Nerspedia
eISSN: 2722-6573; pISSN: 2721-1444
@ Nerspedia 2023

Asuhan Keperawatan Pada Ny. A dengan Diagnosis Hipertensi Melalui Intervensi Hidroson di Kecamatan Martapura Barat

Siti Reny Asnani, Herry Setiawan

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat
Email korespondensi: ners_herry@ulm.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: ULM akan dijadikan sebagai pusat pengembangan lahan basah, dengan masalah kesehatan yang muncul dalam lahan basah salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi menjadi penyakit tertinggi yang ada di puskesmas Martapura Barat pada bulan januari-maret 2022 dengan angka tertinggi ada di bulan januari 51,6%. Terapi nonfarmakologis yang bisa dilakukan untuk mengontrol tekanan darah yaitu terapi hidroson.
Tujuan: Memberikan asuhan keperawatan melalui intervensi pemberian terapi kombinasi hidroson pada klien dengan hipertensi.
Metode: Pengumpulan data menggunakan lembar asesmen keperawatan pola Gordon dan wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik, analisis data, diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi.
Hasil dan Pembahasan: Setelah diberikan terapi hidroson selama 6 hari berturut-turut didapatkan adanya penurunan tekanan darah sebelumnya 195/102 menjadi 129/86 mmHg.
Kesimpulan: Terlihat adanya penurunan tekanan darah setelah diberikan terapi selama 6 hari berturu-turut menggunakan terapi kombinasi hidroson.

Kata-Kata Kunci: Hidroterapi, Hipertensi, Lansia, Terapi Relaksasi Benson

ABSTRACT

Background: *ULM will be used as a center for wetland development, with health problems that arise in wetlands, one of which is hypertension. Hypertension is the highest disease in the West Martapura health center in January-March 2022 with the highest rate being in January 51.6%. Nonpharmacological therapy that can be done to control blood pressure is hydroson therapy.*
Objective: *Provide nursing care through the intervention of hydroson combination therapy in clients with hypertension.*
Methods: *Data collection using Gordon pattern nursing assessment sheets and interviews, observation and physical examination, data analysis, diagnosis, intervention, implementation and evaluation.*
Results and Discussion: *After being given hydroson therapy for 6 consecutive days, there was a decrease in blood pressure from 195/102 to 129/86 mmHg.*
Conclusion: *There was a decrease in blood pressure after being given therapy for 6 consecutive days using hydroson combination therapy.*

Keywords*: Elderly, Hydrotherapy, Hypertension, , Benson Relaxation Therapy*
Cite this as: Asnani, S.R, Setiawan, H. Asuhan Keperawatan Pada Ny. A dengan Diagnosis Hipertensi Melalui Intervensi Hidroson di Kecamatan Martapura Barat. Nerspedia 2023;5(6): 594-599.

