

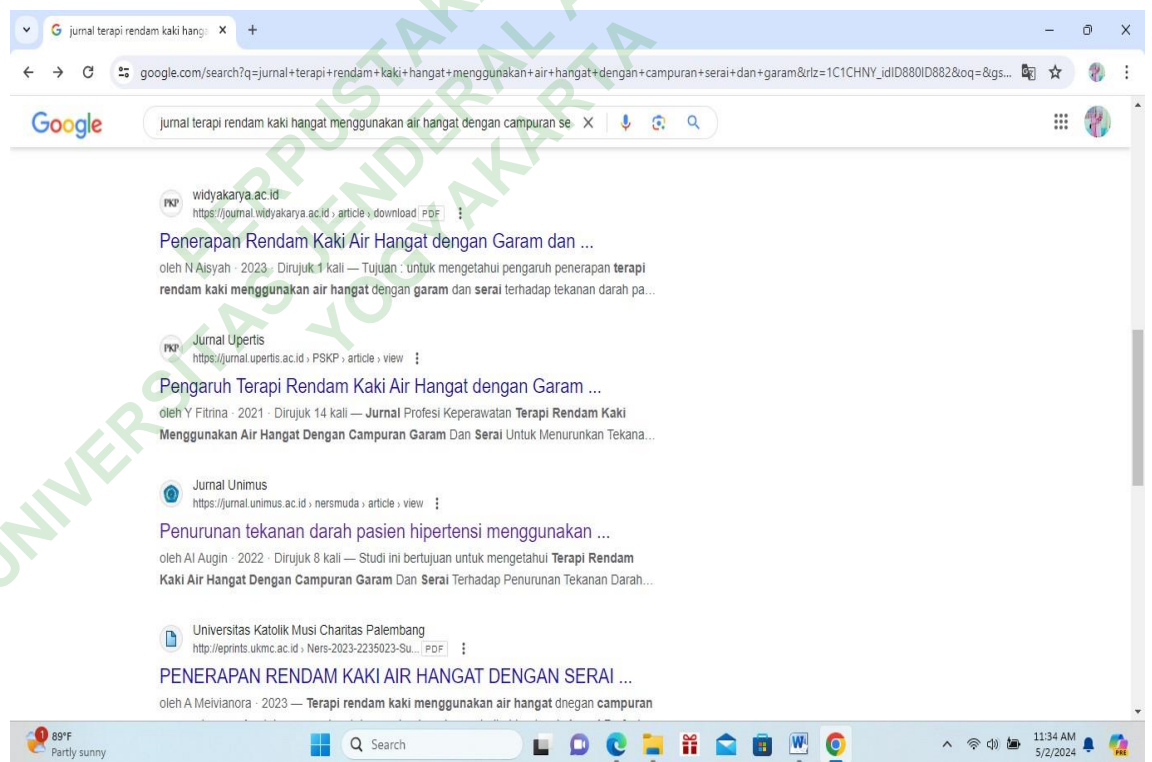
## BAB IV

### TEKNIK Pencarian Jurnal dan Analisis Jurnal

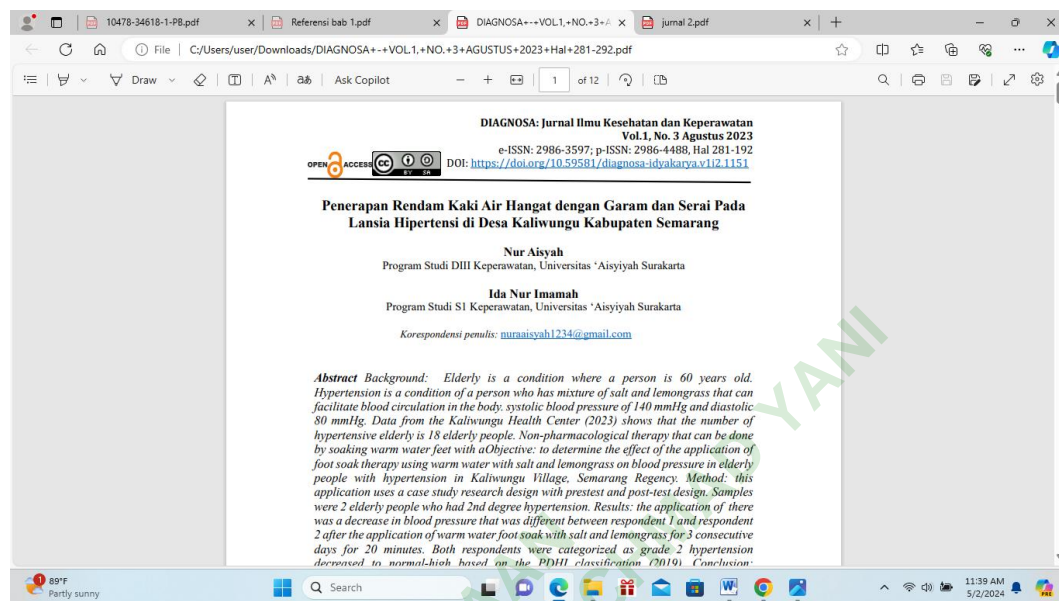
#### A. Cara Mencari Jurnal

1. Langkah-langkah mencari jurnal sebagai berikut :

Pencarian jurnal dilakukan dengan membuka *web google*, dengan memasukkan kata kunci terkait dengan dengan penatalaksanaan terapi rendam kaki hangat dengan campuran garam dan serai untuk menurunkan hipertensi/ tekanan darah tinggi. Hasil jurnal terkait terapi rendam kaki hangat dengan campuran garam dan serai untuk menurunkan hipertensi/ tekanan darah tinggi telah sesuai dengan kriteria lima tahun terakhir.



## 2. Mendownload Jurnal



Setelah mendapatkan beberapa jurnal, kemudian dipilihlah jurnal terbaru yaitu dengan judul “Penerapan Rendam Air Hangat dengan Garam dan Serai Pada Lansia Hipertensi di Desa Kaliwungu Kabupaten Semarang” Dasar pencarian jurnal dengan formulasi PICO yaitu sebagai berikut ini :

**P (POPULATION)** : Populasi dalam jurnal penelitian ini yaitu 2 orang lanjut usia dengan usia 60 tahun keatas.

**I (INTERVENTION)** : Intervensi yang akan diberikan yaitu penerapan pemberian terapi rendam kaki hangat dengan campuran garam dan serai pada pasien hipertensi. Pengukuran tekanan dilakukan setiap sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. Intervensi terapi rendam kaki ini dilakukan selama 3 hari dan pengukuran tekanan darah menggunakan tensi digital. Langkah –langkah nya yaitu mempersiapkan peralatan dan bahan, kemudian merebus air sampai mendidih lalu dipindahkan ke baskom plastik, masukan garam 20mg/ 3 sendok teh, dan masukan serai 10mg/ 2 batang, kemudian

masukan air dingin secukupnya, selanjutnya masukan kedua kaki pasien kedalam baskom dan direndam selama 10 menit.

