



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN KOMBINASI TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT
DAN TERAPI AKUPRESUR TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA MERANJAT II**

OLEH :

DINDA FITA ROSA, S.KEP

04064822427014

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
BAGIAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2024



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

**PENERAPAN KOMBINASI TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT
DAN TERAPI AKUPRESUR TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA MERANJAT II**

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan sebagai Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Ners

OLEH :

DINDA FITA ROSA, S.KEP

04064822427014

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
BAGIAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN**

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2024

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dinda Fita Rosa

NIM : 04064822427014

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Pendidikan Profesi Ners. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, 2 Oktober 2024



Dinda Fita Rosa

LEMBAR PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR

NAMA : DINDA FITA ROSA
NIM : 04064822427014
JUDUL : PENERAPAN KOMBINASI TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN TERAPI AKUPRESUR TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA MERANJAT II

Laporan Karya Ilmiah Akhir ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Laporan Karya Ilmiah Akhir Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Ners.

Indralaya, Oktober 2024

PEMBIMBING

Fuji Rahmawati S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 198901272018032001

(.....)

PENGUJI I

Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 198304302006042003

(.....)

PENGUJI II

Jaji, S Kep., Ns., M.Kep

NIP. 197605142009121001

(.....)

Mengetahui,

Koordinator Program Studi Profesi Ners



Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002



**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM PROFESI NERS**

**Karya Ilmiah Akhir, Oktober 2024
Dinda Fita Rosa, Fuji Rahmawati**

Penerapan Kombinasi Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Terapi Akupresur terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di Desa Meranjat II

X + 66 halaman + 5 tabel + 8 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Lanjut usia merupakan kelompok manusia yang telah memasuki tahapan terakhir dari kehidupan. Pada lansia umumnya akan terjadi kemunduran fisik, mental dan sosial. Salah satu contoh kemunduran fisik pada lansia adalah lansia rentan terhadap penyakit. Hipertensi adalah penyakit yang paling banyak diderita oleh lansia. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan komplikasi seperti gagal jantung, stroke, sindrom metabolik bahkan kematian. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengontrol tekanan darah pada lansia hipertensi yaitu dengan memberikan kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan terapi akupresur. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah lansia penderita hipertensi. **Metode:** Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada 3 lansia penderita hipertensi. **Hasil:** Hasil pengkajian didapatkan masalah keperawatan utama perfusi perifer tidak efektif. Intervensi yang diberikan adalah kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan terapi akupresur dapat menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Rata-rata tekanan darah sebelum diberikan intervensi pada Ny. R adalah 175/107.3 mmHg, Tn. R 212/109.3 mmHg dan Ny. K 203.6/108.3 mmHg. Setelah diberikan intervensi terjadi penurunan tekanan darah pada Ny. R 159/103.3 mmHg, Tn. R 195.3/96.3 mmHg dan Ny. K 195.3/96.3 mmHg. **Pembahasan:** Kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan terapi akupresur mempengaruhi suhu tubuh, menstimulasi saraf-saraf di superfisial kulit dan merangsang tubuh mengeluarkan hormon endorfin menurunkan fungsi saraf simpatis dan meningkatkan fungsi saraf parasimpatis sehingga terjadi vasodilatasi dinding pembuluh darah yang membuat peredaran darah menjadi lancar, memberikan efek tenang dan nyaman sehingga terjadi penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. **Kesimpulan:** Kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan terapi akupresur dapat dijadikan sebagai salah satu terapi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Kata Kunci : Lansia, Tekanan Darah, Terapi Rendam Kaki Air Hangat, Terapi Akupresur

Daftar Pustaka: 54 (2013-2024)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
DEPARTEMENT OF NURSING
NURSING PROFESSION PROGRAM**

**Final Scientific Paper, October 2024
Dinda Fita Rosa, Fuji Rahmawati**

Application of Combination of Warm Water Foot Soak Therapy and Acupressure Therapy to Reduce Blood Pressure in Elderly Hypertension Sufferers in Meranjat II Village

