

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Pengkajian terhadap pasien Tn. DD dan Ny. T yang telah dilaksanakan selama satu minggu dan mengimplementasikan terapi non farmakologi yaitu rendam kaki menggunakan air hangat selama 30 menit dilakukan selama 3 hari pada pagi hari. Hasil pengkajian didapatkan data tekanan darah Tn. DD yaitu 138/90 mmHg dan Ny. T sebesar 144/77 mmHg. Kedua pasien mempunyai keluhan yang sama disaat mengalami peningkatan tekanan darah yaitu merasa pusing, kepala terasa berat, rasa ketidaknyamanan didaerah tengkuk seperti di tekan, dan badan terasa lemas. Selain itu Tn. DD mengatakan bahwa dirinya menderita hipertensi sudah sejak lama dan merupakan dampak dari gaya dan pola hidup yang tidak sehat di usia muda dahulu. Sedangkan Ny. T mengatakan bahwa dirinya menderita hipertensi salah satunya merupakan faktor keturunan dari sang ibunya dan tidak hanya itu faktor pola makan, minimnya olahraga dan kehidupan sehari-hari kurang sehat dikala usia muda menjadi faktor yang berperan cukup besar mengapa dirinya menderita penyakit hipertensi. Kedua pasien mengatakan bahwa setiap hari mengkonsumsi obat pengendali tekanan darah yang diresepkan oleh dokter.

Terapi rendam kaki menggunakan air hangat merupakan salah satu dari terapi non medis yang sangat mudah dilakukan oleh lansia dan tidak memerlukan uang untuk melakukannya. Terapi ini memiliki manfaat yang cukup besar dalam

penurunan tekanan darah apabila dilakukan secara kondisisten dan benar. Tidak hanya memberikan keuntuggan penurunan tekanan darah, namun juga meningkatkan kulaitas tidur, tubuh menjadi lebih rileks dan bugar. Namun perlu diperhatikan meskipun terapi ini bukan menjadi terapi utama dan merupakan terapi pendamping, harus tetap dilakukan dengan sungguh-sungguh supaya manfaatnya dirasakan dengan maksimal. Selain itu terapi ini, bukan menjadi terapi utama dan pasien harus tetap patuh mengkomsumsi obat pengendali tekanan darah dengan patuh.

Penulis melakukan implementasi asuhan keperawatan pada Tn. DD dan Ny. T yaitu rendam kaki menggunakan air hangat dengan durasi 20-30 menit selama 3 hari dari tanggal 30-31 Agustus 2024 dan 02-04 September 2024 dilaksanan di Sasana Trensa Werda Ria Pembangunan pada pagi hari pukul 08.00 Wib samapai dengan selesai. Setelah dilakukan implementasi didapatkan data bahwa kedua pasien setelah menjalankan terapi terjadi penurunan tekanan darah yang cukup signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa penerapan terapi non medis dilakukan secara benar dan tepat memberikan manfaat yang besar seperti terapi rendam kaki dengan air hangat yang dapat menurunkan tekanan darah.

Hasil analisis evaluasi keseluruhan diketahui Ny. T mempunyai presentase penurunan tekanan darah lebih tinggi dibandingkan Tn. DD hal ini dikarenakan ada salah satu faktor yang berperan penting yaitu jenis kelamin. Dimana perbedaan ini diduga kuat mempengaruhi penurunan tekanan darah, dimana dari jenis kelamin ini mempunyai perbedaan diantaranya hormon, estrogen pada wanita dan testoteron pada laki-laki. Pengaruh hormon ini menjadi salah satu

catatan penting alasan penurunan tekanan darah pada kedua pasien meskipun tingkat hormon keduanya sudah jauh menurun dibandingkan saat usia muda.

Penulis memberikan saran kepada pasien penderita hipertensi khususnya Tn. DD dan Ny. T yaitu harus konsisten menjaga kesehatan tubuhnya dan mengontrol tekanan darah dengan cara patuh mengkonsumsi obat darah tinggi, menghindari faktor risiko hipertensi dan sebagai terapi pendukung dapat melakukan terapi non farmakologi secara mandiri salah satunya yaitu terapi rendam kaki menggunakan air hangat sesuai dengan prosedur pelaksanaannya. Serta harus rutin melakukan pemeriksaan kesehatan ke pelayanan terdekat untuk mengontrol tekanan darah dan meminimalisir terjadinya komplikasi yang tidak diketahui.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Bagi Sasana Tresna Werda RIA Pembangunan

Hasil penulisan ini diharapkan menjadi salah satu terobosan pengendalian tekanan darah tinggi dengan terapi nonfarmakologi di STW RIA Pembangunan dengan pemberian asuhan keperawatan rendam kaki hangat sebagai salah satu intervensi untuk mengatasi masalah hipertensi pada pasien lansia dan yang harus dipertahankan ketika memberikan terapi non farmakologi seperti rendam kaki hangat yaitu tingkat usia, kerentanan, jenis kelamin dan derajat hipertensi pada pasien.

### 5.2.2 Bagi Prodi Keperawatan Universitas Nasional Jakarta

Hasil penulisan ini diharapkan menjadi sumber informasi ataupun literature bagi perawat dan mahasiswa keperawatan dalam penanganan hipertensi dengan metode non medis yaitu rendam kaki dengan air hangat.

Selain itu diharapkan agar perawat mampu memaksimalkan peranan untuk memberikan asuhan keperawatan dan edukasi bagi pasien secara komprehensif agar meningkatkan mutu pendidikan kesehatan secara optimal.

### 5.2.3 Bagi Penulis Selanjutnya

Hasil penulisan ini bisa dijadikan rujukan atau sumber literature bagi mahasiswa keperawatan yang akan melakukan penelitian sejenis dan diharapkan juga penelitian selanjutnya dapat melakukan modifikasi terapi ini supaya lebih meningkatkan khasiatnya baik dari suhu air 31-37 °C, penambahan rempah-rempah dalam rendaman air hangat dan sebagainya dan pastinya masih berhubungan dengan intervensi rendam kaki hangat pada pasien lansia dengan hipertensi.