PENDAHULUAN

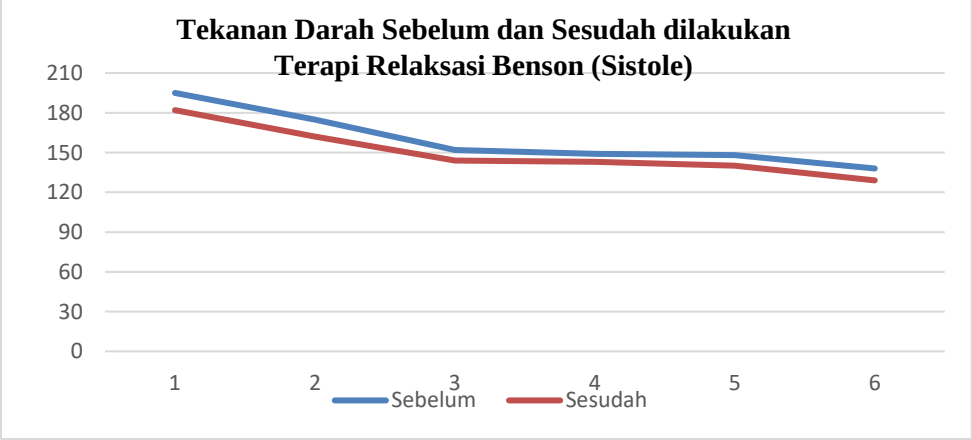
Universitas Lambung Mangkurat akan dijadikan sebagai pusat pengembangan lahan basah. Hal tersebut sesuai dengan Rencana Induk Penelitian Universitas Lambung Mangkurat periode 2020-2024 yang akan membuat Universitas Lambung Mangkurat sebagai pusat pengembangan lahan basah di Asia Pasifik pada tahun 2027. Dipusatkan pada tersedianya Sumber Daya Unggul dalam bidang unggulan lingkungan lahan basah dan 6 fokus bidang unggulan yang kali ini diarahkan pada Ketahanan Pangan dan Kemandirian dan Kesehatan di lingkungan lahan basah (1). Sasaran fokus pada bidang kesehatan lingkungan lahan basah salah satunya penyakit tidak menular seperti hipertensi. Penyakit tidak menular merupakan penyakit yang menyebabkan kematian terbanyak dibandingkan dengan penyebab penyakit lainnya (2).

Angka kejadian hipertensi menjadi salah satu penyakit yang perlu diperhatikan saat ini. Angka kejadian hipertensi di Kalimantan selatan menempati posisi pertama di Indonesia yang mana didapatkan sebanyak 44,13% penduduk Kalimantan selatan menderita hipertensi dan 44,91% penduduk kabupaten Banjar mengalami penyakit hipertensi (3). Menurunkan angka kejadian hipertensi menjadi 33% di tahun 2010-2030 merupakan salah satu target global penyait tidak menular (4).

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan hipertensi salah satunya yaitu usia dan konsumsi garam berlebih. Penelitian yang dilakukan oleh Febriyanti, Yusri & Fridalni (2021), menyebutkan bahwa faktor usia sangat berpengaruh terhadap hipertensi karena dengan bertambahnya umur maka semakin tinggi mendapatkan risiko hipertensi (5). Bertambah usianya seseorang hal tersebut dapat mengakibatkan terjadinya penurunan fungsi dan perubahan pada struktur di sistempembuluh darah perifer khususya aorta dan arteri besar yang kemampuannya berkurang dalam menyuplai volume darah yang di pompa oleh jantung yang nantinya akan berakibat pada peningkatan tahanan perifer dan curah jantung (6). Selain hal tersebut, Mengkonsumsi natrium yang banyak akan mengakibatkan terjadinya peningkatan kadar natrium dalam cairan ekstraseluler terserap masuk ke dalam intravaskuler yang dapat meningkatkan volume darah, dari meningkatnya volume darah tersebut maka akan mengakibatkan peningkatan kerja jantung sehingga akan terjadi peningkatan tekanan darah (8).

Hasil asesmen pemeriksaan fisik Ny. A diketahui bahwa klien tinggal di desa Sungai Batang Ilir yang termasuk dalam kawasan puskesmas Martapura Barat yang diketahui bahwa desa tersebut masuk dalam kategori lahan basah. Lahan basah merupakan area yang tanahnya jenuh dengan air, baik bersifat menetap atau musiman, area tersebut baik seluruhnya atau sebagian kadang-kadang tergenangi oleh lapisan air yang dangkal (9). Diketahui bahwa masyarakat disekitar banyak yang bekerja menjadi nelayan dan hasil tangkapan ikannya diolah jadi ikan asin dan mengkonsumsinya menjadi makanan sehari-hari. Hasil pemeriksaan fisik didapatkan data Pada tanggal 11 Mei 2022 didapatkan 160/100 mmHg dan tanggal 20 Mei 2022 didapatkan TD 182/104 mmhg. Ny.A mengatakan bahwa untuk saat ini merasakan tegang dibagian lehernya sudah beberapa hari ini.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengontrol tekanan darah selain terapi farmakologis juga bisa dilakukan dengan terapi non farmakologis dengan menggunakan terapi komplementer (10). Salah satu terapi non farmakologis yang direkomendasikan yaitu terapi hidroson. Hidroson merupakan terapi kombinasi dari hidroterapi dan relaksasi benson. Hidroterapi merupakan istilah medis yang diangkat untuk



