Nerspedia
Received Mei 2024, Accepted Oktober 2024
@Nerspedia 2024
eISSN: 2722-6573; pISSN: 2721-1444

Pemberian Pijat Kaki dan Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Lemon Pada Ny. S Terhadap Penurunan Tekanan Darah Ibu Hamil

Indrya Anggita Sari[1], Rieh Firdausi[2*]

[1,2] Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani Km. 36, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia, 70714

*Email korespondensi: rieh.firdausi@ulm.ac.id

ABSTRAK
Hipertensi dalam kehamilan terjadi saat kehamilan berlangsung biasanya pada bulan terakhir kehamilan. Faktor risiko antara lain umur, lama kehamilan, ekonomi rendah, riwayat preeklamsia dan hipertensi. Penelitian bertujuan mengetahui efektivitas pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. S dengan hipertensi dalam kehamilan. Penelitian merupakan studi kasus dengan desain *pretest* dan *posttest* Ny. S yang diberikan pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon sesuai SOP, dilakukan selama 7 hari. Terjadi penurunan tekanan darah setiap pengukuran. Penurunan ini terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga menyebabkan pembuluh darah menjadi lebar dan ketegangan otot menurun dapat memperlancar peredaran darah. Terapi pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon efektif membantu penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi dalam kehamilan.

Kata Kunci: Hipertensi dalam Kehamilan, Lemon, Pijat Kaki, Rendam Kaki

ABSTRACT
Hypertension in pregnancy occurs during pregnancy, usually in the last month of pregnancy. Risk factors include age, length of pregnancy, low economic, history of preeclampsia and hypertension. The purpose is to knowing the effectiveness of foot massage and warm water foot soaks with lemon to lower blood pressure in Mrs. S with hypertension in pregnancy. The research was a case study with a pretest and posttest design, Mrs. S was given foot massage and soaked his feet in warm water with lemon according to SOP, for 7 days. There was a decrease in blood pressure at every measurement. This decrease occurs in the transfer of heat from warm water to the body, causing blood vessels to widen and muscle tension to decrease, which can improve blood circulation. Foot massage therapy and warm water foot soaks with lemon is effective helping reduce blood pressure in pregnant women with hypertension in pregnancy.

Keywords*: Foot Massage, Foot Soak, Hypertension in Pregnancy, Lemon*

Cite this as: Sari IA dan Firdausi R. (2024). Pemberian Pijat Kaki dan Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Lemon Pada Ny. S Terhadap Penurunan Tekanan Darah Ibu Hamil. Nerspedia; 6(6): 680-687.

PENDAHULUAN

Hipertensi dalam kehamilan adalah hipertensi yang terjadi saat kehamilan berlangsung dan biasanya pada bulan terakhir kehamilan, tekanan darah mencapai nilai 140/90 mmHg (1). WHO (*World Health Organization*) (2015) kematian ibu hamil disebabkan oleh perdarahan pasca kehamilanan (25%), hipertensi dalam kehamilan (12%), partus macet (8%) dan aborsi (13%). Padaatahun 2014-2015 di Indonesia penyebab kematian ibu yaitu perdarahan (30%), hipertensi (26%), infeksi (5%), partus lama (1%) dan abortus (1%). Dari data tersebut hipertensi menduduki urutan kedua secara global dan di Indonesia. Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia (2021) jumlah kematian ibu mengalami peningkatan sebanyak 7.382 orang. Penyebab kematian ibu hamil akibat hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.077 orang. Provinsi Kalimantan Selatan jumlah kematian ibu hamil tahun 2020 sebanyak 97 orang dan tahun 2021 sebanyak 140 orang akibat dari

hipertensi dalam kehamilan. Maka dari itu hipertensi dalam kehamilan perlu ditangani agar angka kematian ibu akibat hipertensi tidak meningkat (1).

Faktor risiko hipertensi dalam kehamilan antara lain umur, paritas, lama kehamilan, ekonomi rendah, indeks massa tubuh, riwayat preeklamsia pada kehamilan sebelumnya, jenis kehamilan (kehamilan tunggal atau ganda), riwayat keluarga diabetes, dan hipertensi. Tekanan darah tinggi pada ibu hamil dapat dilakukan dengan dengan farmakologi dan nonfarmakologi. Farmakolagi dengan menggunakan obat-obatan kimia. Nonfarmakologi dengan terapi nutrisi, herbal, pijat refleksi, aromaterapi dan terapi rendam kaki dengan air hangat (2). Salah satunya yakni menggunakan pijat kakiidan rendam kaki air hangat dengan lemon.