C (COMPARISON) : Dalam penelitian ini ada kelompok pembanding.

O (OUTCOME) : *Outcome* dari penelitian jurnal ini yaitu :

1. Pasien mampu mengetahui manfaat dari pemberian rendam kaki hangat dengan campiran garam dan serai untuk menurunkan tekanan darah tinggi/ hipertensi.
2. Pasien mampu menerapkan dan melakukan terapi rendam kaki ini untuk menurunkan tekanan darah tinggi/hipertensi.

## **B. Resume Jurnal**

### **1. Introduction**

Lanjut Usia (lansia) merupakan tahapan terakhir dari fase kehidupan dan pada fase ini seseorang akan mengalami proses penuaan secara terus menerus. Lansia adalah kelompok orang yang usianya > 60 tahun. Menurut World Health Organization (WHO, 2021) di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Data Kemenkes RI (2021) menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia saat ini sekitar 27,1 juta orang atau hampir 10% dari total penduduk Indonesia dan pada tahun 2025 diprediksi jumlah lansia di Indonesia akan terus meningkat menjadi 33.7 juta jiwa atau sekitar 11,8% dari jumlah penduduk di Indonesia. Peningkatan jumlah lansia akan menjadi tantangan bagi masyarakat dan negara karena lansia akan mengalami proses penuaan biasanya ditandai dengan menurunnya fungsi dari organ-organ dalam tubuh, salah satu gangguan kesehatan yang paling sering dialami yaitu hipertensi dengan gejala berupa nyeri tengkuk, pusing, hingga pembengkakan pembuluh darah kapiler (Ulinuha, 2018).