Gambar 1. Tekanan Darah Sebelum dan sesudah diberikan Terapi Hidroson (*Sistole*)

meningkat dan berujung pada kejadian hipertensi (7). Natrium merupakan salah satu zat yang terlarut dalam darah yang bersifat mengikat air sehingga hal tersebut dapat menyebabkan air

menggambarkan air sebagai media pengobatan, yang termasuk dari hidroterapi ini yaitu rendam kaki air hangat (11). Sedangkan relaksasi benson merupakan gabungan dari terapi relaksasi dengan faktor keyakinan seseorang yang berfokus pada kata-kata yang ada unsur agamanya yang dilakukan secara berulang (11).

Berdasarkan uraian diatas maka sangat penting dilakukan asesmen keperawatan secara menyeluruh untuk menentukan bagaimana cara melakukan perawatan pada klien dengan hipertensi. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menerapkan terapi non farmakologis "Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Hipertensi melalui intervensi intervensi kombinasi hidroterapi (rendam kaki air hangat) dan terapi relaksasi benson di Desa Sungai Batang Ilir"

METODE PENELITIAN

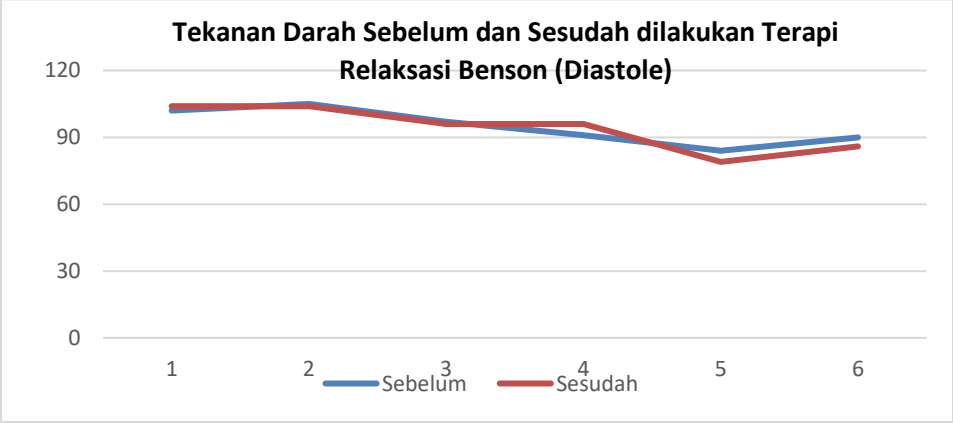
Penelitian ini menggunakan desain studi kasus, dengan pendekatan asuhan keperawatan komprehensif dimulai dari pengkajian, penegakan diagnosis keperawatan, penentuan rencana keperawatan yang terdiri dari NOC dan NIC, implementasi dan evaluasi keperawatan. Studi kasus

dilakukan di bulan Mei 2022. Jumlah pertemuan sebanyak 8 kali dengan 2 hari untuk melakukan pengkajian dan 6 hari untuk melakukan implementasi keperawatan.Penelitian ini dilakukan di Desa

