@ Nerspedia 2024

# Asuhan Keperawatan Ny. FW dengan Hipertensi Melalui Intervensi Rendam Kaki Air Jahe Hangat di Desa Sungai Alang Kec. Karang Intan

**Yhogy Putera Mulya Bahtera, Herry Setiawan**

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. Ahmad Yani KM. 36 Banjarbaru, 70714

*Email korespondensi: ners_herry@ulm.ac.id

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Hipertensi dapat diartikan sebagai peningkatan tekanan darah dari kisaran normal. Berdasarkan data UPT Puskesmas Karang Intan 2 pada 10 penyakit terbanyak, penderita hipertensi berada di peringkat pertama di bulan Agustus - November 2021. Gaya hidup yang kurang sehat seperti mengkonsumsi ikan asin berlebihan menjadi salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi.
**Tujuan:** Memberikan asuhan keperawatan melalui intervensi pemberian rendam kaki dengan air jahe hangat pada klien hipertensi.
**Metode:** Pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian keperawatan pola Gordon dan dengan melakukan wawancara, observasi, serta pemeriksaan fisik. Kemudian dilanjutkan dengan melakukan analisis data, penegakan diagnosis, perencanaan keperawatan, implementasi dan evaluasi.
**Hasil dan Pembahasan:** Hasil asuhan keperawatan setelah dilakukan 6 hari dengan intervensi utama rendam kaki dengan air jahe hangat, masalah dapat teratasi dengan mengontrol tekanan darah dari 177/113 mmHg menjadi 163/105 mmHg. Jahe merah mengandung minyak atsiri dan senyawa *Gingerol* mengeluarkan rasa hangat dapat memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah lancar.
**Kesimpulan:** Terdapat penurunan tekanan darah setelah melakukan rendam kaki dengan air jahe hangat selama 6 hari.

**Kata-Kata Kunci**: Hipertensi, Jahe Merah, Rendam Kaki.

***ABSTRACT***

***Background****: Hypertension can be interpreted as an increase in blood pressure from the normal range. Based on data from the Karang Intan 2 Health Center UPT on the 10 most diseases, hypertension sufferers are in first place in August - November 2021. An unhealthy lifestyle such as consuming excessive salted fish is one of the risk factors for hypertension.*
***Objective****: Provide nursing care through the intervention of giving a foot soak with warm ginger water in hypertensive clients.*
***Methode****: The data was collected using a Gordon pattern nursing assessment sheet and by conducting interviews, observations, and physical examinations. Then proceed with data analysis, diagnosis, nursing planning, implementation, and evaluation.*
***Results and Discussion****: The results of nursing care after 6 days with the main intervention of soaking the feet with warm ginger water, problem can be resolved by controlling blood pressure from 177/113 mmHg to 163/105 mmHg. Red ginger contains essential oils and Gingerol compounds emit a warm feeling that can widen blood vessels so that blood flow is smooth.*
***Conclusion****: There was a decrease in blood pressure after soaking the feet with warm ginger water for 6 days.*

***Keywords****: Hypertension, Red Ginger, Soak Feet*
**Cite this as:** Bahtera, Y.P.M., Setiawan, H. Asuhan Keperawatan Ny. FW dengan Hipertensi Melalui Intervenasi Rendam Kaki Air Jahe Hangat di Desa Sungai Alang Kecamatan Karang Intan. Nerspedia. 2024;6(1):58-63.

## PENDAHULUAN

Di Indonesia hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat utama dan merupakan termasuk kedalam salah satu penyakit tidak menular. Berdasarkan data *Word Health Organization* (WHO) pada tahun 2017 sekitar 972 juta orang di seluruh penjuru dunia mederita hipertensi atau kurang lebih sekitar 1 dari 3 orang mengalami hipertensi. Prevelensi penderita penyaki hipertensi ini akan terus meningkat pada tiap tahunnya, diprediksi tahun 2025 masyarakat yang akan menderita hipertensi ada sebanyak 1,5 Miliar orang yang akan terdampak