X + 66 pages + 5 tables + 8 attachments

ABSTRACT

Background: Elderly people are a group of people who have entered the final stage of life. In the elderly, physical, mental and social decline will generally occur. One example of physical decline in the elderly is that the elderly are susceptible to disease. Hypertension is a disease that is most commonly suffered by the elderly. Uncontrolled hypertension can cause complications such as heart failure, stroke, metabolic syndrome and even death. One effort that can be made to control blood pressure in hypertensive elderly people is by providing a combination of warm water foot soak therapy and acupressure therapy. **Objective:** To disclose the effect of a combination of warm water foot soak therapy therapy and and acupressure therapy therapy on reducing blood pressure in elderly people with hypertension. **Method:** The method used is descriptive qualitative with a case study approach on 3 elderly people with hypertension. **Results:** The results of the assessment showed that the main nursing problem was ineffective peripheral perfusion. The intervention given was a combination of warm water foot soak therapy and acupressure therapy to reduce blood pressure in elderly people with hypertension. Average blood pressure before intervention was given to Mrs. R was 175/107.3 mmHg, Mr. R 212/109.3 mmHg and Mrs. K 203.6/108.3 mmHg. Afer being given the intervention, there was a decrease in blood pressure of Mrs. R 159/103.3 mmHg, Mr. R 195.3/96.3 mmHg and Mrs. K 195.3/96.3 mmHg. **Discussion:** The combination of warm water foot soaks and acupressure therapy impacts body temperature, stimulates superficial skin nerves, and promotes endorphin release, which reduces sympathetic nerve activity and enhances parasympathetic function. This leads to vasodilation in the blood vessel walls, promoting smoother blood circulation and a calming, comforting effect, ultimately lowering blood pressure in elderly individuals with hypertension. **Conclusion:** The warm water foot soak therapy and acupressure therapy can be used as combination non pharmacological therapy to reduce blood pressure in elderly people with hypertension.

Keywords : Elderly, Blood Pressure, Warm Water Foot Soak Therapy, Therapy Acupressure

Bibliography : 54 (2013-2024)

HALAMAN PERSEMBAHAN



Puji dan syukur kupanjatkan kepada Allah SWT atas semua rahmat dan karunia-Nya yang telah membuatku mampu mencapai tahap ini. Alhamdulillah, setelah melalui perjalanan yang sangat panjang, akhirnya Karya Ilmiah Akhir ini dapat terselesaikan juga. Karya ini aku persembahkan untuk semua orang yang berarti dalam kehidupanku:

- ♥ Kedua orang tua tersayang Papa dan Mama yang selalu mendoakan, memberikan kasih sayang, semangat, mendengarkan keluhan, dan semuanya. Terima kasih atas kesabaran papa dan mama dalam membantu Ninda menyelesaikan segala perjalanan yang harus Ninda lalui dalam penyelesaian perkuliahan ini. Semoga suatu saat Ninda bisa membuat papa dan mama bangga dan bahagia dari hasil kerja keras Ninda nanti, aamiin.
- ♥ Kedua Kakak dan Kedua Ayukku tersayang yang telah memberikan dukungan baik secara materil maupun immateril, terima kasih atas semua semangat dan saran yang telah kalian berikan untuk Ninda. Selanjutnya, untuk semua keponakan kesayangan Dida yaitu Sheva, Nazia, Raka, dan Namira, terima kasih atas kasih sayang dan tingkah lucu kalian yang selalu membuat Dida terhibur. Semoga nanti anak-anak menjadi anak yang baik dan membanggakan ya, aamiin.
- ♥ Sahabat seperjuangan dalam menghadapi kehidupan sebagai Co-Ners terutama Cherly, Ira, Dinput dan semua anggota PRCONERS. Selamat karena kita sudah mampu menyelesaikan pendidikan dengan baik. Semoga kita bisa menjadi orang yang bermanfaat dan berguna dimanapun kita berada nanti.
- ♥ Buah kesayanganku, Nanas, terima kasih karena telah menemani, memberikan semangat, mendengarkan keluh kesah dan menghiburku sejak dulu hingga sekarang, dan semoga sampai nanti juga. Aku selalu berharap dan berdoa yang terbaik.

- ♥ Tata, adik sepupu ku tersayang, terima kasih sudah mendengarkan semua keluhan kesah ayuk selama menjalani kehidupan sebagai Co-Ners.
- ♥ Untuk diriku sendiri, Dinda, ternyata kamu bisa menyelesaikan perkuliahan yang sangat berat ini. Selamat karena sudah mencapai tahap ini, ayo tetap semangat karena ini adalah permulaan untuk mendapatkan ilmu dan gelar yang akan kamu sandang selamanya. Semoga kamu bisa menebarkan kebaikan untuk orang di sekitarmu, dan orang-orang yang membutuhkanmu, aamiin.