Sungai Batang Ilir, Kecamatan Martapura Barat, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan kepada Ny.A dengan Hipertensi. Klien telah bersedia untuk dilakukan intervensi untuk mengatasi masalah keperawatan yang ada pada klien. Intervensi utama yang diberikan kepada klien yaitu terapi kombinasi hidroson atau hidroterapi dan relaksasi benson, dengan diselingi pemberian edukasi terkait konsep penyakit hipertensi. Adapun Langkah-langkah melakukan terapi hidroson yaitu 5 menit sebelum dimulainya terapi ukur terlebih dahulu tekanan darah klien, kemudian lanjutkan dengan merendam kaki menggunakan air hangat di suhu 37-40ºC, dengan diiringi klien mempraktekkan napas dalam 3 kali, ditahan lalu hembuskan dengan mengucapkan kata "Allah" dilakukan berulang selama 10 menit. Kemudian 5 menit setelah sesi terapi berakhir ukur kembali tekanan darah klien. Lakukan hal tersebut selama 6 hari berturut-turut setiap harinya (11). Hasil akhir dari penelitian ini akan disajikan dalam bentuk narasi dan grafik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Diagram 1. Menunjukkan bahwa untuk tekanan darah *sistole* tertinggi yaitu 195 mmHg pada hari ke 1, kemudian terjadi perubahan tekanan darah *sistole* sesudah diberikan hidroson terendah menjadi 129 mmHg pada hari ke 6. Sedangkan



Gambar 2. Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi Hidroson (*Diastole*)

untuk diagram 2. tekanan darah diastole sebelum dilakukan terapi hidroson untuk nilai tertinggi yaitu 105 mmHg pada hari ke 2 dan terjadi perubahan tekanan darah diastol sesudah diberikan terapi hidroson terendah menjadi 79 mmHg pada hari ke 5. Sebelumnya peneliti telah menyarankan kepada klien untuk meminum obat yang telah diberikan oleh pelayanan kesehatan pada saat kegiatan posyandu di hari jumat, akan tetapi klien Ny.A masih tidak mau mengkonsumsi obat yang diberikan dengan alasan bahwa dia hari itu tidak merasakan gejala apapun terkait darahnya yang tinggi.

Hasil asesmen yang diperoleh dari Ny.A usia 65 tahun diketahui klien memiliki riwayat penyakit hipertensi sejak ±6 bulan yang lalu. Klien mengatakan bahwa biasanya makan 3 kali sehari dengan makanan yang dimakan yaitu sayur mayur akan tetapi dulu sering memakan ikan asin dan sekarang karena ada darah tinggi jadi hanya sesekali memakan ikan asin. Berdasarkan dari hasil asesmen diketahui bahwa Ny.A memiliki pendidikan terakhir SD sehingga diketahui bahwa pelaksanaan perilaku kesehatan itu dapat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki seseorang. klien mengatakan bahwa tidak ada meminum obat-obatan dari pelayanan kesehatan dan klien mengatakan tidak tau bahwa rasa tegang pada lehernya itu merupakan salah satu gejala darah tinggi.

Berdasarkan uraian peneliti merekomendasikan terapi Hidroson dan pendidikan kesehatan mengenai hipertensi. Kesehatan seseorang dipengaruhi salah satunya pengetahuan yang baik dimana akan menjadikan pola hidup yang baik juga bagi kesehatan (12).

Pemberian hidroterapi (rendam kaki air hangat) dan relaksasi benson ini sangat mudah untuk dilakukan secara mandiri oleh klien. Hidroterapi merupakan istilah yang menjadikan air sebagai media pengobatan, salah satu bentuk dari hidroterapi ini yaitu rendam kaki air hangat (11). Sedangkan relaksasi benson merupakan kombinasi dari relaksasi dan kepercayaan yang duanut oleh klien yang nantinya akan bekerja untuk menghambat system saraf simpatis dan menyebabkan tubuh menjadi rileks sehingga klien merasa tenang dan nyaman (13). Selain itu edukasi yang diberikan kepada klien itu menggunakan media buku yang berjudul *Panduan Program Health Corner Edisi 1 – Hipertensi* yang ditulis oleh Agianto, Setiawan, dan Novi (14). Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang penting untuk perilaku kesehatan yang dilakukan oleh seseoarang (15). Oleh karena itu, orang dengan diagnosis hipertensi disarankan untuk memiliki pengetahuan yang lebih baik terkait penyakitnya agar memudahkannya untuk mengubah perilaku kea rah yang positif dalam mengontrol kesehatannya (16).