Efek relaksasi dari pijatan adalah dengan merangsang tekanan pada saraf dikaki. Stimulasi bioelektrik akan memperlancar kerja cairan dalam distribusi nutrisi dan menyeimbangkan sirkulasi darah dan oksigen dalam sel ditubuh, sehingga memberikan efek relaksasi (3). Kombinasi teknik terapi ini efektif dalam menurunkan tekanan darah tinggi. Sejalan dengan penelitian (4) yang berjudul "Pengaruh Pijat Kaki dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Kasus Hipertensi dalam Kehamilan" yang menunjukkan bahwa terapi tersebut efektif dalam menurunkan tekanan darah ibu hamil dengan tekanan darah tinggi selama kehamilan. Merendam kaki dalam air hangat bersuhu 38℃ - 40℃ dalam 15 menit dapat menekan saraf simpatis sehingga memberikan efek relaks dan aktivitas saraf parasimpatis lebih aktif berperan. Selain itu, terapi ini mudah untuk dilakukan pasien secara mandiri (4).

Berdasarkan data yang didapat dari hasil pengkajian mahasiswa terdapat 15 ibu hamil di Desa Awang Bangkal Barat dengan keluhan yang berbeda-beda pada tiap trimester. Wawancara dan pengkajian yang dilakukan kepada salah satu ibu hamil yang mengalami tekanan darah tinggi dalam kehamilan di Desa Awang Bangkal Barat pada tanggal 09 November 2023, didapatkan hasil bahwa Ny. S sedang hamil dengan usia 16 minggu (trimester II) G3P2A0 di Desa Awang Bangkal Barat, Ny. S mengatakan saat hamil tekanan darah nya tinggi pernah sampai 150/90 dan ini kehamilan ketiga dengan usia Ny. S 35 tahun, di kehamilan sebelumnya Ny. S juga mengalami tekanan darah tinggi, maka penulis merasa perlu melakukan intervensi pemberian terapi pijattkakiidan rendam kaki air hangat dengan lemon untuk menurunkan tekanan darah tinggi yang di alami Ny. S selama kehamilan.

Perpindahan dari air hangat ke tubuh pada pijat dan rendam kaki air hangat dengan lemon, pembuluh darah melebar dan ketegangan otot berkurang, peredaran darah menjadi lancar. Hal ini mempengaruhi tekanan arteri melalui baroreseptor di sinus kortikus dan arkus aorta yang mengirimkan impuls dibawa oleh serabut saraf yang membawa sinyal dari seluruh bagian tubuh untuk menginformasikan otak tentang tekanan darah, volume darah dan kebutuhan semua organ ke pusat saraf simpatis dan medulla. Tekanan sistolik merespon, otot ventrikel akan merangsang ventrikel untuk segera berkontraksi. Pada awal kontraksi, katup aorta dan semilunar belum terbuka. Pembuluh melebar, darah mengalir dengan lancar sehingga mudah mendorong darah masuk kejantung dan menurunkan tekanan sistolik. Keadaan yang relaks menyebabkan penurunan tajam pada tekanan ventrikel yang menyebabkan

aliran darah lebih lancar dan akhirnya tekanan diastolik akan turun (4).
Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti ingin memberikan intervensi pijat kakiidan rendam kakiiair hangat dengan lemon pada klien bernama Ny. S yang dapat dianjurkan sebagai salah satu terapi non-farmakologis untuk mengurangi tekanan darah tinggi dalam kehamilan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kasus dengan desain *pretest* dan *posttest*. Sebelum dilakukan penelitian, peneliti melakukan pengumpulan data menggunakan lembar assesmen keperawatan *antenatal care* dengan melakukan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Selanjutnya dilakukan penegakan diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi. Penyusunan diagnosis keperawatan, tujuan dan intervensi keperawatan berdasarkan buku NANDA *International* Diagnosis Keperawatan, NOC (*Nursing Outcomes Classifications*) dan NIC (*Nursing Interventions Classifications*).

