

BAB IV

ANALISIS JURNAL

A. Cara mencari Jurnal

Sebelum mencari literatur penulis melakukan pengkajian terlebih dahulu kepada pasien yang akan dijadikan kasus kelolaan. Setelah menemukan masalah keperawatan pada kasus kelolaan lalu mencari jurnal sesuai dengan implementasi yang akan dilakukan. Cara mencari jurnal yaitu dengan cara membuka website google scholar, “lansia dengan hipertensi”, “terapi non farmakologi “ dan “Metode”. Filter pencarian juga digunakan dengan menentukan rentang tahun penerbitan jurnal yaitu “2019-2023”. Dari hasil pencarian tersebut, didapatkan 5.320 artikel. Kemudian peneliti menambahkan kata kunci pencarian yaitu foot massage didapatkan 241 artikel. Peneliti menambahkan batas tahun artikel yaitu tahun 2023 dan didapatkan 44 artikel. Dari 44 artikel peneliti memfilter kembali dengan mempertimbangkan waktu pemberian terapi sehingga didapatkan 4 artikel, kemudian peneliti memilih salah satu artikel, yaitu “Efektivitas Terapi Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi: Studi Kasus” sebagai artikel utama

B. Resume Jurnal

1. Introduction

Lansia merupakan seseorang yang usianya memasuki 60 tahun. Perubahan yang banyak terjadi pada lansia mempunyai karakteristik seperti kulit mengendur, rambut beruban, perubahan sistem sensori seperti penurunan daya ingat, penurunan kemampuan pendengaran dan penglihatan, serta akan terjadi perlambatan aktivitas. Terdapat empat penyakit yang sangat erat hubungannya dengan proses menua, yaitu: gangguan sirkulasi darah, seperti hipertensi, kelainan pembuluh darah, gangguan pembuluh darah di otak, ginjal, dan lainnya. Hipertensi didefinisikan sebagai meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg atau tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Price & Wilson,

2012). Hipertensi pada umumnya tidak menimbulkan tanda dan gejala yang spesifik, saat ini hipertensi masih menjadi masalah yang cukup penting dan memerlukan perhatian khusus di pelayanan kesehatan.

Masalah yang umumnya muncul pada penderita hipertensi dapat menyebabkan seseorang mengalami penurunan curah jantung, nyeri, ansietas, dan bisa menyebabkan banyak komplikasi lainnya (Muhadi, 2016). Cara untuk mencegah timbulnya berbagai komplikasi tersebut, diperlukan penatalaksanaan yang tepat baik dengan menggunakan terapi farmakologis maupun terapi non-farmakologis. Salah satu terapi non-farmakologi yang efektif untuk menurunkan hipertensi yaitu terapi pijat kaki (foot massage). Terapi pijat kaki (foot massage) merupakan salah satu terapi komplementer 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

2. Metode

Studi kasus yang dilakukan pada 1 narasumber, sebelum memberikan intervensi peneliti melakukan pengkajian keperawatan secara komprehensif untuk mengetahui diagnosa yang muncul pada narasumber. Setelah menemukan diagnosa peneliti melakukan intervensi *foot massage* yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan lama terapi 25 menit. Dilakukan pencatatan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

3. Result

Setelah dilakukan penatalaksanaan keperawatan berupa terapi foot massage selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 25 menit setiap kali

tindakan, maka didapatkan hasil bahwa terapi foot massage secara rutin dapat menurunkan tekanan darah klien. Hal ini dibuktikan dengan pengukuran tekanan darah yang dilakukan pada hari ketiga didapatkan hasil terjadinya penurunan tekanan darah sebanyak 18 mmHg pada tekanan darah sistolik dan 10 mmHg pada tekanan darah diastolik, serta klien juga mengatakan bahwa kakinya terasa lebih nyaman dan sudah tidak terlalu kaku seperti sebelumnya

