

Pengaruh Pemberian Terapi Rendaman Air Hangat Dan Garam Terhadap Hipertensi Melalui Aplikasi Teori Virginia Henderson Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Manna Tahun 2022

Nivi Sartika¹, Kartika Murya Ningrum²

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dehasen Bengkulu

ABSTRAK

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbidity) dan angka kematian/ mortalitas. Penatalaksanaan penderita hipertensi yaitu farmakologis dan non farmakologis, untuk mengurangi efek samping dari penggunaan bahan kimia berkepanjangan lebih baik menggunakan cara non farmakologis dengan melakukan terapi rendam kaki menggunakan air hangat dan garam. Pemberian terapi rendaman air hangat dan garam bermanfaat untuk vasodilatasi aliran darah sehingga dapat mengurangi tekanan darah.

Tujuan umum studi kasus ini adalah untuk menerapkan teori keperawatan Virginia Henderson pada pasien hipertensi dengan melakukan dan mengajarkan terapi rendaman air hangat dan garam untuk mengetahui pengaruhnya terhadap penurunan tekanan darah. Penelitian ini juga dilakukan untuk mengetahui apakah teori Virginia Henderson dapat diaplikasikan pada pasien hipertensi dengan yang diberi terapi rendaman air hangat dan garam.

Metode studi kasus ini adalah metode kualitatif dengan strategi penelitian *Case study research*. Jenis studi kasus saat melakukan asuhan keperawatan adalah *Case study research* dengan mengaplikasikan teori model keperawatan Virginia Henderson pada pasien yang menderita hipertensi.

Hasil asuhan keperawatan pada klien dengan hipertensi menggunakan teori Virginia Henderson antara lain: Pengkajian 14 kebutuhan dasar manusia, Observasi dan Penetapan Masalah, Intervensi dan implementasi keperawatan, Evaluasi keperawatan. Masalah dan Diagnosa yang ditetapkan adalah Ketidakmampuan Pemenuhan Kebutuhan Belajar mengendalikan tekanan darah. Sedangkan intervensi keperawatan yang disusun diarahkan pada bantuan untuk menurunkan tekanan darah dengan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam. Teori Virginia Henderson ini dapat diterapkan dan diaplikasikan dengan baik dalam perawatan berfokus pada kasus hipertensi.

Diharapkan pemberian terapi rendaman air hangat dan garam dapat dijadikan terapi komplementer sebagai tindakan mandiri yang dilakukan secara teratur untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yang dapat digunakan oleh masyarakat.

Kata Kunci : Hipertensi, Virginia Henderson, Terapi Rendaman Air Hangat Dan Garam

PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi disebut the silent killer karena termasuk penyakit yang mematikan, penyakit ini dapat menyerang siapa saja baik muda maupun tua. Hipertensi adalah penyakit kelainan jantung dan pembuluh darah yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan keadaan perubahan dimana tekanan darah meningkat secara kronik (Fildayanti, 2020).

Data World Health Organization (WHO) menunjukkan satu miliar orang di dunia menderita Hipertensi, 2/3 diantaranya berada di Negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Prevalensi Hipertensi akan terus meningkat dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia terkena Hipertensi. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun, dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara yang 1/3 populasinya menderita Hipertensi sehingga dapat menyebabkan peningkatan beban biaya kesehatan (Uliya & Ambarwati, 2020).

Prevalensi Hipertensi di Indonesia menduduki peringkat ke delapan dalam kelompok penyakit tidak menular (PTM) yang ditimbulkan dari penyakit kardiovaskuler. Prevalensi Hipertensi nasional berdasarkan Riskesdas 2013 sebesar 25,8%, sedangkan hasil Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi hasil pengukuran tekanan darah, Hipertensi naik dari 25,8% menjadi 34,1%. Berdasarkan Kemenkes RI (2018), prevalensi Hipertensi di Jawa Tengah berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur >18 tahun didapatkan 37,57%. Dan di Kota Magelang sendiri memiliki prevalensi hipertensi 39,02% berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur >18 tahun (Kemenkes RI, 2018).