**Tabel 1.1** Hasil Pengukuran Tekanan Darah

| Intervensi, Hari/Tanggal | Tekanan Darah (mmHg) | |
|---|---|---|
| | **Sebelum** | **Sesudah** |
| Pengkajian<br>Senin, 27 Desember 2021 | 220/122 mmHg | - |
| Intervensi Pertama<br>Selasa, 28 Desember 2021 | 188/112 mmHg | 177/113 mmHg |
| Intervensi Kedua<br>Rabu, 29 Desember 2021 | 188/121 mmHg | 188/108mmHg |
| Intervensi Ketiga<br>Kamis, 30 Desember 2021 | 172/117 mmHg | 169/129mmHg |
| Intervensi Keempat<br>Jum'at, 31 Desember 2021 | 175/107 mmHg | 165/106 mmHg |
| Intervensi Kelima<br>Sabtu, 1 Januari 2022 | 185/123 mmHg | 169/113 mmHg |
| Intervensi Keenam<br>Minggu, 2 Januari 2022 | 165/103 mmHg | 163/105 mmHg |

hipertensi dan diprediksi pada setiap tahunnya 10.4 juta orang akan meninggal dunia yang diakibat hipertensi berserta dengan komplikasi lainnya[i].

Angka kejadian hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 menunjukkan penduduk yang menderita hipertensi sebanyak (34.1%). Jumlah perempuan yang menderita hipertensi (36.8%) lebih banyak dari penderita hipertensi pada laki-laki (31.3%), jumlah penderita hipertensi akan semakin meningkat bersamaan dengan menambahnya usia. Hipertensi yang paling banyak diderita di area perkotaan (34.4%) dibandingkan pada area pedesaan (37.2%). Prevelensi terbanyak penderita hipertensi berada pada provinsi Bangka Belitung sebanyak (30.9%), sebanyak (30.8%) pada provinsi Kalimantan Selatan, sebanyak (29.6%) pada provinsi Kalimantan Timur dan pada provinsi Jawa Barat sebanyak (29.4%). Di Indonesia sendiri angka kejadian hipertensi yang menyerang lansia terjadi sebanyak (45.9%) pada usia 55-64 tahun, sebanyak (57.6%) usia 65-74 tahun dan usia lebih dari 75 tahun sebanyak (63.8%)[ii].

Merujuk pada Rencana Induk Penelitian Universitas Lambung Mangkurat 2020-2024 (RIP ULM) sebagai acuan untuk membuat Universitas Lambung Mangkurat yang berfokus pada pengembangan dilahan basah pada kawasan Asia-Pasifik pada tahun 2027[iii]. Sasaran yang difokuskan pada kesehatan lingkungan lahan basah berpotensi menyebarkan penyakit menular dan tidak menular jenis tertentu dan meningkatkan indeks penyakit degeneratif, disamping potensi positifnya yang unik seperti obesitas, diabetes, kanker jantung, dan hipertensi yang kali ini menjadi penyakit tertinggi dalam daftar 10 penyakit terbanyak yang tercatat pada UPT Puskesmas Karang Intan 2 pada 10 penyakit terbanyak yang didapatkan, jumlah orang yang menderita hipertensi berada di peringkat pertama pada bulan November 2021. Hipertensi juga menjadi penyakit terbanyak peringkat pertama pada bulan Agustus, September dan Oktober 2021. Dari data yang didapatkan terdapat 1852 jumlah penduduk yang ada di desa Sungai Alang, terdiri dari 941 laki-laki dan 911 perempuan[iv].

Hipertensi menjadi salah satu penyakit yang berkontribusi terhadap kematian sebanyak 13,5% dari seluruh angka kematian[v]. Sering kali penderita hipertensi ini tidak memiliki gejala, maka dari itu para penderita hipertensi ini seringkali tidak menyadari sampai terjadi komplikasi komplikasi seperti kerusakan organ, sehingga hipertensi ini sering dijuluki sebagai penyakit *silent killer*. Aterosklerosis atau terjadinya penebalan pada diding pembuluh darah arteri yang menyebabkan hilangnya elastisitas pembuluh darah menjadi salah satu penyebab utamanya hipertensi[vi]. Hipertensi sering menjadi salah satu masalah utama yang serius pada setiap negara, karena merupakan salah satu masalah di kesehatan yang kedatangannya tidak disadari oleh orang yang menderitanya dan kesadaran diri untuk memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan. Komplikasi-komplikasi yang sering disebabkan oleh hipertensi jika tidak segera diobati seperti kerusakan otak, serangan stroke, infark miokard akut, gagal ginjal dan kejang serta dapat yang lebih parah dapat menyebabkan kematian[vii].