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan; Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

~ Q.S. Al-Insyirah:5-6 ~

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

Nama : Dinda Fita Rosa
Tempat, tanggal lahir : Palembang, 25 April 2002
Alamat : Jalan Silaberanti Kota Palembang, Sumatera Selatan
Agama : Islam

Riwayat Pendidikan

1. TK Kemala Bhayangkari 4 Palembang
2. SD Negeri 96 Palembang
3. SMP Negeri 15 Palembang
4. SMA Negeri 8 Palembang
5. Program Studi Keperawatan FK Universitas Sriwijaya

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir dengan judul “Penerapan Kombinasi Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di Desa Meranjat II”. Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Hikayati S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Koordinator Program Profesi Ners Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Bapak Khoirul Latifin, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Pembimbing Akademik penulis selama menempuh pendidikan di Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Fuji Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dosen Pembimbing Karya Ilmiah Akhir yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan saran kepada penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.
5. Ibu Putri Widita Muharyani, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Penguji I yang telah memberikan kritik, saran, & masukan kepada penulis dalam menyempurnakan karya ilmiah akhir ini.
6. Bapak Jaji, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Penguji II yang juga telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.
7. Semua klien dan keluarga klien yang telah bersedia terlibat dalam karya ilmiah akhir ini.
8. Kedua orang tua tersayang, serta sahabat-sahabat penulis yang telah luar biasa dalam memberikan dukungan selama menjalani Profesi Ners.

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan, sehingga kritik, saran, dan masukan yang membangun sangatlah diperlukan serta penulis berharap semoga karya ilmiah akhir ini dapat memberikan manfaat.

Indralaya, Oktober 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PENGESAHAN KARYA ILMIAH AKHIR.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	10
DAFTAR ISI.....	11
DAFTAR TABEL	14
DAFTAR LAMPIRAN	15
BAB I.....	16
PENDAHULUAN	16
A. Latar Belakang.....	16
B. Tujuan Penelitian.....	19
1. Tujuan Umum	19
2. Tujuan Khusus.....	19
C. Manfaat Penelitian.....	19
1. Manfaat Teoritis.....	19
2. Manfaat Praktis	20
D. Metode Penulisan	20
BAB II.....	22
TINJAUAN PUSTAKA.....	22
A. Konsep Hipertensi.....	22
1. Pengertian Hipertensi.....	22
2. Klasifikasi Hipertensi	22
3. Faktor Risiko Hipertensi	23
4. Tanda dan Gejala Hipertensi.....	25
5. Komplikasi Hipertensi.....	25
6. Penatalaksanaan Hipertensi.....	26
B. Konsep Lanjut Usia	28
1. Pengertian Lanjut Usia.....	28
2. Tipe-tipe Lanjut Usia.....	28
3. Perubahan-perubahan yang Terjadi pada Lanjut Usia	29
4. Tugas Perkembangan Lanjut Usia	30

C.	Konsep Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat	31
1.	Definisi Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat	31
2.	Manfaat Terapi Rendam Kaki	31
4.	Pedoman Suhu Air dalam Terapi Rendam Kaki	32
D.	Konsep Terapi Akupresur	32
1.	Definisi Akupresur	32
2.	Manfaat Terapi Akupresur	33
3.	Titik Meridian Akupresur untuk Tekanan Darah	33
4.	Mekanisme Terapi Akupresur terhadap Tekanan Darah	33
E.	Konsep Asuhan Keperawatan Gerontik	34
1.	Pengkajian Keperawatan Gerontik	34
2.	Diagnosis Keperawatan Gerontik	34
3.	Intervensi Keperawatan Gerontik	35
F.	Way Of Caution (WOC)	37
BAB III		44
GAMBARAN ASUHAN KEPERAWATAN		44
A.	Gambaran Hasil Pengkajian Keperawatan	44
B.	Gambaran Hasil Diagnosis Keperawatan	50
a)	Ny. R	50
b)	Tn. R	50
c)	Ny. K	50
C.	Gambaran Hasil Intervensi dan Implementasi Keperawatan	51
a)	Ny. R	51
b)	Tn. R	52
c)	Ny. K	53
D.	Gambaran Hasil Evaluasi Keperawatan	55
a)	Ny. R	55
b)	Tn. R	56
c)	Ny. K	57
BAB IV		59
PEMBAHASAN		59
A.	Pembahasan Kasus Berdasarkan Teori dan Hasil Penelitian Terkait Aplikasi Jurnal yang Digunakan	59
B.	Implikasi Keperawatan	64
C.	Dukungan dan Hambatan Selama Profesi	65
BAB V		66
PENUTUP		66