Hipertensi atau yang biasanya dikenal dengan nama lain darah tinggi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah di dalam pembuluh darah arteri . Seseorang dapat dikatakan hipertensi apabila orang tersebut memiliki tekanan darah sistolik  $> 140$  mmHg dan diastolik  $> 80$  mmHg (Musakkar & Djafar, 2021). Hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan yang dianggap serius oleh berbagai negara karena penyakit ini terkadang muncul secara tiba-tiba atau tanpa disadari oleh penderita. Hipertensi secara umum telah menjadi menyebabkan 9,4 juta kematian di seluruh dunia setiap tahunnya (Handono, 2021).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis yaitu terapi yang menggunakan obat-obatan yang dapat menurunkan tekanan darah. Efek samping dari terapi farmakologis dapat merusak hati dan ginjal apabila digunakan dalam jangka waktu yang panjang. Terapi non-farmakologis yaitu terapi tanpa menggunakan obat-obatan sehingga tidak menimbulkan efek samping seperti ketergantungan obat dan timbulnya penyakit lainnya. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi non-farmakologis lebih cocok untuk diterapkan. Contoh terapi non-farmakologis yang dapat dilakukan seperti terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi progresif, meditasi ,akupuntur dan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai (Augin, 2022).

Metode rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai menggunakan 2 bahan yaitu garam dan serai. Garam adalah kumpulan senyawa yang banyak mengandung natrium klorida. Serai mengandung banyak bahan kimia seperti minyak atsiri dengan komponen citronellal dan kadinol yang sifatnya terasa hangat. Kandungan kimia dalam serai mampu menghilangkan rasa sakit dan memperlancar sirkulasi darah dalam tubuh, sehingga dengan menggunakan metode rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai ini dapat membantu dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Fitriana et al., 2021).

## 2. *Method*

Dalam jurnal ini rancangan penerapan Intervensi yang akan diberikan yaitu penerapan pemberian terapi rendam kaki hangat dengan campuran garam dan serai pada pasien hipertensi. Pengukuran tekanan dilakukan setiap sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. Intervensi terapi rendam kaki ini dilakukan selama 3 hari dan pengukuran tekanan darah menggunakan tensi digital. Langkah –langkah nya yaitu mempersiapkan peralatan, kemudian merebus air sampai mendidih lalu dipindahkan ke baskom plastik, masukan garam 20mg/ 3 sendok teh, dan masukan serai 10mg/ 2 batang, lalu masukan air secukupnya sampai air menjadi hangat, selanjutnya masukan kedua kaki pasien kedalam baskom dan direndam selama 10-15 menit.

## 3. *Result*

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa terjadi penurunan angka tekanan darah terbanyak terbanyak pada Ny. S dihari pertama dengan penurunan sistolik 12 mmHg dan diastolik 8 mmHg sedangkan pada Ny.W terjadi pada hari ke tiga dengan penurunan sistolik 9 mmHg dan diastolik 5 mmHg.

Berdasarkan penelitian di atas menunjukkan hasil penurunan tekanan darah paling sedikit pada Ny.S terjadi pada hari ke tiga dengan penurunan sistolik 9 mmHg dan diastolik 8 mmHg sedangkan pada Ny.W penurunan angkat tekanan darah paking sedikit terjadi pada hari pertama dengan penurunan sistolik 6 mmHg dan diastolik 5 mmHg. Hasil perbandingan dari penelitian ini angka penurunan tekanan darah terhadap Ny.S dan Ny. W didapatkan hasil adanya penurunan tekanan darah pada Ny.S yang sebelumnya 172/90 mmHg menjadi 139/74 mmHg dengan penurunan sistolik 33 mmHg dan diastolik 16 mmHg sedangkan pada Ny.W angka tekanan darah sebelum 168/85 mmHg menjadi 136/70 mmHg dengan penurunan sistolik 32 mmHg dan diastolik 15 mmHg.

