : 169/92 mmHg, N : 89 x/menit, RR : 18 x/menit. Selanjutnya peneliti mengobservasi petunjuk non verbal dari nyeri yang dirasakan klien, klien mengatakan nyeri yang dirasakan sudah berkurang, klien juga tampak lebih nyaman dan rileks setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai. Setelah itu peneliti juga mengidentifikasi pola dan aktivitas tidur klien, klien mengatakan semalam sudah tidur tepat waktu mulai pukul 21.30-01.30 WIB, lalu tidur kembali pada pukul 02.00-04.30 dan ketika bangun tidur klien mengatakan badan sudah mulai terasa lebih segar.

Pada pukul 09.20 WIB, peneliti kembali mengevaluasi cara pembuatan dan penerapan rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai secara mandiri pada klien serta menganjurkan melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai, klien kembali bersedia melakukannya. Klien mengatakan nyaman memalukan terapi tersebut dan merasakan efek yang baik pada dirinya setelah melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai, klien mengatakan kepala dan tengkuknya semakin terasa lebih

ringan dari pada sebelumnya, selain itu klien juga mengatakan sudah bisa melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai, dan klien juga tampak mengerti dengan anjuran yang diberikan.

Setelah itu, peneliti kembali melakukan pengkajian ulang terkait tingkatnyeri dan tekanan darah pada klien. Penilaian skala nyeri menggunakan skala *Numeric Rating Scale*, didapatkan skala nyeri yang dialami klien skala 2 dan pada pengukuran tekanan darah didapatkan TD : 164/90 mmHg, N : 84 x/menit, RR : 20 x/menit. Selanjutnya peneliti juga menganjurkan klien untuk tetap melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai secara rutin 1 kali sehari dan menganjurkan klien untuk tetap melakukan tidur tepat waktu serta menghindari makanan yang dapat memicu tekanan darah menjadi tinggi seperti makanan yang tinggi lemak.

#### 4. Hari Keempat

Implementasi kunjungan keempat pada tanggal 18 Desember 2023, pukul 09.10 WIB, yaitu mengkaji tingkat nyeri secara komprehensif (P, Q, R, S, T) dengan respon klien P : nyeri kepala yang dirasakan sudah banyak berkurang, Q : terasa seperti ditusuk, R : nyeri dibagian kepala, S: skala nyeri 2, T : nyeri hilang timbul. TD : 166/90 mmHg, N : 86 x/menit, RR : 19 x/menit. Selanjutnya peneliti mengobservasi petunjuk non verbal dari nyeri yang dirasakan klien, klien mengatakan nyeri yang dirasakan sudah berkurang, klien juga tampak lebih nyaman dan rileks setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat

dengan campuran garam dan serai. Peneliti melanjutkan mengidentifikasi pola dan aktivitas tidur klien, klien mengatakan semalaman tidur tepat waktu mulai pukul 21.30-05.00 WIB dan ketika bangun klien merasa badan lebih segar.

Pada pukul 09.25 WIB, peneliti kembali mengevaluasi cara pembuatan dan penerapan rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai secara mandiri pada klien serta menganjurkan melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai, klien kembali bersedia melakukannya. Klien mengatakan nyaman melakukan terapi tersebut dan merasakan efek yang baik pada dirinya setelah melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai, klien mengatakan kepala dan tenguknya semakin terasa lebih ringan dari pada sebelumnya, selain itu klien juga mengatakan sudah bisa melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai, dan klien juga tampak mengerti dengan anjuran yang diberikan.

Setelah itu, peneliti kembali melakukan pengkajian ulang terkait tingkat nyeri dan tekanan darah pada klien. Penilaian skala nyeri menggunakan skala *Numeric Rating Scale*, didapatkan skala nyeri yang dialami klien skala 1 dan pada pengukuran tekanan darah didapatkan TD : 157/89 mmHg, N : 79 x/menit, RR : 19 x/menit. Selanjutnya peneliti juga menganjurkan klien untuk tetap melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai secara rutin 1 kali sehari dan menganjurkan klien tetap melakukan tidur tepat waktu serta menghindari

makanan yang dapat memicu tekanan darah menjadi tinggi seperti makanan yang tinggi lemak.