Penelitian ini dilakukan selama 7 hari dan dimulai dari tanggal 20 November 2023 sampai dengan 26 November 2023. Penelitian ini dilakukan di Desa Awang Bangkal Barat. Desa Awang Bangkal Barat merupakan bagian dari pinggiran kota dan merupakan salah satu bentuk wilayah lahan basah (pemukiman di bantaran sungai) mempunyai luas wilayah 3228 Ha. Dengan jumlah penduduk 3.113 jiwa yang terdiri dari 1.607 orang laki-laki dan perempuan 1.506 orang, jumlah kepala keluarga sebanyak 1.032 KK. Desa Awang Bangkal Barat terdiri dari 7 RT, yakni RT 01, RT 02, RT 03, RT 04, RT 05, RT 06, dan RT 07 dengan sebagian wilayah merupakan dataran tinggi yang dipenuhi hutan industri maupun konservasi, sawah, dan perkebunan.

Intervensi yang dilakukan yaitu pijat dan rendam kaki air hangat dengan lemon untuk menurunkan tekanan darah. Sebelum pemberian intervensi dilakukan pengukuran tekanan darah, dimulai pijat kaki menggunakan minyak pijat. Pasien saat dipijat duduk senyaman mungkin, menangkup telapak tangan pada kaki, merilekskan jari-jari ke arah depan dan belakang. Pijat ringan mulai dari tumit, bergerak ke ujung-ujung jari kaki dengan kedua tangan, selanjutnya pijat pada bawah tumit kaki dengan lembut tarik kaki ke arah pemijat mulai tumit kearah ujung jari kaki selama 15 menit.

Kemudian dilanjutkan rendam kaki air hangat 38-40 C yang di campur air dingin 1-2 liter diisi kedalam baskom, pastikan suhu air hangat ruam kuku dan pasien nyaman dengan suhu air. Masukkan potongan lemon berbentuk bulat seberat 200 gram setara dengan 2 buah lemon berukuran sekepal genggaman tangan kedalam baskom. Masukkan kaki ke dalam baskom air hangat setinggi di atas mata kaki selama 15 menit. Setelah selesai, minta pasien rileks sekitar 10 menit, kemudian lakukan pengukuran tekanan darah setelah pemberian intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengkajian dilakukan pada tanggal 09 November 2023 pukul 16.00 WITA di rumah klien bernama Ny. S berusia 35 tahun berjenis kelamin perempuan. Pendidikan terakhir klien adalah S1 (Sarjana), suku banjar, beragama islam, sudah menikah, dengan diagnosis hipertensi dalam kehamilan. Tempat tinggal klien beralamat di Jl Ir PM Noor RT 2 Desa Awang Bangkal Barat, Kecamatan Karang Intan, Kabupaten Banjar. Keadaan umum klien saat dilakukan pengkajian secara keseluruhan baik. Klien saat ini sedang hamil anak ketiga G3P2A0 dengan usia kandungan 16 minggu, Ny. S mengatakan kalau

beraktivias yang berat merasa kecapean terkadang mengeluhkan pusing karena cuaca yang sangat panas. Biasanya Ny. S hanya beristirahat jika merasakan kecapen dan pusing. Dari Keluarga Ny. S memiliki Riwayat Hipertensi keturunan dari sang ayah, riwayat persalinan anak pertama normal, anak kedua SC karena Ny. S mengalami PEB.

Saat ini merupakan kehamilan ketiga untuk Ny. S dengan usia kandungan 19 minggu dengan HPHT 17 Juni 2023, tafsiran kelahiran Ny. S pada 24 Maret 2024. Ny. S biasanya memeriksakan kehamilan dengan Bidan Desa Awang Bangkal Barat, Ny. S juga mengikuti kelas ibu hamil yang diadakan Bidan. Pola nutrisi Ny. S tidak mengalami perubahan yang signifikan, Ny. S mengatakan biasa makan 3 kali sehari dengan porsi yang sedang yakni saat pagi, siang hari, dan malam hari. Klien suka makan ikan kering atau yang sudah difermentasi, tetapi tidak mengonsumsi yang secara berlebihan. Tanggal defekasi terakhir klien 09 November 2023 dengan frekuensi defekasi 1 hari sekali. Konsistensi padat dan berwarna kuning. Klien mengatakan tidak ada masalah dalam BAB dan selalu lancar setiap harinya. Frekuensi berkemih pasien sehari bisa mencapai 4-5 kali tergantung cairan yang dikonsumsi klien. Klien mengatakan tidak ada keluhan berkemih.