A. Kesimpulan	66
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	72

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi

Tabel 2.2 Pedoman Suhu Air

Tabel 2.3 Analisis PICO Artikel Penelitian Terkait

Tabel 3.1 Gambaran Hasil Pengkajian Keperawatan

Tabel 3.2 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Setelah Intervensi

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Manuskrip
- Lampiran 2. Asuhan Keperawatan 1
- Lampiran 3. Asuhan Keperawatan 2
- Lampiran 4. Asuhan Keperawatan 3
- Lampiran 5. Dokumentasi
- Lampiran 6. Standar Prosedur Operasional Terapi Rendam Kaki Air Hangat
- Lampiran 7. Standar Prosedur Operasional Terapi Akupresur
- Lampiran 8. Jurnal Penelitian Terkait

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) merupakan kelompok manusia yang telah memasuki tahapan terakhir dari kehidupan (Raudhoh & Pramudiani, 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO) lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun ke atas. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023 jumlah penduduk lansia di Indonesia adalah 11,75%. Jumlah lansia di Provinsi Sumatera Selatan diperkirakan ada sebanyak 860.682 orang atau sekitar 9,84% dari jumlah total penduduk di Sumatera Selatan (Badan Pusat Statistik, 2023). Lansia umumnya akan mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial seiring dengan penurunan kekuatan dan daya tahan tubuh. Salah satu bentuk kemunduran fisik pada lansia yakni rentan terhadap penyakit. Penyakit yang paling banyak dialami oleh lansia adalah hipertensi (Ferayanti et al., 2017 dalam Astutik & Mariyam, 2021).

Hipertensi berdasarkan *International Society of Hypertension* (ISH) adalah peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Unger, et al., 2020). Jumlah penderita hipertensi di Indonesia terus mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 diketahui bahwa penduduk Indonesia yang berusia >18 tahun sebanyak 34,1% menderita penyakit hipertensi. Prevalensi kejadian hipertensi paling tinggi ditemui di Provinsi Kalimantan Selatan yaitu sebesar 44,1% dan prevalensi terendah di Provinsi Papua sebesar 22,2%. Sementara itu, Provinsi Sumatera Selatan dengan prevalensi sebesar 30,44% (Kemenkes RI, 2018b). Jumlah estimasi penderita hipertensi di Kabupaten Ogan Ilir tahun 2020 adalah sebanyak 65.402 orang. Pada tahun 2023, jumlah penderita hipertensi Kecamatan Indralaya tepatnya di Indralaya Selatan adalah 3.623 orang (Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir, 2021). Berdasarkan hasil pengkajian dengan penyebaran kuesioner didapatkan bahwa sebanyak 37% dari penduduk di Desa Meranjat II Dusun 5 dan 6 adalah lansia dimana sebanyak 45 orang (31%) lansia menderita penyakit hipertensi.

Hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya adalah kebiasaan konsumsi garam berlebih, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, konsumsi kafein, genetik, usia dan aktivitas fisik (Suarayasa et al., 2023). Hasil penelitian Singh et al., (2024) menyatakan bahwa perubahan tekanan darah pada lanjut usia penderita hipertensi dipengaruhi juga oleh penyempitan dan pengerasan pembuluh darah arteri dan perubahan struktur serta fungsi jantung.

Hasil wawancara dengan lansia penderita hipertensi di Dusun 5 dan 6 Desa Meranjat II diketahui bahwa 4 dari 10 lansia mengeluh sering mengalami keluhan berupa sakit kepala, rasa berat pada tengkuk, pusing, jantung berdebar-debar, dan sulit tidur. Selain itu, diketahui pula bahwa lansia tidak rutin mengkonsumsi obat antihipertensi dan tidak rutin melakukan pemeriksaan kesehatan sehingga tekanan darah menjadi tidak terkontrol.