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Pembahasan**

Pembahasan yang peneliti lakukan dalam rangka untuk mengetahui sejauh mana asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada Tn.S dan membandingkan dengan kesenjangan antara teori dan kenyataan yang ditemui di lapangan pada saat pemberian asuhan keperawatan.

##### **1. Pengkajian**

Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada tanggal 15 Deseember 2023 diketahui data pada pasien yang berinisial Tn.S berusia 65 tahun. Pada saat dikaji klien mengeluhkan sakit kepala hingga tengkuknya terasa seperti ditimpa barang berat, nyeri timbul sewaktu-waktu, klien tampak memegang kepalanya, klien tampak tidak nyaman dengan nyeri dikepalanya dengan skala nyeri 5, dari hasil pemeriksaan tanda-tanda vital diketahui tekanan darah : 185/95 mmHg, N : 104x/menit, RR: 19 x/menit, S : 36,4°C.

Menurut Umeda *et al* (2020), diantara manifestasi klinis dari hipertensi adalah sakit kepala, tengkuk terasa berat, gelisah, mudah lelah, mata berkunang-kunang, sulit tidur, nafas pendek penglihatan mata kabur, telinga berdengung, dan mudah marah. Hal ini sejalan dengan penelitian Syiddatul (2019), nyeri kepala merupakan salah satu tanda dan gejala yang dapat timbul pada pasien dengan tekanan darah tinggi. Biasanya nyeri kepala terjadi akibat adanya peningkatan pada

tekanan darah, hal ini terjadi karena sistem peredaran darah baik dari jantung ataupun serangkaian pembuluh darah arteri dan vena yang mengangkut darah mengalami penyumbatan. Akibatnya aliran darah di sirkulasi terganggu dan akhirnya tekanan darah pun akan mengalami peningkatan.

## **2. Diagnosa Keperawatan**

Diagnosa keperawatan yang ditemukan pada kasus Tn, S yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis dan gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur. Lalu diagnosa prioritas yang ditemukan pada kasus adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis karena dari hasil pengkajian diketahui data subjektif klien mengeluhkan sakit kepala hingga tengkuk terasa ditimpa barang berat, nyeri timbul sewaktu-waktu, klien tampak memegang kepalanya, klien tampak tidak nyaman dengan nyeri dikepalanya dengan skala nyeri 5.

Selanjutnya untuk data objektif klien tampak meringis, hasil pemeriksaan tanda-tanda vital dengan tekanan darah : 185/95 mmHg, N : 104x/menit, RR : 19 x/menit, S : 36,4°C, setelah didapatkan data maka selanjutnya berikan teknik nonfarmakologis yaitu memberikan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai dengan maksud membantu mengurangi nyeri, mengatasi gangguan pola tidur dan menurunkan tekanan darah.



Diagnosa yang mungkin muncul pada lansia penderita hipertensi menurut Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) (PPNI 2017) yaitu 1) Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (D.0077), 2) Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur (D.0055), 3) Intoleransi aktivitas berhubungan dengan kelemahan (D.0056), 4) Risiko penurunan curah jantung berhubungan dengan perubahan afterload (D.0011), 5) Defisit pengetahuan berhubungan dengan kurang terpapar informasi (D.00111).

Adapun nyeri akut diangkat menjadi diagnosa prioritas karena jika nyeri tidak diatasi dengan cepat dapat menyebabkan pola aktivitas pasien terganggu sehingga ketidaknyamanan pasien akan meningkat. Hal ini sejalan dengan teori Maslow, keamanan dan kenyamanan adalah kebutuhan dasar yang harus segera ditangani dengan tujuan tidak mengganggu kebutuhan yang lain (Potter et al, 2013).

Diagnosa kedua yaitu tentang gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur karena dari hasil pengkajian diketahui data klien mengeluh pola tidur berubah dan sulit tidur, pada tengah malam sering terjaga dan tidak merasa puas dengan tidurnya karena sakit kepala pada kepala hingga tengkuknya terasa berat dan jumlah jam tidur klien 4 jam/hari. Hal ini didukung oleh penelitian Noviyanti et al (2019), dimana terdapat hubungan antara intensitas nyeri dengan kualitas tidur.

