

BAB V

PEMBAHASAN

A. Analisa Asuhan Keperawatan

1. Analisa Data pengkajian

Hasil pengkajian yang dilakukan oleh penulis didapatkan hasil bahwa lansia memiliki riwayat hipertensi kurang lebih 1 tahun 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 tangan kesemutan, tengkuk terasa berat dan kaku. Menurut Astuti (2022) tanda gejala yang dirasakan oleh penderita hipertensi adalah sakit kepala, pusing, tengkuk terasa berat, jantung berdebar-bedar, gelisah, dan mudah lelah (Astuti, 2022). Klien menjelaskan bahwa tanggal 29 Mei 2024 yang baru saja priksa karena obatnya habis sehingga diharuskan kontrol rutin akan tetapi klien merasa cemas dengan keadaan kesehatannya. Berdasarkan teori faktor yang mempengaruhi tekanan darah adalah stress. Stress yang terjadi pada masyarakat akan memicu terjadinya kenaikan tekanan darah dengan suatu mekanisme yang memicu meningkatnya kadar adrenalin. Stress akan menstimulasi saraf simpatis akan muncul peningkatan tekanan darah dan curah jantung yang meningkat. Stress akan bertambah tinggi jika resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung meningkat yang sehingga menstimulasi syaraf simpatis. Sehingga stress 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 kontrol rutin dirumah sakit sehingga sering mendapatkan ilmu baru tentang hipertensi dari dokter.

2. Analisa Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan didapatkan 1 diagnosa utama dan diagnosa resiko yaitu resiko perfusi serebral tidak efektif dan kesiapan peningkatan manajemen kesehatan. Diagnosa yang pertama 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.

Pengambilan diagnosa keperawatan kedua yaitu kesiapan peningkatan manajemen kesehatan di dasarkan pada data klien sudah mengetahui penyakit hipertensi, klien sudah mampu menjalankan pengobatan sesuai yang di programkan, klien mengurangi konsumsigaram dan ayam negeri, klien rutin kontrol 1 bulan sekali, aktif mengikutikegiatan 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.

3. Analisa Intervensi Keperawatan

Perencanaan keperawatan adalah bagian dari fase pengorganisasian dalam proses keperawatan sebagai pedoman untuk mengarahkantindakan keperawatan dalam usaha membantu, meringankan, memecahkan masalah atau untuk memenuhi kebutuhan pasien. Tahapanini perawat merencanakan suatu tindakan keperawatan agar dalam melakukan perawatan terhadap pasien efektif dan efisien. Intervensi atauperencanaan 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. Analisa Implementasi 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 158/81 mmHg. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darahdiastolik 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.Pada intervensi hari kedua ada penurunan tekanan darah pada klien. Hasil pengukuran tekanan darah pada hari kedua intervensi sebelum dilakukan foot massage adalah 157/77 mmHg hari kedua tekanan darah termasuk kategori tinggi. Hasil obervasi pada hari pertama sampai hari ketiga terdapatpenurunan tekanan darah yaitu dari hari pertama hasil pemeriksaan tekanandarah adalah 158/81mmHg tetapi setelah hari ke tiga dilakukan intervensi tekanan darah turun menjadi 141/76mmHg.

Pemberian edukasi terkait dengan perilaku Cerdik untuk hidup sehat diberikan oleh penulis untuk klien dan keluarga dengan usia produktif mampu memberikan dukungan yang maksimal seperti kontrol rutin, mengurangi konsumsi rokok dan mengurangi paparan rokok, melakukan jalan-jalan minimal 30 menit dalam 3-5 kali perminggu, diit sehat dan seimbang, mencukupi kebutuhan istirahat sehari minimal 8jam dan mengurangi stres. Hasil penelitian dari pengetahuan klien dan keluarga sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan terkait dengan perilaku Cerdik menunjukan adanya peningkatan pengetahuan. Hasil Pendidikan Kesehatan hari kedua sebelum dan sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan skor pengetahuan perilaku cerdas untuk hidup sehat di skor 2 yang mana dikatakan skor 1-2 itu rendah, 3-4 itu sedang, 5-6 itu tinggi.

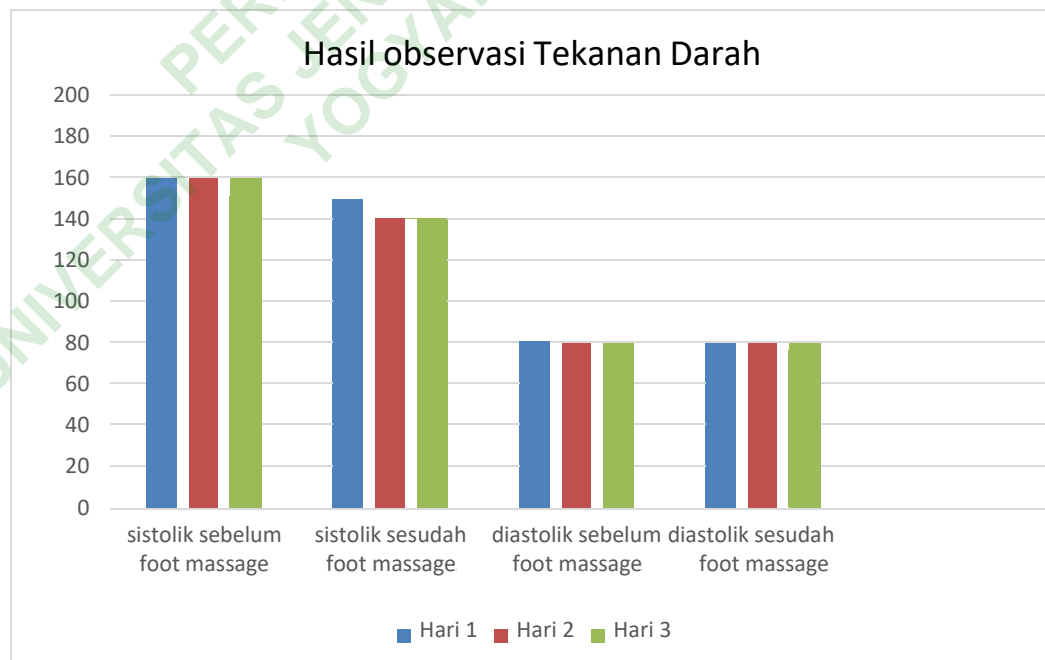
Hasil penelitian dari pengetahuan klien dan keluarga dihari ketiga evaluasi ulang materi Pendidikan Kesehatan terkait dengan perilaku cerdas didapatkan skor 5 yang hasilnya tinggi. Kesimpulan dari Pendidikan kesehatan terkait dengan cerdas pada klien dan keluarga sudah faham dan menerapkan perilaku hidup sehat dengan menggunakan cerdas.