Penyakit hipertensi dapat dikontrol dengan penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologi dilakukan dengan pemberian obat-obatan antihipertensi yang berasal dari golongan *ACE Inhibitor* misalnya *Angiotensin-2 Receptor Blocker (ARBs)*, *calcium channel blockers*, dan *diuretik ace blocker* (World Health Organization, 2023). Sementara itu, penatalaksanaan non farmakologi dapat dilakukan dengan perubahan pola makan, penerapan diet rendah natrium, menurunkan berat badan dan menjaga berat badan ideal, meningkatkan konsumsi sayur dan buah-buahan, melakukan aktivitas fisik teratur serta menghindari konsumsi alkohol dan kebiasaan merokok, serta melakukan terapi non farmakologi lain seperti rendam kaki dengan air hangat dan terapi akupresur (Verma et al., 2021; Kemenkes RI, 2021; Sinurat et al., 2020; Ni'am et al., 2022).

Golongan obat yang digunakan dalam penatalaksanaan farmakologi dapat menurunkan tekanan darah secara cepat tetapi terdapat efek samping yang mungkin muncul diantaranya adalah kelelahan, pusing, mual, inkontinensia urin, edema hingga gagal ginjal akut (Amalia & Usviany, 2023). Maka dari itu, diperlukan upaya untuk meminimalisasi efek samping tersebut. Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan penatalaksanaan non farmakologi sebagai pendamping dari terapi farmakologi (Restawan, 2023). Penatalaksanaan non farmakologi yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian terapi seperti terapi rendam kaki air hangat dan terapi akupresur. Hasil penelitian Wahid &

Jaji tahun 2024 diketahui bahwa kombinasi terapi akupresur pada titik taichong dan hidroterapi rendam kaki air hangat efektif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Hidroterapi (*hydrotherapy*) adalah terapi yang menggunakan air sebagai media pengobatan dengan memanfaatkan respons tubuh terhadap air (Indrayanti, *et al.*, 2021). Salah satu jenis hidroterapi untuk menurunkan tekanan darah adalah terapi rendam kaki dengan air hangat. Terapi ini menimbulkan perasaan rileks, membuat pembuluh darah melebar dan melancarkan peredaran darah, sehingga terjadi penurunan tekanan darah (Dareda *et al.*, 2023). Hasil penelitian yang dilakukan Biahimo, *et al.*, (2020) menunjukkan adanya pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi. Respons tubuh terhadap suhu air secara fisiologis akan meningkatkan metabolisme jaringan, melebarkan pembuluh darah serta menurunkan ketegangan otot meningkatkan permeabilitas pembuluh darah (Sinurat *et al.*, 2020).

Terapi akupresur merupakan tindakan penekanan dan pemijatan menggunakan jari atau benda tumpul pada titik tertentu pada tubuh dengan didasarkan pada ilmu akupunktur (Fengge, 2012 dalam Ni'am *et al.*, 2022) Terapi akupresur berasal dari *Traditional Chinese Medicine* (TCM) yang menerapkan prinsip keseimbangan unsur Yin dan Yang tubuh. Terapi ini dapat dilakukan oleh dokter, perawat, dan bahkan pasien tersebut secara mandiri (Batvani *et al.*, 2018). Hasil penelitian Jatnika *et al.*, tahun 2023 menyatakan bahwa terapi akupresur dapat menurunkan tekanan darah pada klien penderita hipertensi. Hal ini ditunjukkan dengan adanya penurunan rata-rata tekanan darah sistolik 10.5 mmHg dan tekanan diastolik 5.67 mmHg setelah diberikan terapi akupresur pada penderita hipertensi.

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan analisis artikel dan studi kasus mengenai penerapan kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Meranjat II.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menggambarkan pelaksanaan praktik keperawatan gerontik dengan menerapkan hasil telaah *evidence based nursing* terkait penerapan kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan akupresur pada lansia penderita hipertensi di Desa Meranjat II.

2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan hasil pengkajian asuhan keperawatan gerontik yang dilakukan pada lansia penderita hipertensi di Desa Meranjat II
- b. Memaparkan diagnosis keperawatan yang muncul pada asuhan keperawatan gerontik pada lansia penderita hipertensi di Desa Meranjat II.
- c. Memaparkan intervensi dan implementasi keperawatan yang akan dilakukan pada asuhan keperawatan gerontik pada lansia penderita hipertensi di Desa Meranjat II.
- d. Memaparkan implementasi keperawatan yang dilakukan pada asuhan keperawatan gerontik pada lansia penderita hipertensi di Desa Meranjat II.
- e. Memaparkan hasil evaluasi keperawatan yang dilakukan pada asuhan keperawatan gerontik pada lansia penderita hipertensi di Desa Meranjat II.
- f. Memaparkan hasil telaah *evidence based nursing* terkait penerapan kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Meranjat II.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Karya tulis ilmiah ini dapat digunakan untuk proses keperawatan, proses pembelajaran dalam pendidikan keperawatan serta untuk memberikan asuhan keperawatan pada lansia penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Lansia Penderita Hipertensi