4. Analisis

Terdapat empat penyakit yang sangat erat hubungannya dengan proses menua, yaitu: gangguan sirkulasi darah, seperti hipertensi, kelainan pembuluh darah, gangguan pembuluh darah di otak, ginjal, dan lainnya. Hipertensi didefinisikan sebagai meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg atau tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Price & Wilson, 2012). Hipertensi pada umumnya tidak menimbulkan tanda dan gejala yang spesifik, saat ini hipertensi masih menjadi masalah yang cukup penting dan memerlukan perhatian khusus di pelayanan kesehatan. Kondisi tersebut banyak terjadi pada lansia karena pembuluh darah yang menjadi kaku atau kurang elastis sehingga membuat jantung memompa lebih kuat dan akhirnya menyebabkan tekanan darah menjadi tinggi. Penurunan hormone estrogen pada wanita usia lanjut dapat menjadi faktor yang membuat pembuluh darah arteri mengeras dan kaku.

Berdasarkan penelitian lain yang dilakukan oleh Wahyudin (2021) menyatakan setelah melakukan terapi foot massage terdapat penurunan pada tekanan sistolik maupun diastolik pada penderita hipertensi di Kota Sukabumi. Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Widyarani (2020) menjelaskan bahwa terapi foot massage selain memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah juga berpengaruh positif terhadap frekuensi nadi dan kualitas tidur. Terapi foot massage ini mengaplikasikan teknik-teknik dasar yang sering dipakai dalam terapi refleksi diantaranya teknik menarik ibu jari, memutar kaki pada satu titik, serta teknik menekan dan menahan

dimana rangsangan-rangsangan berupa tekanan pada kaki dapat memancarkan gelombanggelombang relaksasi ke seluruh tubuh. Penelitian lain terkait dengan foot massage yang dilakukan terhadap 25 orang lansia > 55 tahun dengan hipertensi yang tidak terkontrol, diberikan terapi foot massage setiap dua hari sekali pada pagi hari selama 7 hari dalam 2 minggu dengan durasi tindakan 20 menit didapatkan hasil terdapat penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah diberikan perlakuan (Iswati, 2022).

5. Discussion

Berdasarkan hasil studi kasus, didapatkan bahwa salah satu permasalahan kesehatan yang paling banyak diderita oleh lansia adalah hipertensi, penyakit berbahaya ini sering disebut dengan (silent killer) atau pembunuh diam-diam karena seringkali tidak menimbulkan gejala. Hipertensi merupakan faktor risiko utama pada lansia yang menyebabkan terjadinya stroke, gagal jantung dan penyakit koroner karena peranannya lebih besar dibandingkan saat usia muda. Penyebab hipertensi pada lansia dikarenakan terjadinya perubahan-perubahan pada elastisitas dinding aorta yang semakin menurun, katup jantung menebal dan menjadi kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun sehingga kontraksi dan volumenya menurun, dan meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer. Selain itu dengan mengonsumsi garam yang tinggi, obesitas, kolesterol yang tinggi juga dapat membuat pembuluh darah menyempit sehingga akibatnya tekanan darah akan meningkat

Dari hasil studi kasus tersebut maka perawat mengangkat masalah manajemen kesehatan tidak efektif berhubungan dengan kurangnya pengetahuan tentang program terapeutik sebagai hal utama yang harus diatasi dengan memberikan intervensi berupa terapi foot massage. Terapi ini diberikan selama 3 hari berturut-turut di kediaman klien. Sebelum diberikan terapi foot massage, klien terlebih dahulu diberikan pendidikan kesehatan terkait hipertensi dan terapi foot massage ini. Terapi foot massage

merupakan pijat dengan melakukan penekanan pada titik saraf di kaki untuk memberikan rangsangan bioelektrik pada organ tubuh tertentu yang dapat memberikan perasaan rileks dan segar karena aliran darah dalam tubuh menjadi lebih lancar

C. Rencana Aplikasi Jurnal Pada Kasus

Rencana implementasi akan di lakukan pada lansia yang menderita hipertensi dan akan dilakukan di wilayah kerja puskesmas kalasan. Implemenasi akan dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan lama terapi 25 menit. Sebelum melakukan intervensi peneliti akan melakukan pemeriksaan dan pengkajian untuk menentukan diagnosa keperawatan serta peneliti menjelaskan ap aitu *foot massage*, tujuan intervensi *foot massage*, dan manfaat dari *foot massage*. Dilakukan pencatatan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi untuk melihat perbedaan tekanan darah.