Penyebab pasti dari Hipertensi esensial sampai saat ini masih belum dapat diketahui. Berbagai faktor yang diduga dapat menjadi penyebab Hipertensi primer, seperti bertambahnya umur, stress psikologis, dan hereditas (keturunan). Hipertensi sekunder yang penyebabnya dapat diketahui, antara lain kelainan pembuluh darah ginjal, gangguan kelenjar tiroid (hipertiroid), penyakit kelenjar adrenal (hiperaldosteronisme), dan lain-lain (Wulandari et al., 2016). Pada umumnya, penderita hipertensi esensial tidak memiliki keluhan. Keluhan yang dapat muncul antara lain nyeri kepala, gelisah, palpitasi, pusing, leher kaku, penglihatan kabur, nyeri dada, mudah lelah, dan impotensi (Johanes, 2019). Komplikasi dari Hipertensi akan menimbulkan stroke, gagal jantung, dan ginjal sehingga tindakan keperawatan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi secara nonfarmakologis yaitu dengan cara rendam kaki menggunakan air hangat (Uliya & Ambarwati, 2020).

Terapi farmakologis dari hipertensi adalah ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan obat-obatan dan penatalaksanaan medis, seperti golongan diuretik, penghambat adrenergic, ACE-inhibitor, angiotensin-II-bloker, angiotensin kalsium dan vasodilator. Dan terapi non farmakologis adalah tindakan non medis yang terdiri dari latihan fisik, menghindari alkohol, berolahraga teratur, menghindari stress, pendidikan kesehatan, menghentikan rokok, dan alternatifnya dilakukan pengobatan (hydrotherapy) yang sebelumnya dikenal sebagai hidropati (hydropathy) adalah metode pengobatan menggunakan air untuk mengobati atau meringankan kondisi yang menyakitkan dan merupakan metode terapi dengan pendekatan "lowtech" yang

mengandalkan pada respon respon tubuh terhadap air. Hidroterapi rendam air hangat merupakan salah satu jenis terapi alamiah yang bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi edema, meningkatkan relaksasi otot, menyehatkan jantung, mengendorkan otot otot, menghilangkan stress, nyeri otot, meringankan rasa sakit, meningkatkan permeabilitas kapiler, memberikan kehangatan pada tubuh sehingga sangat bermanfaat untuk terapi penurunan tekanan darah pada Hipertensi, dan prinsip kerja dari hidroterapi ini yaitu dengan menggunakan air hangat yang bersuhu sekitar 40,5-43C secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot (Uliya & Ambarwati, 2020).

Metode perendaman kaki dengan air hangat memberikan efek fisiologis terhadap beberapa bagian tubuh organ manusia seperti jantung. Tekanan hidrostatik air terhadap tubuh mendorong aliran darah dari kaki menuju kerongga dada dan darah akan berakumulasi di pembuluh darah besar jantung. Hidroterapi rendam air hangat ini sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya mahal, dan tidak memiliki efek samping berbahaya (Fidayanti, 2020). Garam adalah kumpulan senyawa kimia dengan penyusun terbesar adalah natrium klorida (NaCl). Secara normal tubuh dapat menjaga keseimbangan antara natrium diluar sel dan kalium didalam sel jika kadar natrium tersebut didalam tubuh. Hormon aldosteron menjaga agar konsentrasi natrium di dalam darah pada nilai normal. Keseimbangan cairan juga akan terganggu bila seseorang kehilangan natrium dan air akan memasuki sel untuk mengencerkan natrium dalam sel sehingga cairan ekstraseluler akan menurun. Perubahan ini dapat menurunkan tekanan darah (Uliya & Ambarwati, 2020).

Metode berdasarkan hasil penelitian Fidayanti (2020) & Ambarwati (2020) perendaman kaki dengan kaki air hangat dicampur dengan garam dirasa sangat bisa menjadi solusi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah tinggi, dengan menggunakan metode ini diharapkan dapat menurunkan efek dari ketergantungan obat penurun tekanan darah dan menjadi terapi non farmakologi bagi penderita hipertensi. Di samping itu dengan menggunakan metode perendaman air hangat lebih efisien, ekonomis, dan lebih aman untuk menurunkan Hipertensi.

