



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI
KELURAHAN KUTOARJO DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
NYERI AKUT YANG DIBERIKAN TERAPI KOMBINASI
RENDAM AIR HANGAT DENGAN JAHE
DAN RELAKSASI NAFAS DALAM**

ZHAFIRA KARTIKA SARI

202201090

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

PROGRAM KEPERAWATAN DIPLOMA III

TAHUN AKADEMIK

2025



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI
KELURAHAN KUTOARJO DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
NYERI AKUT YANG DIBERIKAN TERAPI KOMBINASI
RENDAM AIR HANGAT DENGAN JAHE
DAN RELAKSASI NAFAS DALAM**

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu Persyaratan untuk
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III

ZHAFIRA KARTIKA SARI

202201090

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN DIPLOMA III

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

TAHUN AKADEMIK

2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zhafira Kartika Sari

Nim : 202201090

Prodi : D3 Keperawatan

Institusi : Universitas Muhammadiyah Gombong

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Gombong, 02 Juli 2025

Pembuat pernyataan



Zhafira Kartika Sari

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademika Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zhafira Kartika Sari

Nim : 202201090

Program Studi : D3 Keperawatan

Jenis Karya : KTI (Karya Tulis Ilmiah)

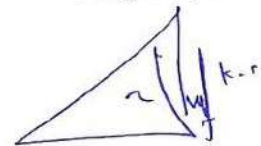
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut yang diberikan Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam”. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini. Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media atau formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di: Gombong

Pada tanggal: 02 Juli 2025

Yang menyatakan



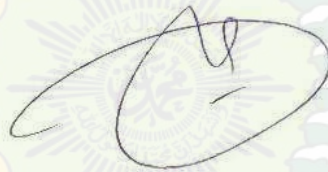
(Zhafira Kartika Sari)

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Zhafira Kartika Sari (202201090) dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut yang diberikan Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam” telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan.

Gombong, 02 Juli 2025

Pembimbing



Cahyu Septiwi, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KMB, Ph.D

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Zhafira Kartika Sari (202201090) dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut yang diberikan Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam” telah di pertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 02 Juli 2025.

Dewan Penguji

Penguji Ketua:

Dadi Santoso, S.Kep., Ns., M.Kep.

(.....)

Penguji Anggota:

Cahyu Septiwi, S.Kep., Ns., M.Kep.,
Sp.KMB, Ph.D

(.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut yang diberikan Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam”. Dalam menyusun KTI ini peneliti menemui banyak kendala dan kekurangan, namun berkat bimbingan, dorongan dan semangat dari berbagai pihak, peneliti mampu untuk menyelesaikannya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, hidayah, serta inayahNya sehingga peneliti diberikan kemudahan dan kelancaran dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
2. Untuk kedua orang tua tercintaku yaitu Ibu Wahyuni dan Ayah Dwi Sukartiko sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terimakasih yang tiada terhingga penulis persembahkan karya tulis ini kepada ayah dan ibu yang telah memberikan doa, motivasi, dan segala dukungan serta cinta kasih yang tiada terhingga. Semoga ini menjadi awal untuk membuat ayah dan ibu bahagia, karena penulis sadar selama ini belum bisa berbuat yang lebih untuk ayah dan ibu.
3. Kepada kakak saya yaitu Kakak Wahyu Aji Ramadhan yang selalu memberikan saya semangat motivasi dan doa dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.
4. Ibu Dr. Hj. Herniyatun M.Kep., Sp.Mat., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada peneliti untuk menyelesaikan program studi.
5. Bapak Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Kepala Akademik Program Studi Diploma III yang telah memberikan dukungan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.

