

BAB V

PEMBAHASAN

A. Analisa Asuhan Keperawatan

1. Analisa Data Pengkajian

Hasil pengkajian yang dilakukan oleh penulis didapatkan hasil bahwa lansia memiliki riwayat hipertensi 4 bulan yang lalu dan rutin kontrol dan minum obat hipertensi, klien mengikuti kegiatan lansia baik di padukuhan maupun program puskesmas, mengurangi konsumsi garam dan ayam negeri. Keluhan saat dilakukan pengkajian adalah klien merasa tengkuk terasa berat dan kaku. Menurut Astuti (2022) tanda gejala yang dirasakan oleh penderita hipertensi adalah sakit kepala, pusing, tengkuk terasa berat, jantung berdebar-debar, gelisah, dan mudah lelah (Astuti, 2022). Klien menjelaskan bahwa 2 hari yang lalu baru saja priksa karena terdapat masalah pada perutnya yang diharuskan meminum obat banyak sehingga klien merasa cemas dengan keadaan kesehatannya. Berdasarkan teori faktor yang mempengaruhi tekanan darah adalah stress. Stres yang terjadi pada masyarakat akan memicu terjadinya kenaikan tekanan darah dengan suatu mekanisme yang memicu meningkatnya kadar adrenalin. Stres akan menstimulasi saraf simpatis akan muncul peningkatan tekanan darah dan curah jantung yang meningkat. Stres akan bertambah tinggi jika resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung meningkat yang sehingga menstimulasi syaraf simpatis. Sehingga stres akan bereaksi pada tubuh yang antara lain termasuk peningkatan tegangan otot, peningkatan denyut jantung dan meningkatnya tekanan darah. Reaksi ini dimunculkan ketika tubuh bereaksi secara cepat yang tidak digunakan, maka akan dapat memicu terjadinya penyakit yang termasuk penyakit hipertensi. Dari data hasil pengkajian tingkat pengetahuan klien terhadap hipertensi, nilai klien termasuk dalam tingkat pemahaman yang tinggi karena klien mengikuti kelas hipertensi yang di programkan oleh puskesmas.

2. Analisis Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan di dapatkan 1 diagnosa utama dan diagnose resiko yaitu kesiapan peningkatan manajemen kesehatan dan resiko perfusi serebral tidak efektif. Pengambilan diagnosa kesiapan peningkatan manajemen kesehatan di dasarkan pada data klien sudah mengetahui penyakit hipertensi, klien sudah mampu menjalankan pengobatan sesuai yang di programkan, klien mengurangi konsumsi garam dan ayam negeri, klien aktif mengikuti program kelas hipertensi, aktif mengikuti kegiatan lansia, klien mau berpartisipasi menjadi responden untuk dilakukan intervensi yang berhubungan dengan hipertensi. Secara tidak langsung klien menginginkan tambahan informasi yang dapat meningkatkan derajat kesehatan ununtuk dirinya dan keluarga.

Pengambilan diagnosa keperawatan yang kedua adalah resiko perfusi serebral tidak efektif. Seseorang dengan hipertensi tidak akan bisa sembuh tetapi bisa dikontrol dengan pengobatan rutin, menjaga pola makan, dan menjaga pola hidup. Klien memiliki riwayat hipertensi sehingga klien memiliki resiko terjadinya resistensi pembuluh darah otak yang dapat menyebabkan pembuluh darah pecah sehingga dapat menyebabkan komplikasi seperti stroke.