Hasil evaluasi setelah dilakukan implementasi keperawatan berupa terapi hidroson didapatkan bahwa adanya penurunan tekanan darah klien setelah diberikan terapi selama 6 hari berturut-turut. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari and Ardila (2015), yang menyebutkan bahwa ada penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi hidroson (17). Hal tersebut dikarenakan selama melakukan relaksasi benson terjadi pengaktifan saraf parasimpatis yang merangsang terjadinya penurunan fungsi yang dinaikkan oleh saraf simpatis dan begitu juga sebaliknya akan terjadi peningkatan pada fungsi yang sebelumnya diturunkan oleh system saraf simpatis, yang nantinya akan menyebabkan terjadinya pembuluh darah melebar dan peredaran darah menjadi lancar yang kemudian transport oksigen ke seluruh jaringan akan meningkat terutama ke jaringan perifer (18).Sedangkan untuk hidroterapi (redam kaki air hangat) itu sendiri apabila dilakukan secara konsisten maka akan menghasilkan energi kalor yang bersifat mendilatasi dan merangsang pengaktifan saraf parasimpatis serta melancarkan peredaran darah pada kaki sehingga nantinya akan terjadi perubahan tekanan darah (19). Selain itu untuk evaluasi terkait edukasi yang diberikan kepada klien didapatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan klien terkait konsep penyakit hipertensi. Elemen pengetahuan yang dinilai dari pasien yaitu kognitif, afektif dan psikomotor (20).

KETERBATASAN

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah saat pemberian intervensi Ny.A sempat memakan

makanan dan melakukan aktivitas yang dapat memicu naiknya tekanan darah. Sedangkan untuk keterbatasan lainnya yaitu berupa faktor eksternal yang tidak dapat dikontrol seperti kebisingan disekitar rumah Ny.A, yang mana sudah kita ketahui bahwa pemberian terapi relaksasi benson dan hidroterapi ini memerlukan lingkungan yang tenang agar klien bisa rileks saat diberikan intervensi sehingga mungkin bisa memberikan efek positif terhadap penurunan tekanan darah.

ETIKA PENELITIAN

Etik yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari persetujuan yang diungkapkan oleh klien secara lisan setelah diberikannya *informed consent* dan klien bersedia untuk diberikan asuhan keperawatan berupa implementasi kombinasi hidroson (rendam kaki air hangat) dan relaksasi benson. Peneliti menerapkan aspek etika keperawatan berupa beneficience yaitu berbuat baik kepada klien dan melakukan tindakan yang bermanfaat untuk klien, autonomy yaitu klien akan diberikan kebebasan untuk memilih, , dan non maleficience yaitu peneliti tidak akan berbuat hal yang nantinya akan merugikan klien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terjadi konflik atau masalah kepentingan dalam proses penelitian. Penelitian dilakukan sesuai dengan prosedur yang sudah ada dan penelitian ini tidak memiliki hubungan dengan kepentingan pihak manapun.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang telah menjembatani sehingga terlaksananya penelitian ini serta Puskesmas Martapura Barat dan Kepala Desa Sungai Batang Ilir yang telah memberikan izin dan memberikan data penunjang sehingga penelitian ini dapat dilakukan. Penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu dan mendukung selama penelitian ini dilakukan.

PENUTUP

Berdasarkan hasil uraian diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pemberian asuhan keperawatan berupa kombinasi hidroterpi/rendam kaki air hangat dan relaksasi benson (hidroson) memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah klien. Diagram yang dilampirkan menunjukkan bahwa untuk tekanan darah *sistole* tertinggi yaitu 195 mmHg pada hari ke 1, kemudian terjadi perubahan tekanan darah *sistole* sesudah diberikan hidroson terendah menjadi 129 mmHg pada hari ke 6. Sedangkan untuk diagram 2. tekanan darah *diastole* sebelum dilakukan terapi hidroson untuk nilai tertinggi yaitu 105 mmHg pada hari ke 2 dan terjadi perubahan tekanan darah *diastole* sesudah diberikan terapi hidroson terendah menjadi 79 mmHg pada hari ke 5.