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai terapi alternatif untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi yang diberikan kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan akupresur.

b. Bagi Profesi Keperawatan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi teoritis untuk profesi keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan pada lansia penderita hipertensi.

c. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mahasiswa keperawatan mengenai konsep dan penatalaksanaan hipertensi secara non farmakologis dengan kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan akupresur.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber rujukan dan informasi bagi mahasiswa dan institusi pendidikan terutama pada mata kuliah keperawatan gerontik.

D. Metode Penulisan

Laporan ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus melalui beberapa tahapan, diantaranya:

1. Pemilihan tiga kasus dengan kriteria klien lanjut usia penderita hipertensi
2. Analisis teori menggunakan literatur dan artikel penelitian untuk memahami permasalahan klien dengan tepat serta memberikan asuhan keperawatan yang tepat.
3. Menyusun rencana asuhan keperawatan sesuai dengan proses keperawatan yaitu pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi hingga evaluasi keperawatan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Profesi Ners FK Unsri.
4. Penegakkan diagnosis keperawatan menggunakan panduan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia, perencanaan menggunakan Standar

Intervensi Keperawatan Indonesia dan penetapan tujuan dan kriteria hasil menggunakan Standar Luaran Keperawatan Indonesia

5. Melakukan asuhan keperawatan kepada lansia dengan hipertensi yang berfokus pada penerapan kombinasi terapi rendam kaki air hangat dan terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi berdasarkan pada hasil telaah literatur pada 10 artikel penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A. R., & Usviany, V. (2023). Evaluasi Efek Samping Obat Antihipertensi pada Pasien di RSAU Dr. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 15(2), 1–10.
- Aminuddin, A., Sudarman, Y., & Syakib, M. (2020). Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Setelah Diberikan Terapi Akupresur. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1), 57. <https://doi.org/10.33490/jkm.v6i1.119>
- Anggraini, E., Wijoyo, E., & ... K. K. (2021). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia: Literature Review. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 14(2), 113–119. <https://journals.ums.ac.id/index.php/BIK/article/view/13669>
- Ansar, J., Dwinata, I., & M, A. (2019). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu Di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 28–35.
- Arifin, N., & Mustofa, A. (2021). Penerapan rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. *Ners Muda*, 2(3), 106. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i3.8133>
- Arifuddin, Supirno, Supriadi Abdul Malik, & Amir. (2023). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi : Literature Review. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 6(7), 830–837. <https://doi.org/10.56338/jks.v6i7.3835>
- Armat, M. R., Mortazavi, H., Akbari, H., & Ebrahimzadeh, Z. (2021). The effect of footbath on the quality of sleep in older adults: A pilot study. *Geriatric Nursing*, 42(5), 1178–1183. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2021.07.008>
- Astutik, M. F., & Mariyam, M. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(2), 77. <https://doi.org/10.26714/hnca.v1i2.10991>
- Badan Pusat Statistik. (2023). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023. In *Badan Pusat Statistik* (Vol. 20). Badan Pusat Statistik.
- Batvani, M., Yousefi, H., Valiani, M., Shahabi, J., & Mardanparvar, H. (2018). The Effect of Acupressure on Physiological Parameters of Myocardial Infarction Patients: A Randomized Clinical Trial. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 23(2), 143–148. https://doi.org/10.4103/ijnmr.IJNMR_83_16
- Biahimo, I. N. U., & Mulyono, S. (2020). Perubahan Tekanan Darah Lansia Hipertensi Melalui Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat. *Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiyah*, 5(1), 9–16. <https://journal.polita.ac.id/index.php/jakiyah/article/view/3>
- Cahyaningrum, C., Husnia, N. H., Setiawati, R., Pratiwi, S. R. E., Munawaroh, M., & Fitriah, H. (2022). Metode Akupresur untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi pada Lansia Dusun Bonganti RT 01 RW 03 Desa Purbosari Kecamatan Ngadirejo Kabupaten Temanggung. *Indonesian Journal Of Community Empowerment*, 4(2), 149–153.
- Candra, M. D., Susilo, E., & Wulansari. (2019). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*.