### 3. Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan yang peneliti lakukan sejalan dengan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) tahun 2018 yaitu manajemen nyeri (I. 08238) yang mana salah satu manajemen nyeri yaitu melakukan terapi non farmakologi dengan melakukan terapi rendam kaki dengan campuran garam dan serai. Adapun intervensi keperawatan yang peneliti terapkan sesuai dengan *evidence based* oleh Augin & Soesanto (2022) tentang penurunan tekanan darah pasien hipertensi menggunakan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai.

Cara pengolahannya yaitu dengan merebus  $\frac{1}{2}$  liter air yang dicampur dengan garam (20 mg atau 3 sendok teh) dan serai (10 mg atau 2 batang) hingga mendidih  $100^{\circ}\text{C}$ , lalu air yang telah mendidih tersebut dituangkan ke dalam baskom plastik yang dicampur dengan air biasa sebanyak  $2\frac{1}{2}$  liter. Selanjutnya, mengukur suhu air dengan thermometer air hingga suhunya mencapai  $40^{\circ}\text{C}$ , lalu masukkan kaki pasien kedalam baskom yang berisi air hangat, lakukan perendaman kaki 1 kali sehari dengan durasi waktu 20 menit yang ditutup dengan kain dengan maksud untuk mempertahankan suhu. Selanjutnya terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai ini dilakukan selama 4 hari berturut-turut.

Menurut Uliya & Ambarwati (2020), terapi rendam kaki air hangat menyebabkan peningkatan sirkulasi darah dengan

memperlebar pembuluh darah akibatnya oksigen yang dipasok akan lebih banyak menuju ke jaringan yang terjadi pembengkakan. Dimana cara kerja dari terapi ini adalah terjadinya perpindahan panas dari air hangat menuju tubuh sehingga terjadinya pelebaran pada pembuluh darah dan penurunan ketegangan otot (Fitrina dkk, 2022). Menurut Augin & Soesanto (2022), menyatakan bahwa terapi rendam kaki air hangat dengan suhu 40°C dengan kedalaman diatas mata kaki yang dilakukan dengan durasi 20 menit mampu menyebabkan penurunan pada tekanan darah pada penderita hipertensi, mengurangi nyeri sendi, ketegangan otot menurun, pembuluh darah melebar, membunuh kuman dan kualitas tidur lansia mengalami peningkatan.

Selanjutnya garam merupakan kumpulan senyawa kimia dengan NaCl sebagai penyusun terbesar, dimana natrium berfungsi menjaga keseimbangan asam basa di dalam tubuh dengan mengimbangi zat-zat yang membentuk asam dan berperan pula dalam transmisi saraf dan kontraksi otot. Secara alamiah garam bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan jantung, mengendorkan otot, menghilangkan stress, meringankan rasa sakit dan meningkatkan permeabilitas kapiler (Uliya, I & Ambarwati, 2020).

Sedangkan serai memiliki kandungan diantaranya yaitu minyak atsiri yang mana kandungan serai ini mengandung sifat rasa pedas dan hangat yang berfungsi sebagai anti radang, rasa sakit menghilang dan

sirkulasi darah menjadi lancar sehingga tekanan darah mengalami penurunan (Uliya, I & Ambarwati, 2020). Menurut Nugraheni (2021), mengemukakan bahwa dalam 10 gram serai mengandung 0,25% minyak atsiri yang memiliki efek farmakologis diantaranya untuk memperlancar siklus darah dan meningkatkan sirkulasi darah karena kandungan fitonutrien yang terdapat didalamnya sehingga mampu menyebabkan tekanan darah mengalami penurunan, memberikan rasa hangat dan penghambat enzim ACE yang dapat memicu hipertensi.

Kombinasi dari terapi rendam kaki air hangat dengan garam dan serai secara alami bermanfaat untuk peningkatan sirkulasi darah, edema berkurang, relaksasi otot meningkat, jantung menjadi sehat, mengendorkan otot-otot, nyeri otot berkurang, rasa sakit dan stress, peningkatan permeabilitas kapiler, menghangatkan tubuh sehingga dapat berpengaruh pada penurunan tekanan darah, dimana cara kerja terapi ini yaitu adanya perpindahan panas dari air hangat ke tubuh yang mengakibatkan pembuluh darah melebar dan ketegangan otot menurun (Ismatul & Ambarwati, 2020).