Klien mampu melakukan seluruh aktivitas dan perawatan diri secara mandiri. Saat pagi hari mampu melakukan aktivitas seperti memasak, cuci baju dan menyapu. Jika pagi dan siang hari, Ny. S menjemput anak pertamanya sekolah. Ny. S mengatakan saat ini tidak mengalami kesulitan untuk tidur. Secara keseluruhan fungsi penglihatan dan pendengaran Ny. S baik dan tidak ada masalah. Fungsi pendengaran Ny. S baik, hal ini dibuktikan dengan klien mampu menjawab pertanyaan yang perawat berikan. Setelah dilakukan wawancara tentang hipertensi, klien masih belum banyak memahami tentang hipertensi. Klien juga mengatakan meskipun mengetahui menderita hipertensi, klien jarang melakukan pemeriksaan biasanya saat posyandu. Ny. S tidak mengkonsumsi obat untuk darah tinggi. Pemeriksaan penunjang pada Ny. S TD: 130/90 mmHg, N: 79 x/menit, RR: 19 x/menit, BB: 57 kg, TB: 153 cm dan LILA: 30 cm.

Berdasarkan data tersebut maka peneliti mengangkat diagnosis keperawatan yaitu ketidakefektifan perfusi jaringan perifer b.d kurang pengetahuan terkait proses penyakit d.d Ny. S memiliki Riwayat PEB saat melahirkan anak kedua, terkadang mengeluhkan pusing dan suka makan ikam asin atau ikan yang sudah difermentasi dengan intervensi pengajaran proses penyakit, ketidakefektifan manajemen mandiri kesehatan b.d ketidakefektifan pola perawatan kesehatan d.d gagal melakukan tindakan untuk mengurangi faktor risiko dan menerapkan program perawatan dalam kehidupan sehari – hari dengan luaran yang ditargetkan yaitu manajemen kesehatan dengan intervensi edukasi program pengobatan dan terapi komplementer.

Faktor yang mempengaruhi hipertensi dalam kehamilan salah satunya usia. Orang yang berusia dibawah 20 tahun dan di atas 35 tahun juga disebut sebagai usia berisiko tinggi mengalami komplikasi saat kehamilan. Pada usia 35 tahun, terjadi proses degeneratif yang menyebabkan perubahan struktural dan fungsional pada pembuluh darah perifer yang bertanggung jawab terhadap perubahan tekanan darah, sehingga lebih rentan mengalami preeklampsia. Umur 35 tahun keatas sudah terjadi perubahan pada jaringan dan alat kandungan serta jalan lahir tidak lentur lagi pada umur tersebut cenderung didapatkan penyakit

lainnya di dalam tubuh ibu hamil salah satunya hipertensi (5).

Pencegahan dari penyakit hipertensi diawali dengan adanya pemahaman terkait dengan konsep penyakit hipertensi serta pola hidup sehat. Hubungan antara pengetahuan dengan hipertensi bisa dikatakan hubungan tidak langsung. Hal ini karena adanya peran pengetahuan yang kemudian akan menimbulkan kesadaran seseorang. Kesadaran masyarakat tentang faktor Risiko hipertensi akan membuat mereka dengan sadar merubah gaya hidupnya (6). Menurut (7) pengetahuan yang baik dapat mempengaruhi kepatuhan seseorang terhadap diet garam, menerapkan pola makan yang sehat, hingga dapat melakukan pengontrolan tekanan darah. Selama implementasi edukasi program pengobatan dalam jangka waktu 7 hari, terdapat perubahan pola hidup pada Ny. S seperti peningkatan perubahan pola makan dari makanan yang mengandung gorengan, santan, ataupun tinggi natrium menjadi makanan yang diolah dengan direbus dan dikukus, serta makan sayuran hijau tanpa santan.

Bentuk intervensi yang ditawarkan pada Ny. S untuk membantu mengurangi tekanan darah tinggi adalah pemberian terapi pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon. Sejalan dengan penelitian Putri Damarsanti 2018, bahwa ada pengaruh merendam kaki dengan air hangat untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada ibu hamil. Selain dapat menurunkan tekanan darah terapi ini juga dapat menurunkan kecemasan, banyak maanfaat yang didapat dalam terapi ini (8). Rendam kaki dengan air hangat salah satu metode efektif yang memberikan rasa panas pada tubuh untuk mengurangi rasa yang tidak nyaman. Merendam kaki dengan air yang bersuhu 37C-39C selama 15 menit dapat menekan saraf simpatis yang memberikan efek relaksasi sehingga aktivitas saraf parasimpatis lebih aktif berperan (4).