Terapi komplementer tambahan yang dapat dikerjakan secara mandiri dan berbahan dasar alami salah satunya adalah dengan melakukan rendam kaki dengan air jahe hangat (hidroterapi kaki). Menggunakan rendaman kaki dengan air hangat akan meningkatkan sirkulasi pembuluh dalam darah, dapat mengurangi pembengkakan dan meingkatkan pada sirkulasi otot. Rendam hangat akan menimbulkan respon lokal terhadap panas sehingga melalui stimulasi ini akan mengirimkan impuls dari perifer langsung menuju pada hipotalamus yang terdapat pada otak, reaksi sistemik yang akan terjadi melalui proses pelebaran sirkulasi pembuluh darah[viii]. Melakukan mendam kaki dengan air hangat ini juga dapat digabungkan dengan menggunakan alami seperti bahan bahan herbal yaitu jahe. Kandungan senyawa kimia *Gingerol* yang terdapat dalam jahe dapat digunakan untuk mengurangi aliran kalsium yang terdapat pada aliran sel dalam pembuluh darah sehingga saat terjadinya vasodilatasi/vasokonstriksi pada pembuluh darah yang akan memicu terjadinya kontraksi otot polos akan menurun pada dinding pembuluh darah arteri, sehingga akan dapat menyebabkan terjadinya penurunan pada tekanan darah. Kandungan kalium yang terdapat juga didalam jahe yang akan menghambat dari perilisan renin angiotensin yang kemudian akan meningkatkan pembuatan natrium serta air, yang kemudian penimbunan natrium dan air yang terjadi didalam darah akan berkurang sehingga meyebabkan terjadinya penurunan pada tekanan darah[ix].

Berdasarkan uraian diatas, maka sangat penting dilakukan asesmen keperawatan secara komprehensif untuk menetapkan bagaimana cara menurunkan tekanan darah (Hipertensi) dengen non-farmakologi.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus, melalui metode pendekatan asuhan keperawatan komprehensif yang meliputi pengkajian, penegakan diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Studi kasus dilakukan dari bulan Desember 2021 – Januari 2022. Pertemuan yang dilakukan terdiri dari 7 pertemuan yaitu 1 kali pengkajian dan 6 kali implementasi yang dilakukan dari tanggal 27 Desember 2021 – 03 Januari 2022. Studi kasus dilakukan di Desa Sungai Alang, Kecamatan Karang Intan, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan kepada Ny. FW dengan tekanan darah tinggi (hipertensi). Peneliti mendapatkan data-data pasien melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Peneliti telah mendapatkan persetujuan dari pasien untuk melakukan implementasi asuhan keperawatan.

Intervensi utama yang dilakukan yaitu penerapan rendam kaki dengan air jahe hangat yang dilakukan 1 hari 1 kali selama 7 hari pada jam 08.30 WITA. Sebelum dilakukan pemberian rendam kaki dengan air jahe

hangat dilakukan pengukuran tekanan darah terlebih dahulu. Setelah itu dilakukan pemberian rendam kaki dengan air jahe hangat selama ± 10 menit. Kemudian, 30 menit setelah diberikan intervensi dilakukan evaluasi pengukuran tekanan darah sesudah dilakukan pemberian rendam kaki dengan air jahe hangat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian pada 27 Desember 2021 didapatkan klien bernama Ny. FW (55 tahun), tinggal di Desa Sungai Alang, Kecamatan Karang Intan, beragama Islam, klien tinggal bersama anak dan cucunya, pekerjaan klien Pedagang, Suku klien Banjar. Hasil pengkajian fisik keadaan umum klien baik, segala aktivitas sehari-hari dapat dilakukan secara mandiri. Berat badan klien saat ini adalah ±55 Kg dan tinggi badan 148 cm. Pada pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah klien 220/122 mmHg, frekuensi pernapasan 18 kali permenit, frekuensi nadi 98 kali permenit, suhu tubuh 36,7°C. Sistem eliminasi, kebutuhan nutrisi, kebutuhan istirahat dan tidur serta personal hygiene klien tidak ada masalah. Keluhan Utama Klien: Klien mengatakan sejak 6 tahun yang lalu terdiagnosis medis Hipertensi, mengeluhkan nyeri pada leher belakang dan terasa berat sudah 3 hari ini leher belakang nyeri dan terasa berat, klien juga mengatakan tidur tidak nyenyak sering terbangun pada malam hari dan tidak bisa tidur kembali. Klien terkadang memeriksakan Tekanan Darah ke Puskesmas Karang Intan 2 dan diberi obat penurun tekanan darah, namun sekarang obatnya jarang diminum karena klien hanya minum obat pada saat keluhan yang berat muncul dan membuat klien jadi lebih sering BAK. Klien mengatakan mengkonsumsi obat penurun tekanan darah pada saat keluhan berat muncul. Klien mengatakan makan buah sangat jarang sekali. Klien mengatakan juga tidak pernah melakukan olahraga. Klien mengatakan memiliki riwayat hipertensi dari ibu klien. Klien terkadang mengeluhkan nyeri pada leher belakang dan terasa berat, Klien juga mengatakan nyeri pada telapak kaki sudah 1 minggu ini dengan skala nyeri 3 (nyeri ringan), juga mengatakan sering mengalami nyeri pada telapak kaki kiri. Pengkajian Skala Nyeri: P : Telapak kaki kiri terasa nyeri saat beraktivitas, Q : Nyeri tusuk, R : Telapak Kaki sebelah kiri, S : 3 (nyeri ringan), T : Hilang timbul (10-15 menit).