Adapun untuk diagnosa ke 2 yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur, intervensi yang peneliti lakukan mengacu pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (2018), sehingga pada intervensi ini tidak terdapat kesenjangan karena rencana tindakan yang dilakukan sesuai dengan tinjauan pustaka.

#### 4. Implementasi

Sebelum memberikan terapi, terlebih dahulu penulis melakukan kontrak waktu dengan klien pada tanggal 13 -18 Desember 2023 dengan pemberian asuhan 1 kali dalam sehari pada pagi hari. Menurut Dewi (2016), waktu yang tepat untuk pemberian terapi ini yaitu pada pagi hari. Implementasi yang peneliti lakukan sesuai dengan acuan dari buku Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI), Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI).

Implementasi yang peneliti berikan yaitu terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai untuk menurunkan tekanan darah pada klien. Sebelum melakukan implementasi, terlebih dahulu penulis melakukan *informed consent* pada pasien, lalu penulis menjelaskan kepada klien tentang manfaat dan kandungan yang terdapat dari terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai. Setelah itu, peneliti mempersiapkan alat dan bahan yang diperlukan yaitu 3 liter air dengan suhu 40<sup>0</sup>C, serai 10 mg (2 batang), garam 20 mg (3 sendok teh), thermometer air, baskom, handuk kecil, *sphygmomanometer* dan lembar observasi tekanan darah.

Sebelum dilakukannya terapi, terlebih dahulu peneliti melakukan pengukuran tekanan darah dan nadi, kemudian mencatatnya di lembar observasi tekanan darah. Lalu peneliti mempersiapkan terapi yaitu dengan merebus ½ liter air yang dicampur dengan garam (20 mg atau 3

sendok teh) dan serai (10 mg atau 2 batang) hingga mendidih 100°C, lalu air mendidih dituangkan ke dalam baskom plastik yang dicampur dengan air biasa sebanyak 2 ½ liter. Selanjutnya, melakukan mengukur suhu menggunakan thermometer air hingga suhunya menjadi 40°C. Lalu masukkan kaki klien ke dalam baskom berisi air hangat dengan campuran garam dan serai yang telah disiapkan. Lakukan perendaman kaki 1 kali sehari dengan durasi waktu 20 menit yang ditutup kain dengan maksud untuk mempertahankan suhu.

Selanjutnya, setelah memberikan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai, mengeringkan kaki klien menggunakan handuk kecil. Setelah itu, peneliti kembali melakukan pengukuran tekanan darah dan nadi klien, lalu mencatat kembali hasil pengukuran pada lembar observasi tekanan darah dan mengobservasi perasaan dan keadaan klien.

Menurut Fitriana dkk (2022) terapi rendam kaki air hangat dapat menurunkan tekanan darah dikarenakan air hangat akan merangsang dilatasi atau memperlebar pembuluh darah akibatnya peredaran darah menjadi lancar hal ini tentunya berpengaruh pada tekanan dalam ventrikel. Selanjutnya menurut Augin & Soesanto (2022), menyatakan bahwa terapi rendam kaki air hangat dengan suhu 40°C dengan kedalaman diatas mata kaki yang dilakukan dengan durasi 20 menit dapat menyebabkan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, mengurangi nyeri sendi, ketegangan otot menurun,

pelebaran pembuluh darah, membunuh kuman dan kualitas tidur lansia akan mengalami peningkatan.

Selanjutnya garam merupakan kumpulan senyawa kimia dengan NaCl menjadi penyusun terbesar, natrium berfungsi menjaga keseimbangan asam basa di dalam tubuh dengan mengimbangi zat-zat yang membentuk asam dan berperan pula dalam transmisi saraf dan kontraksi otot. Secara alamiah garam bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyetatkan jantung, mengendorkan otot, menghilangkan stress, meringankan rasa sakit dan meningkatkan permeabilitas kapiler (Uliya, I & Ambarwati, 2020).

Sedangkan minyak atsiri yang terdapat pada serai berfungsi sebagai anti radang, mengurangi rasa sakit, dan memperlancar sirkulasi darah (Fitrina dkk, 2022). Menurut Nugraheni (2021), mengemukakan bahwa dalam 10 gram serai mengandung 0,25% minyak atsiri yang memiliki efek farmakologis diantaranya untuk memperlancar siklus darah dan meningkatkan sirkulasi darah karena kandungan fitonutrien didalamnya sehingga tekanan darah mengalami penurunan, memberikan rasa hangat dan berpotensi menghambat enzim ACE pemicu hipertensi.