<https://journals.ums.ac.id/index.php/BIK/article/view/13669>

- Damanik, S. M., & Hasian. (2019). *Modul Bahan Ajar Keperawatan Gerontik*. Universitas Kristen Indonesia. [https://cdn-gbelajar.simpkb.id/s3/p3k/Pedagogi/Modul Bahan Belajar - Pedagogi - 2021 - P1.pdf](https://cdn-gbelajar.simpkb.id/s3/p3k/Pedagogi/Modul+Bahan+Belajar+-+Pedagogi+-+2021+-+P1.pdf)
- Dareda, K., Iman, D. P., Wicaksana, M. W., Ilmu, F., Universitas, K., & Manado, M. (2023). The Effect Of Foot Soak Therapy Using Warm Water On Reducing Blood Pressure In Hypertension Patients-censed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License (CC BY-NC 4.0). *Jurnal Eduhealth*, 14(04), 2023. <http://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/health>
- Dermawan, A. C., Setiawati, S., & Maryam, R. S. (2019). Self-Acupressure To Lower Blood Pressure on Older Adults With Hypertension. *Jurnal Riset Kesehatan*, 8(2), 1. <https://doi.org/10.31983/jrk.v8i2.3879>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir. (2021). *Profil Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir Tahun 2020*. Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir. <https://dinkes.oganilirkab.go.id/page/profil-kesehatan-kabupaten-ogan-ilir>
- Elvira, M., Sinthania, D., Dewi, D. S., Asman, A., & Arif, M. (2023). The Effect of Foot Soak Therapy Using Warm Water on the Lowering Blood Pressure in Patients with Essential Hypertension. *South East Asia Nursing Research*, 5(2), 23. <https://doi.org/10.26714/seanr.5.2.2023.23-29>
- Hasanah, R., Utomo, W., & Rustam, M. (2023). Gambaran aktivitas fisik lansia penderita hipertensi di puskesmas simpang tiga. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi (JIG)*, 1(1), 47–54.
- Hegde, S. M., & Solomon, S. D. (2015). Influence of Physical Activity on Hypertension and Cardiac Structure and Function. *Current Hypertension Reports*, 17(10), 1–13. <https://doi.org/10.1007/s11906-015-0588-3>
- Indrayanti, N. P. S., Mulyati, M. I., & Wasista, I. P. U. (2021). Desain Interior Pusat Hidroterapi Bagi Penderita Insomnia. *Jurnal Vastukara*, 1(2), 108–119.
- Irwan. (2016). Epidemiologi Penyakit Hipertensi. In *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular* (1st ed.). Penerbit Deepublish.
- Jatnika, G., Akbar Budiana, T., & Yuswandi, Y. (2023). The Effect of Acupressure Therapy on Blood Pressure At Hypertension Patient. *Media Ilmu Kesehatan*, 11(1), 29–35. <https://doi.org/10.30989/mik.v11i1.679>
- Kartika, M., Subakir, & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-faktor Risiko yang Berhubungan dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi (JKMJ)*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.24252/jmw.v5i1.35370>
- Kemenkes RI. (2013). *Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi (Technical Guidelines for the Discovery and Management of Hypertension)*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/pedoman-teknis-penemuan-dan-tatalaksana-hipertensi>
- Kemenkes RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan SPA*.
- Kemenkes RI. (2018a). *Klasifikasi Hipertensi*. P2ptm.Kemkes.Go.Id. [https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-](https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan)