Tabel 4. 1 Standar Operasional Tindakan

No	Sub judul	Prosedur
1	Pengertian	Pijat ringan dengan melakukan sentuhan pada jaringan lunak tubuh dengan menggunakan tangan dan alat untuk menimbulkan efek positif dari pembuluh darah, otot, dan sistem saraf tubuh
2	Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menimbulkan relaksasi yang dalam 2. Memperbaiki sirkulasi darah pada otot sehingga mengurangi nyeri 3. Memperbaiki secara langsung maupun tidak langsung fungsi setiap organ internal 4. Membantu memperbaiki mobilitas 5. Menurunkan tekanan darah
3	Indikasi	Klien dengan hipertensi
4	Kontraindikasi	Klien yang menderita luka bakar, fraktur, dan nyeri pada kaki
5	Alat dan bahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sphygmomanometer 2. Stetoskop 3. Minyak zaitun/lotion/minyak untuk pijat 4. Lembar observasi tekanan darah
6	Prosedur	<p>Tahap pertama : masase kaki bagian depan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ambilah posisi menghadap ke kaki klien dengan kedua lutut berada disamping betisnya. 2. Letakkan tangan kita sedikit diatas pergelangan kaki dengan jari-jari menuju keatas dengan satu gerak tak putus luncurkan tangan ke atas pangkal paha dan kembali turun disisi kakimengikuti lekuk kaki. 3. Tarik ibu jari dan buat bentuk V (posisi mulut naga). Letakkan tangan diatas tulang garis dibagian bawah kaki.

Gunakan tangan secara bergantain untuk memijat perlahan hingga ke bawah lutut dengan tangan masih pada posisi V urut keatas dengan sangat lembut hingga ke tempurung lutut, pisahkan tangan dan ikuti lekuk tempurung lutut pijat ke bagian bawah.

4. Lalu ulangi pijat keatas bagian tempurung lutut.



Gambar 4. 1 titik pijat 1

1. Pijat pada titik yang terletak di 1/3 bagian telapak kaki, tepatnya pada lekukan pada saat telapak kaki fleksi (menekuk)



Gambar 4. 2 Titik Pijat 2

2. Pijat pada titik yang terletak di 0,5 cm di bawah lekukan antara ibu jari dan jari kedua pada kaki



Gambar 4. 3 Titik Pijat 3

3. Lakukan pemijatan pada punggung telapak kaki pertemuan tulang- tulang pangkal ibu jari kaki dan jari kedua kaki



Gambar 4. 4 Titik Pijat 4

4. Lakukan pemijatan pada pada titik yang terletak pada 4 jari di atas mata kaki bagian dalam



Gambar 4. 5 Titik Pijat 5

5. Lakukan pemijatan pada 4 jari dibawah lutut, pada betis bagian luar



Gambar 4. 6 Titik Pijat 6

7	Evaluasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tanyakan pada klien bagaimana perasaannya 2. Kaji tekanan darah klien
8	Hal- hal yang diperhatikan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kondisi klien yang terlalu lapar atau terlalu kenyang 2. Kondisi ruangan yang nyaman. Suhu tidak terlalu panas, tidak terlalu dingin, pencahayaan yang cukup tidak remang-remang. 3. Posisi klien dalam keadaan berbaring yang man bagian pinggang sampai telapak kaki ditutup oleh handuk dan posisi pemijat dibelakang klien