

PEMBERIAN INTERVENSI RENDAM KAKI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA NY. M DI DESA ANJIR PASAR

Tries Mei Rivaldy¹, Tina Handayani²

Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A.Yani Km. 36, Banjarbaru, 70714

*Email korespondensi: tina.nasution@ulm.ac.id

Info Artikel

Menerima: 21 Januari 2025

Direvisi: 16 Mei 2025

Diterima: 19 Mei 2025

Kata kunci:

Hipertensi, Rendam Kaki,
Tekanan Darah

Abstract

Background: Hypertension sufferers continue to increase worldwide. Hypertension that is not managed properly can cause death and disability. One of the treatments that can be done independently by sufferers is soaking their feet using warm water.

Objective: To implement nursing care for Mrs. M through the main intervention of providing foot soaks to lower blood pressure.

Method: This study used a descriptive case report design on a hypertensive patient in Anjir Pasar Village. Data collection used a medical surgical nursing assessment sheet through interviews, observations, and physical examinations. **The results** of the assessment were planned and implemented foot soaks until evaluation. **Results and Discussion:** The evaluation results showed a decrease in blood pressure from 154/95 mmHg to 140/90 mmHg after being given therapy for 5 days. The foot soak technique can provide a relaxing effect and widen the arteries so that blood pressure decreases.

Conclusion: There was a decrease in blood pressure in Mrs. M with a diagnosis of ineffective cerebral tissue perfusion through foot soak intervention.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Hipertensi atau tekanan darah tinggi disebut sebagai “*silent killer*” atau pembunuh tersembunyi dikarenakan penderita hipertensi seringkali tidak merasakan adanya gejala (P2PTM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Badan Kesehatan Dunia (*World Health Organization*, 2023) menyatakan bahwa, diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. Satu pertiga penderita hipertensi berasal dari negara berpenghasilan tinggi dan

sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Faktor risiko yang banyak menyebabkan kematian dan kecacatan di Indonesia berdasarkan tiga faktor risiko tertinggi adalah tekanan darah tinggi, tembakau dan risiko diet (*Institute for Health Metrics and Evaluation*, 2019). Prevalensi hipertensi di Kalimantan Selatan pada penduduk umur lebih dari 18 tahun sebesar 44.1%, Kalimantan Selatan menduduki peringkat pertama dan mempunyai prevalensi lebih tinggi dari angka nasional yaitu 34.1% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus, melalui pendekatan asuhan keperawatan komprehensif yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosis keperawatan, perencanaan (*outcomes & intervention*) keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Asuhan keperawatan akan menjadi lebih baik jika dimulai dari pemahaman perawat tentang konsep, teori dan ilmu yang mendasari keperawatan sehingga dapat membantu perawat dalam melakukan pengkajian dengan baik. Pengumpulan data yang baik tentunya akan sangat membantu dalam mengidentifikasi masalah keperawatan atau diagnosis keperawatan yang akan muncul pada pasien. Hal ini diteruskan ke tahap selanjutnya yaitu menentukan *nursing outcomes* dan juga *nursing intervention*. Pembuatan asuhan keperawatan menggunakan NANDA, *Nursing Outcomes Classification* (NOC) dan *Nursing Intervention Classification* (NIC) sebagai standar keperawatan di dunia. Studi kasus ini dilaksanakan pada tanggal 21-25 desember 2024. Studi kasus ini dilakukan di Desa Anjir Pasar, Kecamatan Anjir Pasar, Kabupaten Barito Kuala, Kalimantan Selatan, kepada Ny. M dengan diagnosis hipertensi. Pertemuan dengan klien dilakukan selama 6 kali pertemuan, 1 hari pengkajian pada tanggal 4 November 2024, 5 kali implementasi yang dilakukan selama 5 hari sejak tanggal 21-25 Desember 2024 setiap pukul 10.00 WITA. Peneliti mendapatkan data klien melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Peneliti telah mendapatkan izin dari pasien untuk melakukan asuhan keperawatan. Pemberian intervensi rendam kaki 1 kali sehari selama 5 hari berturut-turut dengan pemeriksaan tekanan darah sebelum diberikan setelah diberikan intervensi rendam kaki. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