REFERENSI

1. Universitas Lambung Mangkurat. 2020. 'Rencana Induk Penelitian 2020-2024.' Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Universitas Lambung Mangkurat Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat.
2. P2PTM Kemenkes RI. 2019. 'Hari Hipertensi Dunia 2019 : “Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan CERDIK.”, dari http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/pusat-/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik'
3. Riskesdas. 2019. 'Laporan Riskesdas Nasional 2018 Laporan Provinsi Kalimantan Selatan RISKESDAS 2018.'
4. World Health Organization (WHO). 2021. 'Hypertention. https://www.who.int/health-topics/hypertension#tab=tab_1 diakses pada: 20 Mei 2022.'
5. Febriyanti, Yusri, V. & Fridalni, N. 'Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Sistol Pada Lansia Dengan Hipertensi.' Menara Ilmu. 2021. 15 (1): 51-57.

6. Juwariyah & Suciwati, S. 'Effectiveness of Benson Relaxation on Reduction of Blood.' Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan STIKES Telogorejo Semarang. 2018. 10(1): 1–6.
7. Nuraini, Bianti. 'Risk Factors of Hypertension.' J Majority. 2015. 4(5): 10–19.
8. Syarli, Setiadi & Arini, L. 'Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia: Literature Review', Ahmar metastasis health journal. 2021. 1(3), pp. 112–117.
9. Prasetya, D., B. & Anisia, H. 'Analisis Kesesuaian Lahan Kawasan Lahan Basah (Wetland) Untuk Perencanaan Tata Guna Lahan Berkelanjutan Di Kabupaten Tulang Bawang.' Journal of Science and Applicative Technology. 2021. 5(1): 58.
10. Sutria E dan Insani A. 'Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pra Lansia Hipertensi. Journal of Islamic Nursing.' 2017. Vol 1, No.1, pp 33-41. Diakses pada tanggal 20 Mei 2022, dari http://journal.uinalauddin.ac.id.
11. Meiyana, R. P., Nekada, C. D. Y., & Sucipto, A. 'Pengaruh Hidroterapi dan Relaksasi Benson (Hidroson) terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Nadi.' Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan. 2019. 86-93.
12. Choirillaily, S dan Ratnawati, D. 'Latihan Menggenggam Alat Handgrip Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.' Jurnal Keterapian Fisik. 2020. Vol 5: No 2. pp 101-108
13. Benson, H., & Proctor, W. 2000. 'Dasar-Dasar Respons Relaksasi.' Bandung: Kaifa.
14. Agianto, Setiawan, H, Novi, MN, Meliyani, FR & Amelia, S. 2021. Buku Panduan Program Health Corner ULM, 2021 EDISI 1 – Hipertensi, Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas L ambung Mangkurat 2021.
15. Budiman & Agus. 2013. 'Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan'. Jakarta: Salemba Medika.
16. Mapagerang, R, Alimin, M, Anita. 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap pada Penderita Hipertensi dengan Kontrol Diet Rendah Garam.' Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah 2018. Vol. 7, No.1, ISSN:2089-9394.
17. Sari, L. M. and Ardila, N. 'Pengaruh Teknik kombinasi Hidroterapi Rendam Hangat Dan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Maek Kecamatan Bukik Barisan', JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal). 2015. 2(2). pp. 90–95. Available at: https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JKP/article/view/30.
18. Pratiwi, K., A., Ayubbana, S. & Fitri, N. 'Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro.' Jurnal Cendikia Mud 2021. 1(1): 90–97.
19. Yessi, Harnani., dan Astri, Axmalia. 'Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Efektif Menurunkan Telanan Darah Pada Lanjut Usia.' Jurnal Kesehatan Komunitas. 2017. 3 (4): 129-132.
20. Dimyati dan Mudjiono. 2009. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta:Rineka Cipta.