3. Analisis Intervensi Keperawatan

Perencanaan keperawatan adalah bagian dari fase pengorganisasian dalam proses keperawatan sebagai pedoman untuk mengarahkan tindakan keperawatan dalam usaha membantu, meringankan, memecahkan masalah atau untuk memenuhi kebutuhan pasien. Tahapan ini perawat merencanakan suatu tindakan keperawatan agar dalam melakukan perawatan terhadap pasien efektif dan efisien. Intervensi atau perencanaan tindakan keperawatan merupakan patokan untuk tingkat keberhasilan pengobatan. Tingkat keberhasilan pengobatan di ukur dari menurunnya tanda dan gejala yang muncul pada klien. Pada masalah klien yaitu tingkat pengetahuan klien lebih meningkat dan resiko perfusi cerebal tidak terjadi dengan cara menurunkan tingkat tanda dan gejala yang di rasakan klien

4. Analisis impelentasi dan evaluasi

Pemberian intervensi farmakologi *foot massage* yang diberikan oleh penulis kepada klien memiliki manfaat di antara adalah mengontrol tekanan darah sehingga tanda dan gejala yang di sebabkan oleh hipertensi menurun, selain itu terapi *foot massage* dapat memberikan relaksasi. Hasil penelitian dari tekanan darah menunjukkan bahwa terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan *foot massage*. Hasil pengukuran tekanan darah pada hari pertamam intervensi sebelum dilakukan *foot massage* adalah 140/90 mmHg. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg, sehingga pada pemeriksaan hari pertama tekanan darah klien termasuk kategori tinggi. Setelah 3 hari dilakukan intervensi *foot massage* dengan lama waktu tindakan selama 25 menit menunjukkan adanya penurunan secara signifikan pada tekanan darah klien. Namun, pada intervensi hari kedua tidak ada penurunan tekanan darah pada klien. Tidak ada penurunan pada tekanan darah dapat di pengaruhi oleh faktor kurang relaks pada klien atau klien dalam keadaan cemas, penekanan pada titik pijat kurang tepat, atau teknik yang tidak tepat. Hasil obervasi pada hari pertama dan hari ketiga terdapat penurunan tekanan darah yaitu dari hari pertama hasil pemeriksaan tekanan darah adalah 140/90mmHg tetapi setelah hari ke tiga dilakukan intervensi tekanan darah turun menjadi 124/78mmHg.

B. Analisis Terapi Foot Massage

Pemberian terapi *foot massage* pada klien menunjukkan hasil yang positif yaitu terapi tersebut efektif dalam menurunkan tekanan darah. Penurunan sangat spesifik dari pengukuran pertama yaitu 140/90 mmHg menjadi 120/80mmHg. Terapi *foor massage* dapat memberikan manfaat seperti menurunkan tekanan darah, mengurangi stress, menurunkan tingkat nyeri, dan dapat memberikan efek relaksasi pada klien.

Tabel 5 1 Hasil Obervasi Tekanan Darah

Hari/TGL	Sebelum	Sesudah	Kriteria
Hari 1 (Selasa, 25-7-2023)	140/90 mmHg	135/90mmHg	Menurun
Hari 2 (Rabu, 26-7-2023)	135/80 mmHg	135/80 mmHg	Tetap
Hari 3 (Kamis, 27-7-2023)	133/80 mmHg	124/78 mmHg	Menurun

Dari tabel 5.1 menjelaskan bahwa terdapat penurunan pada tekanan darah klien yaitu dari angka 140 mmHg/ 90 menjadi 120/ 80 dalam 3 hari intervensi dengan menggunakan teknik foot massage. hari 1 pertama terdapat penurunan tekanan darah yaitu dari 140/90 mmHg menjadi 135/ 90 mmHg terdapat penurunan pada tekanan sistol yaitu 5 angka, di hari kedua tidak terdapat penurunan pada tekanan darah klien yaitu tetap di angka 135/80 mmHg, dan pada hari ketiga terdapat penurunan tekanan darah dari 133/80 mmHg menjadi 124/78 mmHg terdapat penurunan angka pada sistol sebanyak 9 angka dan diastole 2 angka.