6. Ibu Cahyu Septiwi, S.Kep., Ns., Mkep., Sp.KMB. Ph.D, selaku pembimbing 1 sebagai teknis materi dalam menyusun karya tulis ilmiah ini.
7. Bapak Dadi Santoso, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan untuk karya tulis ilmiah ini.
8. Teruntuk sahabatku Vitria, Vatma, Nafisa terimakasih untuk menjadi *partner* bertumbuh disegala kondisi yang terkadang tidak terduga, menjadi pendengar terbaik untuk peneliti serta menjadi orang yang selalu memberikan semangat dan meyakinkan peneliti segala masalah yang dihadapi selama proses karya tulis ilmiah berakhir.
9. Teruntuk Hafid Syarif Hidayatulloh terimakasih telah bersedia menemani di hari-hari tersulit dalam proses penyelesaian karya tulis ilmiah penulis dan untuk segala dukungan serta semangat yang tidak pernah henti diberikan kepada penulis.
10. *Last but not least*, terimakasih untuk Zhafira Kartika Sari, diri saya sendiri karena mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan di luar keadaan dan tak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun prosesnya.

**Program Studi Keperawatan Program Diploma III
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Kti, April 2025**

Zhafira Kartika Sari¹⁾, Cahyu Septiwi²⁾
Email: zhafirakartikasari8116@gmail.com

ABSTRAK

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT YANG DIBERIKAN TERAPI KOMBINASI RENDAM AIR HANGAT DENGAN JAHE DAN RELAKSASI NAFAS DALAM DI KELURAHAN KUTOARJO

Latar belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk nyeri akut. Penatalaksanaan nyeri akut pada pasien hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologis maupun non-farmakologis. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang dapat diterapkan adalah terapi kombinasi rendam air hangat dengan jahe dan relaksasi nafas dalam. Terapi ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, merelaksasikan otot, serta menurunkan intensitas nyeri secara alami.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut yang diberikan terapi kombinasi rendam air hangat dengan jahe dan relaksasi nafas dalam.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan, meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Subjek penelitian terdiri dari tiga orang pasien hipertensi dengan nyeri akut di Desa Kutoarjo, yang mendapatkan intervensi terapi kombinasi selama tiga hari berturut-turut. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan pengukuran skala nyeri dengan menggunakan *Numeric Pain Scale*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi kombinasi rendam air hangat dengan jahe dan relaksasi nafas dalam, terjadi penurunan skala nyeri pada ketiga pasien. Pasien melaporkan adanya perasaan lebih rileks, berkurangnya ketegangan otot, serta peningkatan kenyamanan dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Rekomendasi: Penelitian lebih lanjut disarankan untuk memperluas jumlah sampel dan mempertimbangkan variabel lain yang dapat mempengaruhi efektivitas terapi. Selain itu, tenaga kesehatan dapat mengedukasi pasien hipertensi mengenai manfaat terapi ini agar dapat diterapkan secara mandiri di rumah.

Kata kunci: Nyeri Akut, Relaksasi Nafas Dalam, Jahe, Hipertensi, Rendam Air Hangat.

¹ Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

² Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Diploma III Nursing Study Program
Faculty of Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
Scientific Paper, April 2025

Zhafira Kartika Sari¹⁾, Cahyu Septiwi²⁾
Email: zhafirakartikasari8116@gmail.com

ABSTRACT

ANALYSIS OF NURSING CARE FOR HYPERTENSIVE PATIENTS WITH ACUTE PAIN MANAGEMENT USING A COMBINATION OF WARM WATER SOAKING WITH GINGER AND DEEP BREATHING RELAXATION IN KUTOARJO VILLAGE

Background: Hypertension is a chronic disease that can cause various complications, including acute pain. The management of acute pain in hypertensive patients can be carried out using both pharmacological and non-pharmacological therapies. One non-pharmacological approach that can be applied is a combination therapy of warm water soaking with ginger and deep breathing relaxation. This therapy aims to improve blood circulation, relax muscles, and naturally reduce pain intensity.

Objective: This study aims to analyze nursing care for hypertensive patients with acute pain who receive combination therapy of warm water soaking with ginger and deep breathing relaxation.