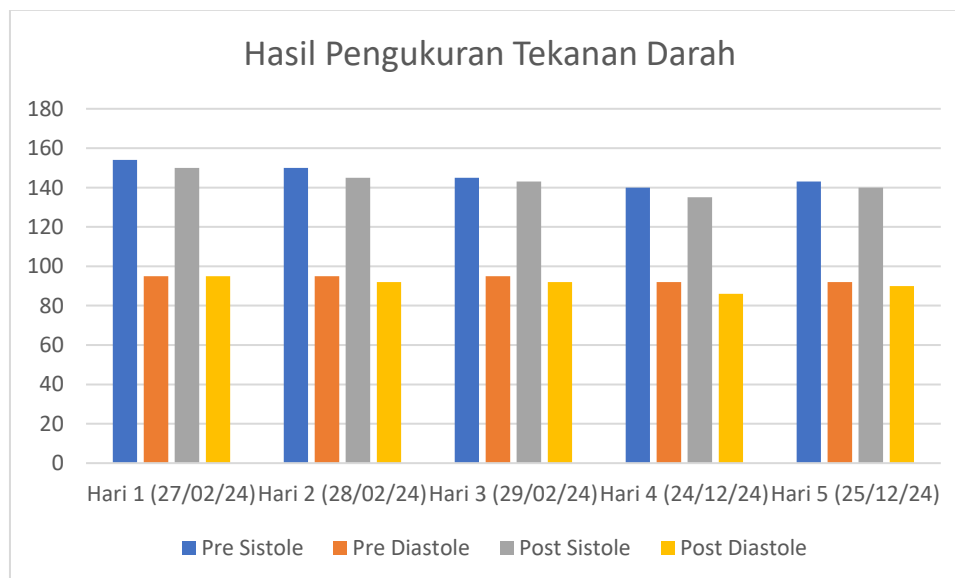
Berdasarkan hasil pengkajian pada responden memiliki riwayat penyakit hipertensi sejak umur 28 tahun. Responden mengatakan bahwa penyakit hipertensi yang dideritanya muncul sejak melahirkan anak bungsunya. Pada riwayat kesehatan keluarga responden tidak ditemukan penyakit yang sama (hipertensi) dengan responden. Dari hasil pengkajian pada responden didapatkan faktor-faktor pemicu hipertensi, antara lain pasca melahirkan, jenis kelamin Perempuan dan pola hidup (makan dan olahraga).

Hasil pengkajian dan analisis data didapatkan diagnosis nyeri akut berhubungan dengan agen cedera biologis terjadi pada Ny.M. Pasien yang merasakan nyeri akan memperlihatkan mimik muka yang menahan nyeri, adanya ungkapan nyeri, gelisah, adanya peningkatan frekuensi nadi dan tekanan darah. Pada Herdman *et al.*, (2020), nyeri akut memiliki batasan karakteristik yang sesuai dengan kasus antara lain:

1. Keluhan nyeri PQRST pada leher, kepala, dan tungkai kaki
2. Tekanan darah meningkat dengan hasil 160/90 mmHg
3. Tampak meringis dan gelisah

Keluhan nyeri kepala yang dirasakan oleh Ny M merupakan akibat dari kerusakan vaskuler dari pembuluh darah perifer. Adanya sumbatan pada pembuluh darah membuat aliran darah terganggu, dan meningkatkan tekanan pembuluh darah ke otak sehingga pasien merasakan ketegangan, pegal dan nyeri pada kepala (Wardani & Adriani, 2022). Pada saat tekanan darah naik, biasanya akan muncul gejala yang samar seperti sakit kepala yang terasa di tengkuk, dan dapat muncul saat pasien terbangun, akan sedikit berkurang pada siang hari (Brunner & Suddarth, 2018).

Indikator luaran keperawatan yang telah direncanakan telah tercapai sepenuhnya, antara lain memantau tekanan darah, melakukan teknik nonfarmakologi (rendam kaki), menggunakan strategi untuk membatasi asupan, dan mengikuti diet yang direkomendasikan. Adapun intervensi yang dilakukan meliputi pengajaran rendam kaki. Selain itu, data objektif untuk menilai intervensi rendam kaki berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah dari hari pertama intervensi adalah 154/95 mmHg menjadi 140/90 mmHg pada hari ketiga intervensi. Hasil tersebut menunjukkan ada penurunan/pengaruh rendam kaki terhadap tekanan darah. Berikut grafik perubahan tekanan darah responden yang ditunjukkan pada gambar 1.



Gambar 1. Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi rendam kaki. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Afrizandi *et al.*, (2023) bahwa terjadi penurunan skala nyeri pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diterapkan rendam kaki. Hal ini terjadi akibat dengan pemberian rendaman kaki akan memberi rangsangan, memulihkan keseimbangan tubuh, membantu relaksasi dan memperlancar energi dalam tubuh sehingga dapat memperbaiki sirkulasi darah pada otot dan mengurangi nyeri serta inflamasi yang terjadi, yang mana selaras dengan terjadinya rheumatoid arthritis akibat adanya inflamasi pada sendi (Rindriani & Adriani, 2022).

KETERBATASAN PENELITIAN

Intervensi rendam kaki dapat menurunkan tekanan darah, namun jika tidak diiringi/tidak patuh dengan manajemen hipertensi (minum obat dan diet hipertensi) maka tekanan darah akan meningkat Kembali. Dan juga pada penelitian ini susahny mendapatkan suhu air yang sesuai.