Faktor yang mempengaruhi tidak adanya penurunan tekanan darah pada klien dapat disebabkan karena klien kurang merasa rilek, titik pemijatan yang salah dan kurang dalamnya titik pemijatan (Muftadi & Apriyani, 2023). Analisis perubahan tekanan darah pada hari kedua, tekanan darah klien tidak mengalami penurunan disebabkan karena klien merasa kurang rileks dan merasa terburu-buru karena klien akan mengikuti kegiatan pada pukul 1 sehingga fokus klien kurang. Perasaan cemas dapat memicu terjadinya tingkat tekanan darah pada lansia, stress akan bertambah tinggi jika pembuluh darah perifer dan curah jantung meningkat sehingga menstimulasikan syaraf simpatis sehingga stress akan bereaksi dan terjadinya peningkatan tekanan darah (Tyas & Zulfikar, 2021).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ainun, Kristina dan Srimis Leini tahun 2021 tentang terapi *Foot Massage* yang berfungsi untuk menurunkan dan menstabilkan tekanan darah karena dapat memberikan efek relaksasi pada otot-otot yang kaku sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah turun secara stabil. Penderita Hipertensi cukup banyak di kelurahan Tanah Merah Kecamatan Binjai Selatan Kota Binjai tahun 2020, kegiatan pengabdian masyarakat bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap penatalaksanaan terapi *foot massage* yang merupakan

salah satu terapi komplementer. Peserta yang mengikuti sebanyak 25 orang setelah melaksanakan terapi *foot massage* 3 hari berturut turut selama 15 menit nyeri kepala hilang, badan terasa ringan, rileks dan hasil tekanan darah systole menjadi stabil (Ainun et al., 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan Iswati (2022) dengan judul *Foot Massage* untuk mengontrol tekanan darah pada lansia, hasil menunjukkan *foot massage* dapat digunakan sebagai salah satu alternatif tindakan non farmakologi untuk mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi di Kelurahan Rangkah, Kecamatan Tambak Sari, Surabaya. Berdasarkan hal tersebut maka disarankan kepada penderita hipertensi agar tetap melakukan *foot massage* secara teratur selama 20 menit tiap dua hari sekali pada pagi hari dan memeriksa tekanan darah secara rutin, dan lebih baik lagi jika diimbangi dengan aktivitas fisik serta minum obat antihipertensi secara teratur (Iswati, 2022).

Foot massage adalah sebuah terapi nonfarmakologi yang aman dan mudah diberikan, juga memiliki efek meningkatkan sirkulasi, mengeluarkan sisa metabolisme, meningkatkan rentang gerak sendi, mengurangi rasa sakit, merelaksasikan otot dan memberikan rasa nyaman pada pasien. Dengan melemaskan jaringan lunak tubuh, lebih banyak darah dan oksigen yang dapat mencapai daerah yang mengalami kekakuan serta dapat mengurangi nyeri. *Foot massage* bertujuan menurunkan tekanan darah, mengurangi kegiatan jantung dalam memompa, mengurangi mengerutnya dinding-dinding pembuluh nadi sehingga tekanan pada dinding-dinding pembuluh darah berkurang dan aliran darah menjadi lancar sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Terdapat titik untuk dipijat yaitu seperti pada titik yang terletak di 0,5 cm di bawah lekukan antara ibu jari dan jari kedua pada kaki, pemijatan pada punggung telapak kaki pertemuan tulang- tulang pangkal ibu jari kaki dan jari kedua kaki, pemijatan pada titik yang terletak pada 4 jari di atas mata kaki bagian dalam, dan pemijatan pada 4 jari dibawah lutut, pada betis bagian luar (Zaura et al., 2023)