Method: This research employed a case study method with a nursing care approach, including assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. The study subjects consisted of three hypertensive patients with acute pain in Kutoarjo Village, who received combination therapy interventions for three consecutive days. Data were collected through observation, interviews, and pain scale measurements using the Numeric Pain Scale.

Results: The study results showed that after receiving combination therapy of warm water soaking with ginger and deep breathing relaxation, all three patients experienced a reduction in pain scale. Patients reported feeling more relaxed, decreased muscle tension, and increased comfort in performing daily activities.

Recommendation: Further research is recommended to expand the sample size and consider other variables that may influence therapy effectiveness. Additionally, healthcare professionals should educate hypertensive patients on the benefits of this therapy so that it can be applied independently at home.

Keywords: *Acute Pain, Deep Breathing Relaxation, Ginger, Hypertension, Warm Water Soaking.*

¹ Student of Universitas Muhammadiyah Gombong

² Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN LITERATUR.....	7
A. Tinjauan Pustaka	7
1. Konsep Medis Hipertensi	7
2. Konsep Keperawatan Nyeri Akut	11
B. Konsep Terapi	16

1. Pengertian Terapi Rendam Air Hangat yang dicampur Jahe	16
2. Tujuan dan Cara Terapi Rendam Air Hangat dengan Jahe.....	16
3. Pengaruh Terapi Rendam Air Hangat dengan Jahe	17
4. Definisi Terapi Relaksasi Nafas Dalam	18
5. Tujuan dan Cara Terapi Relaksasi Nafas Dalam	18
6. Pengaruh Terapi Relaksasi Nafas Dalam	18
C. Asuhan Keperawatan Nyeri Akut.....	19
1. Pengkajian	19
2. Diagnosa Keperawatan.....	21
3. Intervensi Keperawatan.....	21
4. Implementasi Keperawatan	24
5. Evaluasi Keperawatan	24
BAB III METODE PENGAMBILAN KASUS.....	25
A. Desain Karya Tulis.....	25
B. Pengambilan Subjek.....	25
C. Lokasi dan Pengambilan Kasus.....	26
D. Definisi Operasional.....	26
E. Instrumen Penelitian.....	27
F. Langkah Pengambilan Data.....	28
G. Etika Studi Kasus	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
A. Gambaran Umum Pasien.....	31
B. Ringkasan Hasil Inovasi Penerapan Tindakan	70
C. Pembahasan.....	76
D. Keterbatasan	83

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	84
A. Kesimpulan.....	84
B. Saran.....	85
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Gejala dan Tanda Nyeri Akut

Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan Nyeri Akut

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Tabel 3.2 SOP Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe serta Relaksasi Nafas Dalam

Tabel 4.1 Lembar Observasi sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam Pasien 1

Tabel 4.2 Lembar Observasi sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam Pasien 2

Tabel 4.3 Lembar Observasi sebelum dan sesudah dilakukan Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam Pasien 3

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 *Pathway* Nyeri Akut

Gambar 2.2 *Pathway* Nyeri Akut

Gambar 2.3 *Pathway* Nyeri Akut



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Asuhan Keperawatan

Lampiran 2 Penjelasan Untuk Mengikuti Penelitian (PSP)

Lampiran 3 *Informed Consent*

Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur Pemberian Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe serta Relaksasi Nafas Dalam

Lampiran 5 Lembar Observasi Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam