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 158/81 mmHg menjadi 141/76mmHg. Terapi foot massage dapat memberikan manfaat seperti menurunkan tekanan darah, mengurangi stress, menurunkan tingkat nyeri, dan dapat memberikan efek relaksasi pada klien.

Tabel 5.1 Hasil Observasi Tekanan Darah

Hari/TGL	Sebelum	Sesudah	Kriteria
Hari 1 (Senin, 03-6-2024)	158/81 mmHg	149/75mmHg	Menurun
Hari 2 (Selasa, 04-6-2024)	157/77 mmHg	143/80 mmHg	Menurun
Hari 3 (Rabu, 05-6-2024)	151/79 mmHg	141/76 mmHg	Menurun



Dari tabel menjelaskan bahwa terdapat penurunan pada tekanan darah klien yaitu dari angka 158/81 mmHg menjadi 141/76 mmHg dalam 3 hari intervensi dengan menggunakan teknik foot massage. Hari pertama terdapat penurunan tekanan darah yaitu dari 158/81 mmHg menjadi 149/75mmHg terdapat penurunan pada tekanan sistol yaitu 9 angka dan diastoli 6 angka, di hari kedua terdapat penurunan pada tekanan darah klien yaitu dari 157/77 mmHg menjadi 143/80 mmHg terdapat penurunan pada sistolik yaitu 14 angka namun yang diastole mengalami kenaikan yaitu 3 angka, dan pada hari ketiga terdapat penurunan tekanan darah dari 151/79 mmHg menjadi 141/76 mmHg terdapat penurunan angka pada sistol sebanyak 10 angka dan diastole 3 angka.

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.

Hasil ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Prayoga dan Bari (2023) tentang *foot massage* yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah dengan *lavandula angustifolia* pada pasien hipertensi dengan jumlah sampel 48 responden. Data penelitian dianalisis dengan statistik *independent sample t-test* massage kaki dengan minyak lavender

didapatkan nilai sistolik $p=0,060$ dan nilai diastolik $p=0.058$ yang mana tidak ada perbedaan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah dilakukan intervensi selama 3 hari.

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, pilih minyak zaitun untuk memijat dan wajib 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 punggungtelapak 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 nadipada ketiga subyek studi. Impuls dilakukan oleh saraf aferen menuju sistem saraf pusat, yang kemudian dengan memproduksi hormon endorfin, yang kemudian dengan memproduksi hormon endorfin, memberikan umpan balik dengan melepaskan asetilkolin dan histamin

melalui impuls saraf aferen untuk tubuh beraksi melalui 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 arterioler 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).

Perilaku merupakan suatu tindakan yang dapat diamati dengan tujuan yang baik disadari maupun tidak. CERDIK adalah gabungan kata dari cek kesehatan secara berkala, enyah asap rokok, istirahat yang cukup, rajin aktifitas fisik, diet seimbang, istirahat yang cukup, dan kelola stress (Kementrian Kesehatan, 2018). Sehingga penderita hipertensi dapat melakukan modifikasi perilaku untuk meningkatkan Kesehatan dan mengontrol tekanan darah dengan melakukan perilaku CERDIK.

Dari hasil penelitian dengan menggunakan media leaflet terkait dengan materi perilaku CERDIK dihari pertama diberikan materi terkait dengan perilaku cerdas setelah selesai peneliti mengulang Kembali materi yang sudah diberikan dan hasil dari klien terkait dengan materi didapatkan skor 2 pengetahuan (rendah) terkait dengan mengontrol hipertensi, kemudian dihari kedua peneliti mengulas kembali materi yang telah diberikan kemaren, klien dan keluarga bisa mengulang materi yang telah diberikan dengan skor 5 yang artinya tinggi. Klien dan keluarga sudah menerapkan perilaku cerdas Ketika keluarganya terkena hipertensi akan tetapi belum maksimal, setelah diberikan Pendidikan Kesehatan keluarga dan klien dapat menambah wawasan untuk mengontrol tekanan darah. Hal ini sejalan dengan penelitian Seprina dkk (2022) kasus terbanyak yang menderita hipertensi adalah lansia untuk itu diperlukan perilaku mengontrol tekanan darah salah satunya adalah perilaku cerdas.