Berdasarkan hasil pengkajian tersebut didapatkan bahwa masalah keperawatan yang dapat muncul adalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan (00078) dengan NOC Kontrol Gejala (1608) dan dengan NIC Pengajaran: Proses Penyakit (5602), sedangkan untuk diagnosis keperawatan yang kedua yaitu Nyeri akut (00132) dengan NOC Kontrol Nyeri (1605) dan dengan NIC Manajemen Nyeri (1400). Implementasi keperawatan yang diberikan kepada Ny. FW selama 6 hari berupa rendam kaki dengan air jahe hangat, dan pendidikan kesehatan. Setelah dilakukan tindakan terdapat penurunan tekanan darah sebagai berikut;

Hasil implementasi dan evaluasi asuhan keperawatan setelah dilakukan 6 hari dengan intervensi utama rendam kaki dengan air jahe hangat, masalah dapat teratasi dengan mengontrol tekanan darah dari 177/113 mmHg menjadi 163/105 mmHg. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sani & Fitriyani (2021) diperoleh hasil terdapat pengaruh pada penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dari pemberian Rendam Kaki Rebusan Air Jahe Merah, pada 42 responden lansia yang mengalami hipertensi, dengan hasil kisaran tekanan darah responden tekanan darah sistolik 149.05 mmHg sebelum dan setelah diberikan terapi rendam kaki dengan rebusan air jahe merah turun menjadi 135.83 mmHg dan sedangkan pada tekanan darah diastolik 78.7 mmHg terjadi juga mengalami penurunan menjadi 75.95 mmHg. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapatnya pengaruh tekanan darah pada penderita hipertensi terhadap pemberian rendam kaki rebusan air jahe merah[x].

Hasil penelitian (Rizqi, 2018) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa penelitian yang dilakukan dalam jangka waktu 2 pekan dengan melakukan pemberian terapi komplementer berupa merendam kaki dengan air jahe hangat sebanyak 6 pemberian pada 17 responden dengan hipertensi, dengan hasil penelitian terjadinya penurunan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi sesudah dilakukan pemberian rendam kaki air jahe hangat[xi]. Berdasarkan kandungan senyawa kimia yang terdapat didalam rimpang jahe, jahe merah sendiri sangat banyak memiliki kelebihan dari pada dengan jahe lainnya seperti pada jahe merah komposisi minyak atsiri didalam jahe merah itu sendiri dibanding dengan kandung pada jahe lainnya lebih tinggi (2.58-2.72%), sehingga bahan baku obat lebih banyak menggunakan jahe merah[xii]. Senyawa *Gingerol* yang terdapat didalam jahe merah memberikan manfaat memberikan aroma yang tajam dan rasa pedas dan hangat. Rasa hangat yang ditimbulkan oleh jahe dapat memicu dari pelepasan hormon adrenalin sehingga dapat memperlebar aliran pada pembuluh darah yang dapat menimbulkan efek dengan memperlancar dan mempercepat pada aliran darah sehingga kinerja jantung akan lebih ringan, dapat juga membantu sistem pencernaan dalam tubuh, kandungan *Gingerol* ini juga dapat mencegah gumpalan darah dan kadar kolesterol dapat menurun sumbatan pada aliran pembuluh darah yang menjadi faktor utama penyebab stroke, dapat juga mengurangi rasa mual serta muntah, dan dapat mencegah terjadinya kerusakan sel dalam tubuh[xiii]. Kelebihan dari implementasi pemberian terapi rendam kaki menggunakan air jahe hangat, merendam kaki dengan rebusan jahe merah dapat meningkatkan sirkulasi pada aliran darah dan dapat meningkatkan relaksasi otot dalam badan manusia. Kandungan *Gingerol* yang terdapat pada jahe dapat membuat kulit terasa hangat saat dilakukan rendaman kaki[xiv].