Kombinasi dari terapi rendam kaki air hangat dengan garam dan serai secara alami bermanfaat pada peningkatan sirkulasi darah, edema berkurang, relaksasi otot meningkat, jantung menjadi sehat, otot-otot

menjadi kendor, nyeri otot berkurang, rasa sakit dan stress, peningkatan permeabilitas kapiler, menghangatkan tubuh sehingga dapat berpengaruh pada penurunan tekanan darah, dimana cara kerja terapi ini yaitu adanya perpindahan panas dari air hangat ke tubuh yang mengakibatkan pembuluh darah melebar dan ketegangan otot menurun (Ismatul & Ambarwati, 2020).

Implementasi yang telah peneliti lakukan memiliki perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh Augin dan Soesanto (2022), dari segi durasi perendaman dan lama pemberian terapi. Penelitian tersebut melakukan intervensi dengan durasi perendaman 10 menit yang dilakukan selama 7 hari sedangkan peneliti melakukan intervensi dengan durasi perendaman 20 menit yang dilakukan sehari sekali selama 4 hari berturut-turut.

## **5. Evaluasi**

Hasil evaluasi terkait nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis pada Tn, S teratasi, yang didapatkan skala nyeri dari hari pertama hingga hari keempat terjadi penurunan yaitu dari skala 5 (nyeri sedang) menurun hingga skala nyeri 1 (nyeri ringan), hal ini sejalan dengan kriteria hasil yang telah ditetapkan yaitu keluhan nyeri menurun, kesulitan tidur menurun, frekuensi nadi membaik, penurunan tekanan darah dari hari pertama hingga hari keempat, dimana tekanan darah pada hari pertama yaitu TD : 185/95 mmHg, ini terjadi penurunan di hari keempat yaitu TD : 157/ 89 mmHg. Selanjutnya dari diagnosa



gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur dimana didapatkan hasil evaluasi bahwa jam tidur sudah meningkat dimana klien mengatakan sudah merasa fresh setelah bangun tidur, tidak terjaga tengah malam dan jumlah jam tidur 7 jam 30 menit, dimana pada hari pertama jumlah jam tidur 4 jam/hari dan klien mengeluhkan tidak puas dengan tidurnya serta sering terjaga tengah malam.

Menurut Uliya & Ambarwati (2020), kombinasi dari terapi rendam kaki air hangat dengan garam dan serai secara alami bermanfaat pada peningkatan sirkulasi darah, edema berkurang, relaksasi otot meningkat, jantung menjadi sehat, mengendorkan otot-otot, nyeri otot berkurang, rasa sakit dan stress, peningkatan permeabilitas kapiler, tubuh menjadi hangat sehingga dapat berpengaruh pada penurunan tekanan darah, dimana cara kerja terapi ini yaitu adanya perpindahan panas dari air hangat ke tubuh yang mengakibatkan pembuluh darah melebar dan ketegangan otot menurun.

Hasil evaluasi pada Tn. S setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai didapatkan klien tampak sudah rileks, klien mengatakan kepala dan tenguknya terasa lebih ringan dari pada sebelumnya, tidur sudah tepat waktu dan merasa segar setelah bangun tidur. Selain itu terjadinya penurunan tekanan darah, dimana tekanan sistolik turun 28 mmHg dan diastolik 6 mmHg. Hal ini didukung oleh penelitian Fitriana dkk (2022), terkait pengaruh terapi rendam kaki air hangat dengan garam dan serai terhadap tekanan darah

pada lansia hipertensi di Puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi tahun 2021, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi yang diberikan pada kelompok intervensi efektif dalam penurunan tekanan darah, dengan tekanan darah sistolik turun 11,37 mmHg dan diastolik 4,75 mmHg.

Asumsi peneliti terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai yang dilakukan secara bersamaan mampu memberikan efek fisiologis dan psikologis, dimana efek fisiologis yang diberikan yaitu mengurangi rasa nyeri atau sakit, vasodilatasi pembuluh darah sehingga sirkulasi darah lancar. Sedangkan efek psikologisnya yaitu memberikan rasa tenang dan rileks setelah melakukan terapi. Selain itu, tekanan darah Ny. D mengalami penurunan secara signifikan karena Ny. D rutin melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai, mengurangi konsumsi makanan berlemak dan mengurangi konsumsi garam. Dimana hasil evaluasi menunjukkan tekanan sistolik turun 28 mmHg dan diastolik 6 mmHg.