pembuluh-darah/page/28/klasifikasi-hipertensi

- Kemenkes RI. (2018b). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Kemenkes RI. (2019). *Hipertensi Si Pembunuh Senyap*. Sehat Negeriku. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20180516/5625911/hipertensi-membunuh-diam-diam-ketahui-tekanan-darah/>
- Kemenkes RI. (2021). *Kendalikan Hipertensi dengan Gerakan PATUH*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kendalikan-hipertensi-dengan-gerakan-patuh>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). HIPERTENSI; ARTIKEL REVIEW. *JURNAL PENGEMBANGAN ILMU DAN PRAKTIK KESEHATAN*, 2(2), 100–117.
- Maharani, M. A., & Widodo, S. (2019). Pengaruh Terapi Akupresur Totok Punggung terhadap Tekanan Darah pada The Effect of “Totok Punggung” Acupressure Therapy on Blood Pressure in Hypertension Patients in the Work Area of Bandarharjo Health Center in Semarang. *Prosding Mahasiswa Seminar Nasional Unimus*, 2, 175–184. <http://prosiding.unimus.ac.id>
- Ni'am, M. A., Khoiriyah, K., & Samiasih, A. (2022). Penerapan Akupresur terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Penderita Hipertensi Di Desa Bermi Kabupaten Demak. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(2), 65. <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i2.10287>
- Nompo, R. S. (2020). Pengaruh Aplikasi Akupuntur Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Sentani Kabupaten Jayapura. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2), 241–246. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i2.6608>
- Nugroho, F. P. A., Widiharti, W., Suminar, E., & Fitriyanur, W. L. (2023). The Use Of Soaking Warm Water For Blood Pressure Reduction In Elderly Hypertensive Patients. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (INJEC)*, 8(2), 281–292. <https://doi.org/10.24990/injec.v8i2.601>
- Nuraini, B. (2015). Risk Factors of Hypertension. *J Majority*, 4(5), 10–19.
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). *Hipertensi : Pembunuh Terselubung Di Indonesia*.
- Pratiwi, G. A. (2018). Efektifitas Pemberian Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Campuran Garam dan Serai dengan Air Hangat Campuran Garam Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Lansia dengan Hipertensi di Posyandu Lansia Kresna Kelurahan Manguharjo Kota Madiun. *Keperawatan*, 1–110.
- Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lansia Asik, Lansia Aktif, Lansia Produktif. *Medical Dedication (Medic) : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 126–130. <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13458>
- Restawan, I. G. (2023). *Efektifitas Terapi Akupresur Pada Titik Fengchi (Gallbladder-20) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Kota Palu*. Universitas Hasanuddin.
- Rosa, D. F., & Latifin, K. (2023). *Perbedaan Pemberian Kombinasi Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Penderita Hipertensi*. Universitas Sriwijaya.
- Sari, S. M., & Aisah, S. (2022). Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Penderita Hipertensi. *Ners Muda*, 3(2). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8262>

- Sartik, S., Tjekyan, R. S., & Zulkarnain, M. (2017). Risk Factors and the Incidence of Hipertension in Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 180–191. <https://doi.org/10.26553/jikm.2017.8.3.180-191>
- Sembiring, A., Gurning, L., Natalia Br Sinuhaji, L., Barus, M., & Keperawatan, P. (2023). Terapi Akupresur Untuk Hipertensi Di Kelurahan Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa. *Jurnal Sinergitas PkM Dan CSR*, 7(1), 1–11. <http://dx.doi.org/xx.xxxxx/jspc.v4i2.xxxx>
- Singh, J. N., Nguyen, T., Kerndt, C. C., & Dhamoon, A. S. (2024). *Physiology, Blood Pressure Age Related Changes*. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK537297/>
- Sinurat, L. R. E., Ningsih, D. N., & Syapitri, H. (2020). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Kelurahan Gaharu. *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*, 3(1), 58–65.
- Suarayasa, K., Ilham Hidayat, M., & Gau, R. (2023). Faktor Resiko Kejadian Hipertensi Pada Lansia (Risk Factors of Hypertension in Elderly). *Jurnal Medical Profession (MedPro)*, 5(3), 253–258.
- Sukma, E. P., Yuliawati, S., Hestiningih, R., & Ginandjar, P. (2019). Hubungan konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, dan tingkat stres dengan kejadian hipertensi usia produktif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(3), 122–128. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Suling, F. R. W. S. (2018). Hipertensi. In A. Simatupang (Ed.), *Hipertensi* (1st ed.). Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- Verma, N., Rastogi, S., Chia, Y. C., Siddique, S., Turana, Y., Cheng, H. min, Sogunuru, G. P., Tay, J. C., Teo, B. W., Wang, T. D., Tsoi, K. K. F., & Kario, K. (2021). Non-pharmacological management of hypertension. *Journal of Clinical Hypertension*, 23(7), 1275–1283. <https://doi.org/10.1111/jch.14236>
- Wahid, A. A., & Jaji. (2024). *Penerapan Kombinasi Taichong Acupoint Acupressure dan Hydrotherapy (rendam kaki air hangat) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Keluarga dengan Hipertensi di Desa Meranjat II*.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Zubaidah, Z., Maria, I., Rusdiana, R., Pusparina, I., & Norfitri, R. (2021). The Effectiveness of Acupressure Therapy in Lowering Blood Pressure in Patients with Hypertension. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 6(1), 33. <https://doi.org/10.20473/ijchn.v6i1.26659>