ETIKA PENELITIAN

Dilakukan *informed concernt* secara lisan, dimana penulis menanyakan kesediaan dari Ny. M untuk diberikan asuhan keperawatan selama 6 kali pertemuan yang terdiri dari pengakajian sampai evaluasi. Peneliti menerapkan aspek etika keperawatan berupa *autonomy* yaitu kebebasan pasien untuk memilih, *beneficience* yaitu melakukan tindakan

yang bermanfaat untuk klien, dan *non maleficience* yaitu berbuat hal yang tidak merugikan klien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada terdapat konflik kepentingan dalam penelitian ini. Penelitian tidak berhubungan dengan kepentingan pihak mana pun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat karena telah memfasilitasi terlaksananya penelitian ini serta instansi terkait lainnya seperti Puskesmas Anjir Pasar dan Kepala Desa Anjir Pasar yang telah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat dilakukan. Penulis juga mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu dan selalu mendukung penulis selama penelitian ini dilakukan.

KEPUSTAKAAN

- Akimat, E. K., Omwenga, G. I., Moriasi, G. A., & Ngugi, M. P. (2021). Antioxidant, Anti-Inflammatory, Acute Oral Toxicity, and Qualitative Phytochemistry of The Aqueous Root Extract of *Launaea cornuta* (Hochst. Ex Oliv. & Hiern.). *Journal of Evidence-Based Integrative Medicine*, 26.
<https://doi.org/10.1177/2515690X211064585>
- Boonruab, J., Poonsuk, P., & Damjuti, W. (2020). Effect of Court-Type Thai Traditional Massage Versus Senokot Treatment on Chronic Constipation: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Evidence-Based Integrative Medicine*, 25, 1–8.
<https://doi.org/10.1177/2515690X20960644>
- World Health Organization. (2018). *Traditional and Complementary Medicine in Primary Health Care*. 1–11. Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Ar-Ruzz Media.
- Aprillia, Y. (2020). Literature Review Gaya Hidup dan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 1044–1050.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.459>
- Arikah, T. *et al.* (2020) ‘Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil di Puskesmas Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2019’, *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), pp. 115–124.
- Basri, H., Akbar, R., & Dwinata, I. (2018). Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi pada Ibu Hamil di Kota Makassar. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 14(2), 21–30. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK>
- Brunner, & Suddarth. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* (8th ed.). EGC. Daulay N,M.,danSimamora F,A. Demonstrasi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa

- Labuhan Rasoki Kota Padangsidimpuan. Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA) Volume 1 No. 1, Desember 2019
- Falah, M. (2019) 'Hubungan Jenis Kelamin Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Di Kelurahan Tamansari Kota Tasikmalaya', *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan STIKes Mitra Kencana Tasikmalaya*, 3(1), pp. 85–94.
- Herdman, H., Kamitsuru, S., Lopes, C. T., Keliat, B. A., & Mediani, H. S. (2020). *NANDA-I Diagnosis Keperawatan: Definisi dan Klasifikasi 2021 - 2023* (B. A. Keliat, H. S. Mediani, T. Susanto, M. Ester, & P. E. Karyuni, Eds.; 12th ed.). EGC.
- Institute for Health Metrics and Evaluation. (2019). *Indonesia*. <https://www.healthdata.org/indonesia>
- Irawan, D., Siwi, A.S. and Susanto, A. (2020) 'Analisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi', *Jurnal of Bionursing*, 3(2), pp. 164–166.
- Iqbal, A. M., & Jamal, S. F. (2022, July 4). *Essensial Hypertension*. StatPearls. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK539859/#:~:text=The%20management%20of%20hypertension%20subdivides,comorbidities%20or%20cardiovascular%20risk%20status>.
- Kemkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kemkes RI. (2019, May 17). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Didap Masyarakat*. Biro Komunikasi Dan Pelayanan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20190517/5130282/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Utama RISKESDAS 2018*. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Kowalak, J. P. (2011). *Buku Ajar Patofisiologi*. EGC.
- Kozier, B. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik* (7th ed.). EGC.
- Lembaga Penerbit Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2019). *Laporan Provinsi Kalimantan Selatan Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. www.litbang.depkes.go.id
- Lukman, L., Putra, S. A., Habiburrahma, E., Wicaturatmashudi, S., Sulistini, R., & Agustin, I. (2020). Pijat Refleksi Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik ATGF 8 Palembang. *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat (Bahana of Journal Public Health)*, 4(1), 5–9. <https://doi.org/10.35910/jbkm.v4i1.238>
- Maas, M. L., Buckwalter, K. C., Hardy, M. D., Reimer, T. T., & Titler, M. (2011). *Asuhan Keperawatan Geriatrik*. EGC.
- Malibel Y.A.A, Herwanti E, Djogo H.M.A. Pengaruh Pemberian Hidroterapi (Rendam Kaki Air Hangat) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang. *CHMK Health Journal* Vol. 4 No.1, Januari 2020.
- Manuba (2019) *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC.
- Martha, K. (2012). *Panduan Cerdas Mengatasi Hipertensi*. Araska.
- Martuti, A. (2009). *Merawat & Menyembuhkan Hipertensi : Penyakit Tekanan Darah Tinggi*. Kreasi Wacana.
- National Health Service. (2022, December 12). *What is Blood Pressure?* <https://www.nhs.uk/common-health-questions/lifestyle/what-is-blood-pressure/>