Agar pemenuhan pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi dalam batas normal, diperlukan pemahaman dan keterampilan dari perawat untuk dapat membantu klien mencapai kemandirian dalam memenuhi kebutuhan dasar manusia. Menurut Asmadi (2008) Virginia Henderson memperkenalkan definisi keperawatan. Definisinya tentang keperawatan dipengaruhi oleh latar belakang pendidikannya dan kecintaanya dengan keperawatan saat la melihat korban-korban perang dunia. Ia mengatakan bahwa definisi keperawatan harus menyertakan prinsip kesetimbangan fisiologis. Menurutnya, "tugas unik perawat ialah membantu individu, baik dalam keadaan sakit maupun sehat, melalui usahanya melakukan berbagai aktifitas guna mendukung kesehatan dan penyembuhan individu atau proses meninggal dengan damai" dengan begitu maksud dari teori Virginia Henderson yaitu menjelaskan bahwa tugas perawat adalah berusaha mengembalikan kemandirian individu dalam memenuhi 14 komponen kebutuhan dasar (Susanto.,dkk, 2015).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk mengaplikasikan hasil riset tentang Pengaruh Pemberian Terapi Rendaman Air Hangat Dan Garam Terhadap Hipertensi

Melalui Aplikasi Teori Virginia Henderson Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Manna Tahun 2022.

METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan Case Study research. Variabel penelitian ini adalah 14 kebutuhan dasar manusia, Terapi Rendaman Air Hangat Dan Garam dan Hipertensi. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode non-probability sampling melalui purposive sampling. Jumlah sampel dalam penelitian ini 2 responden dengan diagnosis Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Manna yang memenuhi kriteria inklusi. Waktu penelitian \pm 7 hari pada bulan Agustus 2022. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan kuesioner format pengkajian empat belas kebutuhan dasar berdasarkan teori keparawatan Virginia Henderson.

HASIL PENELITIAN

A. Pengkajian

1. Biologi

Dari pengkajian, Kedua pasien dengan penyakithipertensi bernama Tn.S dan Tn. B berusia 56 tahun dan 60 tahun. Keduanya tinggal di kabupaten kepahiang. pada saat pengkajian dirumah klien pada tanggal 5 Juli 2021 jam 10.00 WIB, klien mengatakan punggung terasa berat, klien mengatakan pusing, klien mengatakan terkadang susah tidur, klien mengatakan tekanan darah terakhir pada tanggal 30 Juni 2021 150/90 mmHg. Riwayat masa lalu, klien mengatakan memiliki riwayat hipertensi sudah sejak 1 tahun yang lalu. BB pasien 70 kg dengan tinggi badan 160 cm didapatkan hasil Indeks Masa Tubuh 27,3 merupakan kelebihan berat badan. klien mengatakan nyeri, penyebab (P): hipertensi, kualitas (Q): kaku-kaku, terasa tegang, lokasi (R) : kepala bagian belakang menjalar sampai tengkuk dan kadang ke punggung. skala (S) : 4/sedang, waktu (T) : hilang timbul. klien mengatakan pusing dan terkadang sulit tidur. Data Objektif klien tampak memegang punggung yang terasa berat,tekanan darah 163/105 mmHg.

2. Psikologis

klien berkomunikasi dengan baik Cukup kooperatif. Dalam Berkomunikasi, Kedua klien cukup kooperatif dan menggunakan bahasa daerah ketika berkomunikasi dengan keluarga, dan orang sekitar lingkungan. klien berekspresi sesuai dengan keadaan yang di ceritakannya, ketika ia mengeluh nyeri ekspresi klien meringis. Kadang klien berobat ke bidan di dekat rumah jika sudah merasakan gejalaan tekanan darah tinggi.

3. Sosiologi

Tn. S Sehari-hari klien bekerja di kebun sebagai petani. Klien jarang olahraga dan menganggap pekerjaannya sama seperti olahraga. Sehari-hari klien bekerja di kebun sebagai petani. Klien jarang olahraga karena sering berangkat pagi-pagi sekali dan pulang malam. Jadi jarang sempat berolahraga. Kedua klien Sebelum sakit klien, Ketika

tidak bekerja, klien biasanya bersantai di beranda rumah sambil mengobrol dengan tetangga. Saat sakit, klien hanya menonton saja di rumah atau Terkadang cucu klien datang berkunjung dan bermain Bersama klien.

4. Spiritual

Berdasarkan data hasil pengkajian tentang Kepercayaan Agama dan Ibadah. Kedua klien Klien sholat 5 waktu dan mendengarkan ceramah agama Ketika sholat jumat.

Hasil pengkajian dianalisa untuk menentukan komponen 14 kebutuhan dasar manusia menurut teori Virginia Henderson, selanjutnya ditegakkan diagnosa keperawatan. Format *nursing assessment* sebagai instrument disusun berdasarkan teori Henderson. Selanjutnya dilakukan nursing assessment mendalam pada klien dengan tuberculosis paru. Data hasil assessment lalu dianalisis dan dikelompokkan, untuk ditentukan masalah keperawatan yang muncul.