Perpindahan panas dari air hangat ke tubuh dari terapi ini dapat menyebabkan pembuluh darah melebar dan ketegangan otot berkurang, sehingga peredaran darah lancar. Hal ini mempengaruhi tekanan arteri oleh baroreseptor pada sinus kortikus dan arkus aorta yang akan mengirimkan impuls yang dibawa serabut saraf yang menginformasikan otak dari seluruh bagian tentang tekanan darah, volume darah dan kebutuhan semua organ ke pusat saraf simpatis dan medulla. Respon tekanan sistolik, otot ventrikel yang akan merangsang ventrikel untuk segera berkontraksi. Pada awal kontraksi, katup aorta dan katup semilunar belum terbuka. Katup aorta akan terbuka ketika tekanan di ventrikel melebihi tekanan di katup aorta. Dengam melebarnya pembuluh darah, darah mengalir lancar sehingga mudah mendorong darah ke jantung dan menurunkan tekanan sistolik. Keadaan relaksasi ventrikular isovolemik menyebabkan penurunan tajam tekanan di dalam ventrikel sehingga menyebabkan aliran darah lebih lancar dan akhirnya tekanan diastolik juga turun (4).

Denyut nadi adalah gelombang yang bisa dirasakan di arteri saat darah di pompa mulai jantung. Darah yang didorong ke aorta sistol tidak hanya bergerak maju di dalam pembuluh darah, tetapi juga menciptakan gelombang tekanan yang bergerak di sepanjang arteri. Denyut nadi yang teraba dalah gelombang tekanan yang meregangkan dinding arteri sepanjang jalurnya (4). Hipertensi memiliki hubungan terhadap peningkatan nadi. Turunnya tekanan sistol dan siastol akan mempengaruhi penurunan nadi pada ibu hamil dengan hipertensi.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Tekanan Darah

No	Hari / Tanggal	Tekanan Darah Sebelum Intervensi	Tekanan Darah Sesudah Pemberian Intervensi
1	Senin, 20 November 2023	147 / 105 mmHg	140 / 79 mmHg
2	Selasa, 21 November 2023	138 / 98 mmHg	124 / 88 mmHg
3	Rabu, 22 November 2023	131 / 91 mmHg	123 / 87 mmHg
4	Kamis, 23 November 2023	134 / 98 mmHg	124 / 86 mmHg
5	Jumat, 24 November 2023	133 / 93 mmHg	127 / 91 mmHg
6	Sabtu, 25 November 2023	134 / 99 mmHg	129 / 95 mmHg
7	Minggu, 26 November 2023	133 / 88 mmHg	124 / 95 mmHg

Pemberian terapi pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon kepada Ny. S dilakukan dari tanggal 20 November 2023 hingga 26 November 2023 setiap pukul 11.00 WITA. Sebelum pemberian terapi pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon, peneliti melakukan pengukuran tekanan darah pada Ny. S sebelum pemberian dan 15 menit sesudah pemberian.

Berdasarkan tabel 1, terjadi penurunan tekanan darah yang artinya ada pengaruh penurunan tekanan darah saat pemberian terapi terhadap Ny. S. Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diketahui bahwa setelah dilakukan pemberian terapi yang dilakukan secara rutin 7 hari, terdapat penurunan tekanan darah. Pada tabel 1 menunjukkan bahwa dalam 2 hari sudah terlihat penurunan tekanan darah terdahap Ny. S, pada penelitian Liszayanti, F (2019) setelah diberikan terapi rendam kaki air hangat selama 3 hari dengan nilai *p-value* 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan terapi rendam kaki air hangat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam 2 hari sudah dapat menurunkan tekanan darah, namun untuk hasil yang lebih maksimal maka dilakukan intervensi lebih lama. Setelah responden diberikan perlakuan rendam kaki dengan air hangat responden kembali diukur tekanan darahnya. Pengukuran tekanan darah dilakukan pada 10 menit setelah dilakukan rendam kaki air hangat untuk mengetahui ada atau tidaknya perubahan tekanan darah setelah diberikan perlakuan. Hal ini menunjukkan bahwa terapi kombinasi pijat kaki dan rendam air hangat dicampur lemon secara rutin efektif menurunkan tekanan darah pada ibu hamil yang mengalami hipertensi dalam kehamilan (9).