Pemberian intervensi *foot massage* sangat bermanfaat untuk menguatkan fungsi jantung penderita hipertensi. *Foot massage* dapat meningkatkan relaksasi pasien dan mencegah resiko penurunan curah jantung dibuktikan dengan terjadinya perbaikan tekanan darah dan frekuensi nadi pada ketiga subyek studi. Impuls dilakukan oleh saraf aferen menuju sistem saraf pusat, yang kemudian dengan memproduksi hormon endorphen, memberikan umpan balik dengan melepaskan asetilkolin dan histamin melalui impuls saraf aferen untuk tubuh beraksi melalui mekanisme reflek vasodilatasi pembuluh darah, hal ini akan mengurangi aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis. Peningkatan aktivitas saraf parasimpatis menimbulkan penurunan denyut jantung (heart rate) dan denyut nadi (pulse rate) dan mengaktifkan respon relaksasi, dan penurunan aktivitas saraf simpatis meningkatkan vasodilatasi arteriol dan vena, menurunkan resistensi pembuluh darah perifer dan dengan demikian menurunkan tekanan darah (Niswah et al., 2022).

Pelaksanaan teknik *foot massage* yaitu menekan titik titik pada kaki. Terdapat 6 titik penekanan pada kaki. Langkah yang pertama adalah melakukan usapan dengan sedikit di tekan dengan cara mengurut dari pergelangan kaki sampai bawah tempurung lutut. Tujuan gerakan ini adalah untuk memberikan efek rileks pada klien dan membantu melancarkan pembuluh darah. titik yang kedua merupakan penekanan pada 1/3 lebih tepatnya pada lekukan pada saat telapak kaki fleksi telapak kaki dan titik yang ketiga penekanan pada 0,5 cm dibawah lekukan antara ibu jari dan jari kedua kaki. Titik yang terletak pada lekukan telapak kaki merupakan titik saraf yang terhubung dengan jantung. Kedua titik tersebut memiliki berhubungan erat dengan jantung, sistem pernafasan serta dapat mengurangi nyeri. Untuk melakukan pemijatan pada kaki dapat dilakukan bila tidak memiliki riwayat asam urat, dengan kondisi ini klien dapat mengganti titik di bagian tangan (Wahyudi, 2029). Titik pijat yang ketiga yaitu pijat pada 4 jari diatas mata kaki betis bagian dalam terdapat posterior tibia arteri yang membawa darah dari jantung ke seluruh tubuh (ekstremitas bawah) sehingga dengan pemijatan

dapat memperlancar aliran darah. Titik terakhir pemijatan adalah 4 jari dibawah lutut, penekanan pada titik ini terdapat percabangan antara posterior tibial arteri dan fibular arteri sehingga dengan pemijatan dapat memperlancar aliran darah dari jantung ke ujung kaki (Prajayanti & Sari, 2022).

Penurunan tekanan darah pada klien dapat dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu pengobatan farmakologi yang dikonsumsi rutin oleh klien. Obat hipertensi akan bekerja di dalam tubuh dengan jangka waktu 35-50 jam. Calcium Channel Blocker (CCB) Jenis obat ini akan menghambat aktivitas kalsium ataupun menghambat aliran kalsium ke dalam otot jantung dan dinding pembuluh darah arteri. Tingginya aktivitas kalsium dalam merangsang jantung untuk bekerja lebih kuat dan dapat menyebabkan penyempitan pada pembuluh arteri. Jenis obat yang termasuk adalah amlodipine (Gularso et al., 2019). Faktor yang kedua adalah stress, dalam slogan Kemenkes yaitu CERDIK atau Cek rutin, Enyahkan asap rokok, Rajin olahraga, istirahat cukup, dan Kendalikan stress. Untuk menurunkan tekanan darah penderita hipertensi harus bisa melakukan manajemen stress. Stress dapat memicu timbulnya hipertensi melalui aktivasi sistem saraf simpatis yang mengakibatkan naiknya tekanan darah secara intermiten (tidak menentu) (Andria, 2013). Pada saat seseorang mengalami stress, hormon adrenalin akan dilepaskan dan kemudian akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri (vasokonstriksi) dan peningkatan denyut jantung. Apabila stress berlanjut, tekanan darah akan tetap tinggi sehingga orang tersebut akan mengalami hipertensi (Gularso et al., 2019).