## **B. Keterbatasan Penelitian**

Pada saat melakukan penelitian klien kurang fokus karena memegang tengkuk dan kepalanya yang sakit sehingga beberapa kali pengkajian terhenti, akan tetapi peneliti melakukan pendekatan yang baik dan membina hubungan saling percaya dengan klien, sehingga pengkajian dapat dilakukan sampai selesai.

## BAB VI

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan pada asuhan keperawatan pada Tn.S menggunakan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai pada lansia penderita hipertensi, maka dapat disimpulkan :

1. Pengkajian yang didapatkan yaitu klien mengeluh sakit kepala hingga tenguknya terasa seperti ditimpa barang berat, nyeri timbul sewaktu-waktu, klien tampak tidak nyaman dengan nyeri dikepalanya, skala nyeri 5, sulit tidur sehingga pola tidur terganggu. Setelah dilakukan pemeriksaan tekanan darah, didapatkan tekanan darah 185/95 mmHg.
2. Diagnosa yang muncul yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis dan gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur
3. Intervensi yang direncanakan yaitu terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai untuk menurunkan tekanan darah pada lansia.
4. Implementasi yang diberikan pada klien adalah sesuai dengan intervensi yaitu terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai sampai masalah teratasi dan terdapat perbedaan dengan penelitian yang terdahulu yaitu dalam segi durasi perendaman dan lama pemberian terapi.
5. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada lansia.

6. Hasil inovasi terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai terdapat pengaruh terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai dalam pemberian asuhan keperawatan Tn. S untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan perbandingan sebelum terapi TD : 185/95 mmHg, ini mengalami penurunan di hari keempat yaitu TD : 157/ 89 mmHg.

## **B. Saran**

1. Bagi Klien

Diharapkan untuk klien selalu dapat memperhatikan kesehatannya, melakukan pengecekan tekanan darah secara rutin, menerapkan pola hidup sehat dengan menghindari makanan yang tinggi garam dan lemak, rutin olahraga serta melakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai secara rutin dengan harapan tekanan darah klien selalu terkontrol.

2. Bagi Peneliti

Perlu untuk menambah dan meningkatkan kemampuan dalam memberikan asuhan keperawatan pada klien dengan masalah berhubungan dengan hipertensi baik masalah pada fisik maupun psikososialnya.

3. Bagi Institusi

Diharapkan dapat meningkatkan wawasan keilmuan dan kepustakaan terkait penatalaksanaan hipertensi dengan menggunakan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, S. J (2019). Hipertensi Esensial : Diagnosa Dan Tatalaksana Terbaru Pada Dewasa, 46(3), 172-178
- Ayuningtyas. (2012). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan tingkat Kecemasan lansia home Care di Wilayah Kerja Rumah Sakit Rajawali Banguntapan Bantul. Surya Medika.
- Jiwo. (2012). Depresi: Panduan bagi Pasien, Keluarga, dan Teman Dekat. Jurnal Kesehatan.
- Potter. P. A. &Perry, A.G (2015). *Fundamental of nursing : concept, process, and practice. Edisi 4 Vol 2* (terjemahan Yasmin Asih, et al). Jakarta : EGC.
- Padila, S. Kep N (2012). *asuhan keperawatan penyakit dalam (2st ed)*. JL> Sadewa No 1 Sorowajan Baru, Yogyakarta.
- Agrina, dkk (2011). Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi dalam pemenuhan Diet hipertensi. Universita Riau.
- Kurniawan, I., Ratnasari, T. B. (2018). Gambaran Pelaksanaan Tugas Kesehatan Keluarga Pada Keluarga Yang Memiliki Lansia Hipertensi Di Desa Glagahwero Kecamatan Panti Kabupaten Jember. The Indonesian Journal Of Health Science. issn (print) : 2087-5053. Issn (online): 2476-9614.
- Rochimah. (2011). Keterampilan dasar praktik klinik. Jakarta :CV. Trans Info Media