B. Observasi dan Penetapan Masalah

Diagnosa keperawatan adalah pernyataan yang menguraikan hasil pengkajian aktual atau potensial dari Klien terhadap masalah kesehatan dan perawat dan juga mempunyai izin dan berkompeten untuk mampu mengatasinya. Respon aktual dan potensial Klien diketahui dari data dasar yang didapat hasil pengkajian, tinjauan literatur yang berkaitan, Riwayat medis Klien pada masa lalu yang dikumpulkan selama pengkajian (Potter dan Perry, 2005).

Peneliti menemukan dua masalah yang sama pada pasien 1 dan 2, yaitu Pemenuhan Peneliti menemukan dua masalah yang sama pada pasien 1 dan 2, yaitu ditemukan pada pasien yaitu Ketidakmampuan Pemenuhan Kebutuhan Belajar. Kebutuhan belajar ini terkait pengendalian tekanan darah pada klien.

C. Intervensi Keperawatan

Intervensi (perencanaan) adalah kategori dalam prilaku keperawatan dimana tujuan yang terpusat pada pasien dan hasil yang diperkirakan dan ditetapkan sehingga perencanaan keperawatan dipilih untuk mencapai tujuan tersebut (Potter dan Perry, 2005). Intervensi yang dibuat untuk kedua klien bertujuan agar kedua klien dapat secara mandiri belajar mengendalikan tekanan darah dengan terapi rendamaan air hangat dan garam yang diajarkan oleh perawat. Pada masalah Ketidakmampuan Pemenuhan Kebutuhan Belajar intervensi yang diberikan yaitu monitor tekanan darah, ajarkan klien untuk melakukan aplikasi terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam untuk menurunkan tekanan darah, berikan terapi nonfarmakologi dengan aplikasi rendam kaki air hangat dengan campuran garam, mengajarkan teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri. Selain itu, juga dilakukan pengukuran tanda-tanda vital untuk memonitor keadaan atau kondisi klien secara umum.

D. Implementasi Keperawatan

Masalah Ketidakmampuan Pemenuhan Kebutuhan Belajar implementasi yang dilakukan yaitu memonitor tekanan darah, mengajarkan klien untuk melakukan aplikasi terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam untuk menurunkan tekanan darah, memberikan terapi nonfarmakologi dengan aplikasi rendam kaki air hangat dengan campuran garam, dan mengajarkan teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri,

mengukur tanda-tanda vital untuk memonitor keadaan atau kondisi klien secara umum. Implementasi dilakukan selama 6 hari.

E. Evaluasi

Dari hasil evaluasi penulis, Respon yang didapatkan Tn. T pada kunjungan pertama yaitu punggung terasa berat, terkadang sulit tidur, serta tekanan darah 163/105 mmHg. Setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam selama 6 kali tindakan dilakukan setiap kali tindakan 15-20 menit respon yang didapatkan yaitu klien mengatakan punggung sudah tidak terasa berat, bisa tidur saat malam hari dengan nyenyak, serta untuk tekanan darah sudah turun yaitu 128/82 mmHg. Menurut hasil studi kasus penerapan rendam kaki air hangat diperoleh hasil adanya penurunan tekanan darah yang dilakukan pada dua responden, kedua klien sudah tidak merasakan punggung yang terasa berat, sudah bisa tidur dengan nyenyak, badan sudah rileks, dari tekanan darah sebelumnya 160/100 mmHg menjadi 130/90 mmHg dan 170/90 mmHg menjadi 135/85 mmHg. Berdasarkan kedua kasus diperoleh hasil rata-rata tekanan darah mengalami penurunan.

Pembahasan

Menurut *European Society of Cardiology* Hipertensi tingkat 1 pada kategori ini tekanan darah sistolik 140-159 mmHg dan tekanan diastolik 100-109 mmHg (Suling, 2018). Data tersebut merupakan tanda dan gejala hipertensi. Data tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kasron et al., (2020) bahwa tanda dan gejala hipertensi yang muncul yaitu perubahan pada retina, sakit kepala, pusing, sulit bernafas, dan gangguan tidur.

Metode perendaman kaki dengan air hangat memberikan efek fisiologis terhadap beberapa bagian tubuh organ manusia seperti jantung. Tekanan hidrostatik air terhadap tubuh mendorong aliran darah dari kaki menuju kerongga dada dan darah akan berakumulasi di pembuluh darah besar jantung. Hidroterapi rendam air hangat ini sangat mudah dilakukan oleh semua orang, tidak membutuhkan biaya mahal, dan tidak memiliki efek samping berbahaya (Fildayanti, 2020).