- P2PTM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018, May). *Hipertensi, The Silent Killer*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/hipertensi-the-silent-killer>
- Patria, A., & Haryani, R. P. (2019). Pengaruh Masase Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Kelompok Dewasa Yang Mengalami Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, VII(1), 48–56.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2015). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. EGC.
- Pudiastuti, R. D. (2013). *Penyakit-Penyakit Mematikan*. Nuha Medika.
- Pristiyani K., I. Mujahid. Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan Pijat Refleksi Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Volume 12 No 4*, Hal 541 - 554, Desember 2020.
- Rafsanjani, T.M., Yasir and Masyudi (2019) ‘Hubungan Pola Makan, Umur Dan Pengetahuan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Krueng Barona Jaya Kabupaten Aceh Besar’, *JPH RECODE*, 3(1), pp. 63–70.
- Rahmaudina, T., Amalia, R. N., & Kirnantoro. (2020). Studi Kasus: Studi Dokumentasi Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 12(2), 116–122.
- Sherwood, L. (2011). *Fisiologi Manusia: Dari Sel ke Sistem*. EGC.
- Singh, S., Shankar, R., & Singh, G. P. (2017). Prevalence and Associated Risk Factors of Hypertension: A Cross-Sectional Study in Urban Varanasi. *International Journal of Hypertension*, 2017. <https://doi.org/10.1155/2017/5491838>
- Sjamsuhidajat, R., Karnadihardja, W., Prasetyono, T. O. H., & Rudiman, R. (2010). *Buku Ajar Ilmu Bedah* (3rd ed.). EGC.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah Brunner & Suddarth*. EGC.
- Sutisna, A. (2018). Metode Penelitian Kualitatif Bidang Pendidikan. In *UNJ Press*. UniversitasNegeriJakarta.
https://books.google.co.id/books?id=Z_UfEAAAQBAJ&pg=PA75&lpg=PA75&q=berorientasi+pada+pengidentifikasian+fenomena+yang+diteliti&source=bl&ots=ga-HLJrEjg&sig=ACfU3U1cxwy9ib1n8NLF6bKSQIPJmBXQsQ&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwiti4qxh8nzAhWYAHIKHRaDBDI4ChDoAXoECCcQAaw
- Suwaroyo, P. A. W., & Utami, M. E. S. (2018). Studi Kasus: Efektifitas Kompres Hangat Dalam Penurunan Skala Nyeri Pasien Hipertensi. *Jurnal Ners Widya Husada*, 5(2), 67–74.
- Tan, J.L. and Thakur, K. (2023) *Systolic Hypertension*, StatPearls Publishing. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK430685/> (Accessed: 27 May 2024).
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HypertensionAHA.120.15026>
- Wahyuni, I. S. (2014). *Pengaruh Massase Ekstremitas dengan Aroma Terapi Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Kelurahan Grendeng Purwokerto*.
https://www.academia.edu/11737799/Skripsi_Pengaruh_Massase_Ekstremitas_D

- engan_Aroma_Terapi_Lavender_Terhadap_Penurunan_Tekanan_Darah_Pada_La
nsia_Hipertensi_Di_Kelurahan_Grendeng_Purwokerto
Wahyuni, S. (2014). *Pijat Refleksi untuk Kesehatan*. Dunia Sehat.
- Wardani, D., & Adriani, P. (2022). Aplikasi Pemberian Terapi Relaksasi Autogenik Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Akut Pasien Hipertensi. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 3(1), 7–12. <https://doi.org/10.30587/ijpn.v3i1.3974>
- Widyaningrum, R., Ulum, T. H. M., & Yulianti, A. D. (2023). A Literature Review: Effectiveness of Swedish Foot Massage Therapy on Quality of Sleep in Elderly with Essential Hypertension. *Public Health Journal*, 17(2), 134–140. <https://doi.org/10.12928/dpphj.v17i2.7627>
- Wijaya, I., Nur Kurniawan, R. K., & Haris, H. (2020). Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan terhadap Kejadian Hipertensi diwilayah Kerja Puskesmas Towata Kabupaten Takalar. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 3(1), 5–11.