#### 4. Discussion

Hasil angka tekanan darah setelah dilakukan penerapan rendam kaki air hangat dengan garam dan serai pada Ny.S dan Ny.W di Desa Kaliwungu Kabupaten Semarang selama 3 hari berturut-turut dengan waktu 20 menit dengan hasil tekanan darah sesudah penerapan hari pertama Ny.S 160/82 mmHg sedangkan Ny.W 162/80 mmHg, hasil tekanan darah sesudah penerapan hari ke kedua yaitu Ny.S 146/75 mmHg sedangkan Ny.W 148/75 mmHg dan hasil tekanan darah sesudah penerapan hari ke tiga yaitu Ny.S 139/74 mmHg sedangkan Ny.W 136/70 mmHg. Data diatas menunjukkan terdapat hasil adanya perubahan penurunan tekanan darah sesudah diberikan intervensi rendam kaki air hangat dengan garam dan serai pada Ny.S dan Ny.W. Penerapan ini menunjukkan bahwa penerapan rendam kaki air hangat dengan garam dan serai dapat bermanfaat bagi lansia penderita hipertensi yaitu mampu menurunkan tekanan darah. Garam memiliki manfaat untuk menjaga keseimbangan pH dalam tubuh, menjaga keseimbangan air dalam tubuh, menjaga tekanan osmosa di dalam cairan tubuh, berperan terhadap kepekaan saraf yang berfungsi sebagai perangsang baik dalam tubuh sendiri maupun dari luar tubuh, sebagai mineral yang sangat dibutuhkan oleh tubuh manusia sedangkan serai memiliki manfaat sebagai anti oksidan, anti inflamasi, dapat meringankan gejala nyeri, dapat digunakan sebagai obat alami untuk kram menstruasi, kembung, dan meringankan panas tubuh, dan untuk menurunkan tekanan darah. Metode rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai mampu meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan jantung, mengendorkan otot, menghilangkan stress dan mampu memperlancar sirkulasi darah dalam tubuh karena pada garam terdapat kumpulan senyawa yang banyak mengandung natrium klorida dan pada serai mengandung banyak bahan kimia seperti minyak atsiri dengan komponen citronellal dan kadinol yang sifatnya terasa hangat, sehingga dengan menggunakan metode rendam kaki menggunakan air hangat dengan campuran garam dan serai ini dapat

membantu dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Harnani & Axmalia, 2017).

### **C. Rencana Aplikasi Jurnal pada Kasus**

#### Tahap Persiapan

1. Observasi masyarakat yang keluarganya memiliki riwayat hipertensi
2. Melakukan pendekatan dengan klien
3. Menjelaskan tindakan/terapi yang akan kita lakukan
4. Kontrak waktu dengan klien

#### Tahap Pelaksanaan

1. Menyiapkan semua alat dan bahan
2. Sebelum melakukan terapi, cek terlebih dahulu tekanan darah awal klien
3. Setelah itu merebus 2 batang serai dengan air sampai mendidih sehingga keluar aroma serai
4. Setelah mendidih tuangkan ke dalam baskom
5. Kemudian tambahkan garam 3 sendok teh ke dalam baskom dan diaduk hingga merata
6. Cek apakah air sudah pas hangatnya untuk terapi
7. Lalu masukan kedua kaki klien ke dalam baskom selama 10 menit
8. Setelah 10 menit angkat kedua kaki dan keringkan dengan kain
9. Rapikan alat dan bahan
10. Kemudian cek ulang tekanan darah setelah terapi selesai

#### Tahap Evaluasi

1. Terapi ini dilakukan selama 3 hari berturut-turut
2. Klien mengatakan senang dan lebih nyaman setelah dilakukan terapi ini