

BAB IV ANALISIS JURNAL

A. Cara mencari jurnal

Kata kunci (PICO)

Berdasarkan EBN (*Evidence Based Nursing*) dengan formulasi PICO yaitu:

- P** : Hipertensi
- I** : Foot Massage
- C** : -.
- O** : Penurunan Tekanan Darah

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 6.590 artikel. Kemudian peneliti menambahkan kata kunci pencarian yaitu foot massage didapatkan 234 artikel. Peneliti menambahkan batas tahun artikel yaitu tahun 2023 dan didapatkan 37 artikel. Dari 37 artikel peneliti memfilter kembali dengan mempertimbangkan intervensi pemberian terapi sehingga didapatkan 4 artikel, kemudian peneliti memilih salah satu artikel, yaitu “ Pengaruh Foot Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu” sebagai artikel utama

B. Resume jurnal

1. Introduction

Lansia merupakan seseorang yang usianya memasuki 60 tahun. Penurunan fungsi fisiologis pada lansia merupakan hal yang terjadi seiring pertambahan usia. Perubahan fisiologis meliputi kemampuan lansia tersebut untuk menanggapi datangnya rangsangan baik dari luar tubuh maupun dari dalam tubuh lansia itu sendiri, yaitu pada panca indera, sistem pencernaan, sistem saraf, sistem pernafasan, sistem endokrin, sistem kardiovaskuler, sistem imun serta sistem ekskresi. Beberapa penyakit yang kerap menjangkit lansia adalah penyakit tidak menular dan degeneratif antara lain artritis, stroke, penyakit paru obstruktif kronik (PPOK), Diabetes Mellitus (DM), hipertensi, dan Penyakit Jantung Koroner.

Hipertensi merupakan salah satu risiko faktor utama penyakit kardiovaskuler yang menjadi masalah kesehatan diseluruh belahan dunia. Penyakit tidak menular adalah salah satu dari masalah kesehatan yang menjadi perhatian dunia karena prevalensinya yang masih tinggi. Hal ini karena perkembangan PTM umumnya didorong oleh gaya hidup masing-masing individu yang kurang sadar akan kesehatan, jenis kelamin, stimulan dan stress (Febriyati Dewi, 2023)

Penatalaksanaan hipertensi dapat digunakan dengan farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologis terdiri atas pemberian obat yang bersifat diuretik, simpatik, beta bloker dan vasodilator yang mempunyai efek samping penurunan curah jantung. Pemberian terapi non farmakologis banyak digunakan untuk mengatasi hipertensi karena sifat alamiah dan tidak menimbulkan efek samping yang bahaya. Terapi non farmakologis yang bersifat terapi pengobatan alamiah diantaranya adalah akupresur (akupuntur tanpa jarum). Pengobatan herbal dari cina, terapi jus, terapi herbal, pijat, aromatherapi, pernafasan dan relaksasi, pengobatan pada pikiran dan tubuh biofeedback meditasi, hypnosis. Foot massage / pijat kaki adalah manipulasi jaringan ikat melalui pukulan, gosokan atau meremas untuk memberikan dampak pada peningkatan sirkulasi, memperbaiki sifat otot dan memberikan efek relaksasi, terapi foot massage dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik,

menurunkan denyut nadi, dan memberikan efek relaksasi bagi otot-otot yang tegang sehingga tekanan darah dan denyut nadi akan menurun dan mampu memberikan rangsangan yang mampu memperlancar aliran darah (Ainun et.al, 2021).

2. Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimental. Populasi sebanyak 349 orang dan sampel sebanyak 15 orang. Jenis data penelitian adalah data primer dan sekunder. Analisis data pada penelitian ini menggunakan statistik uji t dan uji Wilcoxon. Setelah menemukan diagnosa peneliti melakukan intervensi *foot massage* yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan lama terapi 15-30 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 15-30 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 15 mmHg pada tekanan darah sistolik dan 30 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 esterogen 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 gelombang-gelombang 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 penelitian tersebut bahwa kegiatan terapi foot massage selama 15-30 menit memberikan dampak positif peserta hipertensi, mengalami rileks, mampu berjalan dengan nyaman tanpa keluhan nyeri, kaku otot berkurang, tekanan darah stabil sistol dan diastol. Terapi foot massage merupakan terapi komplementer yang aman dan mudah untuk dilaksanakan secara mandiri yang bertujuan memberikan efek relaksasi pada otot-otot yang kaku sehingga terjadi vasodilatasi dan menyebabkan tekanan darah turun secara stabil. Masase kaki yang dilaksanakan selama 15-30 menit sebanyak 3x dalam 1 minggu terbukti berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah.

C. Rencana aplikasi jurnal pada kasus

Rencana implementasi akan dilakukan pada lansia yang menderita hipertensi dan akan dilakukan di wilayah kerja puskesmas gamping. Implementasi akan dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan lama terapi 15-30 menit. Sebelum melakukan intervensi peneliti akan melakukan pemeriksaan dan pengkajian untuk menentukan diagnosa keperawatan serta peneliti menjelaskan apa itu *foot massage*, tujuan intervensi *foot massage*, dan manfaat dari *foot massage*. Dilakukan pencatatan pre dan post dilakukan intervensi untuk melihat perbedaan tekanan darah.