KETERBATASAN

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu responden dari penelitian ini hanya satu orang dan variabel dari penelitian ini hanya berfokus pada efektivitas pemberian terapi pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon terhadap penurunan tekanan darah. Selain itu, penelitian ini berfokus pada efektivitas pijat kaki dan rendam kaki air hangat dangan lemon sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut terkait dengan efektivitas pijat kaki dan rendam kaki air hangat dangan lemon untuk menurunkan tekanan darah dalam kombinasi Tindakan atau aroma yang berbeda. Dalam terapi pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon, belum ada standarisasi di waktu kapan dilakukan

terapi. Rencana tindak lanjut untuk klien dengan memberikan *leaflet* yang didalamnya berisi tentang konsep hipertensi dalam kehamilan dan prosedur terapi pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon agar klien dapat melanjutkan terapi sendiri.

ETIKA PENELITIAN

Penelitian ini memperhatikan aspek *informed consent, anonymity*, otonomi, *confidentiality, beneficience*. Peneliti memberikan penjelasan terkait dengan manfaat dan tujuan penelitian kepada klien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ditemukan adanya konflik kepentingan dalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing Ibu Rieh Firdausi, S.Kep., Ns., M.Kep, yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ners ini. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada dosen penguji Ibu Fitri Ayatul Azlina, S.Kep., Ns., M.Kep yang telah memberi kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi semakin baik, serta keluarga Ny. S yang telah berkenan diberikan asuhan keperawatan selama penelitian ini berlangsung.

PENUTUP

Intervensi pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon pada Ny. S sebanyak 1 kali sehari selama 7 hari efektif menurunkan tekanan darah, ditandai dengan adanya penurunan tekanan darah Ny. S dari hari ke-1 147/ 105 mmHg, menjadi 124/95 mmHg (hari ke 7). Rekomendasi untuk klien yaitu diharapkan klien mampu menerapkan tindakan keperawatan yang telah diajarkan secara mandiri untuk mengontrol tekanan darah seperti melakukan aktivitas fisik, diet makanan yang sehat, minum obat sesuai anjuran, dan menerapkan terapi pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon sebagai terapi alternatif.

Intervensi pijat kaki dan rendam kaki air hangat dengan lemon juga diharapkan dapat menjadi salah satu terapi yang dapat diterapkan apabila mendapati pasien dengan tekanan darah tinggi. Perawat di lapangan khususnya di komunitas juga diharapkan lebih menunjukkan perannya dalam memotivasi ibu dengan hipertensi dalam kehamilan untuk rutin memeriksakan kesehatannya. Dalam memberikan asuhan keperawatan perawat juga diharap dapat melibatkan keluarga sebagai *support system* bagi klien, karena dukungan dari anggota keluarga dapat memotivasi klien untuk mengontrol hipertensinya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ivana Kabuhung E, Mariana F, Rina. Efektivitas Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat dan Serai terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kintap. Heal Res J Indones. 2023;1(6):293–9.
2. Ambarsari EM, Ermiati E, Hidayati NO. Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat dan Musik Klasik terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil dengan Hipertensi. J Nurs Care. 2020;3(3):221–8.
3. Pramesti TA, Indriani NWN, Trisnadewi NW, Juliawan DG. the Effect of Foot Massage on Sleep Quality in the Elderly. Pros Semin Nas. 2019;(Seminar Nasional Seri ke III):215–23.
4. Andansari N, Suparmi S, Ariyanti I. Pengaruh pijat kaki dalam menurunkan tekanan darah pada

kasus hipertensi dalam kehamilan. Holistik J Kesehat. 2022;16(2):182–90.
5. Annisa N. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Pattallassang Kabupaten Takalar Tahun 2022. 2022;1–101.
6. Khasanah U, Anwar S, Sofiani Y. Edukasi Masyarakat Dalam Peningkatan Pencegahan dan Perawatan Hipertensi dan DM Desa Kaliasin Kecamatan Sukamulya Kabupaten Tangerang. Semin Nas Pengabdi Masy LPPM UMJ. 2019;1(1):1–10.
7. Akbar H, Tumiwa FF. Edukasi Upaya Pencegahan Hipertensi pada Masyarakat di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow. JPKMI (Jurnal Pengabdi Kpd Masy Indones. 2020;1(3):154–60.
8. Damarsanti P, Anggraini R, Setianingsih. Pengaruh Rendam Kaki dengan Air Hangat terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pegandon Kendal. NURSCOPE J Keperawatan Pemikir Ilm. 2018;4(31):1–10.
9. Liszayanti F, Rejeki S. Pengaruh Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat dan Serai terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil Penderita Pre Eklamsi. Pros Fak Ilmu Kesehatan, Univ Muhammadiyah Semarang. 2019;2:299–309.