## KETERBATASAN

Peneliti menyadari bahwa penelitian banyak memiliki keterbatasan dalam pelaksanaannya. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu peneliti saat memberikan rendaman kaki dengan air jahe hangat tidak mengukur suhu air yang digunakan saat merendam kaki. Selain itu, terapi farmakologi, diet, dan aktifitas fisik klien juga dapat mempengaruhi hasil pengukuran tekanan darah klien. Maka dari itu perlunya dilakukan pengontrolan terhadap variabel tersebut pada penelitian yang selanjutnya untuk mengukur efektifitas pemberian intervensi rendam kaki dengan air jahe hangat sehingga hasilnya akan lebih akurat

## ETIKA PENELITIAN

Etika penelitian yang digunakan yaitu informed consent secara lisan dan telah mendapatkan persetujuan dari klien untuk diberikan asuhan keperawatan berupa pemberian jus tomat. Peneliti menerapkan aspek etika keperawatan berupa autonomy yaitu kebebasan pasien untuk memilih, beneficience yaitu melakukan tindakan yang bermanfaat untuk klien, dan non maleficience yaitu berbuat hal yang tidak merugikan klien

## KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan dalam proses penelitian. Penelitian dilakukan sesuai prosedur. Penelitian tidak berhubungan dengan kepentingan pihak lain atau manapun.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Institusi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, Puskesmas Karang Intan 2, dan kepada Desa Sungai Alang Kecamatan Karang Intan yang sudah membantu, mendukung dan memfasilitasi dalam pelaksanaan penelitian. Penulis mengungkapkan terima kasih yang sebesar besarnya kepada pihak yang sudah mendukung selama penelitian ini.

## PENUTUP

Kesimpulan pada penelitian ini dari hasil implementasi dan evaluasi asuhan keperawatan setelah dilakukan 6 hari dengan intervensi utama rendam kaki menggunakan air jahe hangat, sehingga masalah dapat teratasi yaitu mengontrol tekanan darah dari 177/113 mmHg menjadi 163/105 mmHg. Jahe merah mengandung minyak atsiri dan senyawa *Gingerol* mengeluarkan rasa hangat dapat memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah lancar.

## DAFTAR PUSTAKA


1. Kemenkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
2. Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. Banjarmasin: Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan, 2018.
3. Universitas Lambung Mangkurat. 2020. "Rencana Induk Penelitian 2020-2024". Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Universitas Lambung Mangkurat Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat.
4. Puskesmas Karang Intan 2. (2021). Data Kunjungan Puskesmas Karang Intan 2. Karang Intan: Puskesmas Karang Intan 2
5. Brooks, GF., Carroll KC, Butel JS, Morse, and all (2013). Mikrobiologi Kedokteran Jawetz, Melnick, & Adelberg. Ed. 25. Penerbit Buku Kedokteran EGC: Jakarta
6. Kholish, N. (2011). Bebas Hipertensi Seumur Hidup Dengan Terapi Herbal. Yogyakarta: Read Books.
7. Utaminingsih, Wahyu. (2015) Mengenal & Mencegah Penyakit Diabetes, Hipertensi, Jantung dan Stroke Untuk Hidup Lebih Berkualitas. Yogyakarta: Media Ilmu.
8. Potter, P.A & Perry, A.G. (2017). Buku Ajar Fundamental Keperawatan:Konsep, Proses, & Praktik. Edisi 6 Volume 2. Jakarta: EGC.
9. Braga, S. S. (2019). Ginger: Panacea or Consumer's Hype? Applied Sciences 2019, Vol. 9, Page 1570, 9(8), 1570. https://doi.org/10.3390/APP9081570
10. Sani, F. N., & Fitriyani, N. (2021). Rendam Kaki Rebusan Air Jahe Merah Berpengaruh terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 14(1), 67. https://doi.org/10.48144/jiks.v14i1.534
11. Rizqi, A. (2018). Efektivitas Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Jahe Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Werdha Pucang Gading Semarang. Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan, 1–13.
12. Setyaningrum, H.D., & Saparinto, C. (2013). Jahe. Jakarta: Penebar swadaya
13. Kurniawati, N. (2013). Sehat dan Cantik Alami Berkat Khasiat Bumbu Dapur.Bandung: Qanita
14. Hafida, N. (2019). Bukan Jahe Biasa, ini 10 Khasiat Jahe Merah yang lebih Nendang Manjurnya