Menurut teori Damayanti bahwa efek biologis panas atau hangat dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah, secara fisiologis respon tubuh terhadap panas yaitu menyebabkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan pembekuan darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatkan permeabilitas kapiler (Fildayanti, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Fildayanti (2020) & Ambarwati (2020) perendaman kaki dengan kaki air hangat dicampur dengan garam dirasa sangat bisa menjadi solusi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah tinggi, dengan menggunakan metode ini diharapkan dapat menurunkan efek dari ketergantungan obat penurun tekanan darah dan menjadi terapi non farmakologi bagi penderita hipertensi. Metode perendaman kaki air hangat dengan campuran garam memberikan efek fisiologis terhadap beberapa bagian tubuh organ manusia seperti jantung, tekanan hidrostatik air terhadap tubuh mendorong aliran darah dari kaki menuju kerongga dada dan darah akan berakumulasi di pembuluh darah besar jantung.

Kesimpulan dan Saran

Asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi dengan menerapkan rendam kaki air hangat dengan campuran garam menggunakan teori keperawatan Virginia Henderson dilakukan dengan menggunakan proses keperawatan mulai dari pengkajian 14 pemenuhan kebutuhan dasar manusia, Observasi dan Penetapan Masalah, Tindakan keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan.

Pada tahapan pengkajian, diketahui Kedua pasien dengan penyakithipertensi bernaama Tn.S dan Tn. B berusia 56 tahun dan 60 tahun. Keduanya tinggal di kabupaten kepahiang. pada saat pengkajian dirumah, klien mengatakan punggung terasa berat, klien mengatakan pusing, klien mengatakan terkadang susah tidur, klien mengatakan tekanan darah terakhir adalah 150/90 mmHg. Observasi dan Penetapan Masalah, ditemukan pada pasien yaitu Ketidakmampuan Pemenuhan Kebutuhan Belajar. Tindakan keperawatan yang disusun pada masalah Ketidakmampuan Pemenuhan Kebutuhan Belajar yaitu monitor tekanan darah, ajarkan klien untuk melakukanaplikasi terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam untuk menurunkan tekanan darah. Implementasi keperawatan dilakukan sesuai dengan rencana yang sudah ditetapkan, keluarga dilibatkan dalam setiap kegiatan sebagai agen keperawatan. Dari hasil evaluasi dilakukan bahwa masalah teratas. Ketidakmampuan Pemenuhan Kebutuhan Belajar dapat dapat teratasi dalam waktu 3 x 24 jam atau 6 kali pertemuan. Pada kunjungan keenam klien sudah tidak merasakan punggung yang terasa berat, sudah bisa tidur dengan nyenyak, badan sudah rileks, dan tekanan darah sebelumnya 160/100 mmHg menjadi 130/90 mmHg dan 170/90 mmHg menjadi 135/85 mmHg

Dari hasil penelitian ini diharapkan perawat mampu memberikan dan meningkatkan kualitas pelayanan dalam memberikan asuhan keperawatan kepada klien khususnya pada klien dengan masalah keperawatan hipertensi dengan pendekatan Virginia Henderson dengan mengajarkan teknik rendam kaki air hangat dengan campuran garam.

Daftar Pustaka

- Asmadi. 2008. Konsep Dasar Keperawatan. Jakarta: EGC.
- Fildayanti. (2020). Pengaruh Pemberian Rendam Kaki Air Dengan Air Hangat Campuran Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 01, 70–75. <https://stikeskskendari.e-journal.id/jikk>
- Johanes, A. S. (2019). Diagnosis Dan Tatalaksana Terbaru Pada Dewasa. *Cdk274*, 46(3), 172–178.
- Kasron, Susilawati, & Subroto, W. (2020). Pelatihan Progressive Muscle Relaxation (PMR) untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Penderita Hipertensi di Menganti Kabupaten Cilacap. *1*(1), 21–35.
- Kemenkes RI. (2018). Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018. In Kementerian Kesehatan RI.
- Suling, F. R. W. (2018). HIPERTENSI (A. Simatupang & Med (eds.); 1st ed., Issue 2). Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
- Susanto, Joko.,dkk. 2015. Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar. Jakarta: Selemba Medika