Lampiran 6 Lembar Hasil Cek Similarity/Plagiasi

Lampiran 7 Lembar Konsultasi

Lampiran 8 Lembar Bimbingan Abstrak

Lampiran 9 Dokumentasi

Lampiran 10 Materi Edukasi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi ialah kondisi tekanan darah $> 140/90$ mmHg (WHO, 2023). Hipertensi merupakan kondisi tensi lebih dari 140/90 (Wati *et al.*, 2023). Hipertensi banyak diderita orang di seluruh dunia. Orang dewasa (30-79 tahun) di seluruh dunia pada tahun 2023 yang didiagnosa hipertensi ialah 1,28 miliar penderita. Ditaksirkan 46% dari jumlah tersebut tidak menyadari kondisi tersebut (WHO, 2023). Di Indonesia terdapat 658.201 orang dewasa dengan usia ≥ 18 tahun yang menderita hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Menurut Dinkes Provinsi Jawa Tengah pada 2021 terdapat 8.700.512 penderita yang menderita hipertensi. Jumlah penderita tekanan darah tinggi dengan rentang usia ≥ 18 tahun di Wilayah Kabupaten Purworejo ialah 887 orang (Riskesdas, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan di Kelurahan Kutoarjo terdapat kurang lebih 10 orang yang menderita hipertensi dengan rentang usia lebih dari 45 tahun.

Umumnya penyebab tekanan darah tinggi dapat digolongkan sesuai penyebab primer dan penyebab sekunder. Hipertensi primer mendominasi diantara penyebab hipertensi. Artinya, 95% dari kasus tekanan darah tinggi merupakan hipertensi primer dan 5% sisanya ialah hipertensi sekunder (Tika, 2021). Beberapa faktor resiko lainnya yang membuat seseorang didiagnosa hipertensi meliputi genetika, berat badan berlebih, kurangnya aktifitas fisik, stress, pola makan tidak sehat seperti makanan tinggi garam, usia, kafein, usia dan sebagainya (Purwono *et al.*, 2020).

Penderita hipertensi akan mengalami gejala klinis yaitu pusing, emosian, telinga berdenging, kesulitan dalam tidur, napas yang sesak, fatigue, penglihatan kabur, dan mimisan. Gejala klinis lainnya yang timbul ketika seseorang menderita hipertensi yang sudah bertahun-tahun adalah mengalami

sakit kepala yang terkadang dengan nausea karena tingginya tekanan pada otak (Falo *et al.*, 2023).

Untuk mengatasi hal tersebut terdapat dua terapi untuk mengatasi hipertensi ialah terapi farmakologis maupun non farmakologis. Terapi farmakologis berupa pemberian antihipertensi dan terapi non farmakologis yang ditujukan buat pasien hipertensi meliputi pengurangan alkoholik maupun garam, olahraga yang dilakukan secara teratur, terapi relaksasi, serta penurunan berat badan (Bagus Tri Saputra *et al.*, 2023).

Terapi non farmakologi untuk mengatasi hipertensi ialah terapi napas dalam. Terapi relaksasi napas dalam ialah sebuah teknik yang dapat diaplikasikan dalam pengurangan tingkat stres serta rasa sakit atau dalam istilah medis disebut nyeri. Teknik relaksasi dilaksanakan dengan cara bernapas secara perlahan, berirama, serta dilaksanakan dengan mata yang tertutup (Rika Widianita, 2023). Dalam studi yang dilakukan oleh Anggraini (2020), ditemukan bahwa metode relaksasi seperti pernapasan dalam memiliki manfaat signifikan dalam membantu pasien hipertensi mengurangi tekanan darah mereka. Dengan mengajarkan pasien cara menarik napas dalam secara perlahan dan teratur, tekanan darah mereka dapat dikendalikan secara lebih efektif. Temuan ini menunjukkan bahwa metode sederhana seperti latihan pernapasan dapat memberikan manfaat nyata bagi kesehatan pasien hipertensi (Anggraini, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Sisy Rizkia (2020) mengungkapkan bahwa teknik relaksasi seperti pernapasan dalam ternyata efektif dalam membantu pasien hipertensi mengurangi rasa nyeri yang mereka alami. Penelitian ini dilakukan di Bangsal 2B, RS Chuzan Okinawa, Jepang, dan menunjukkan hasil nyata: setelah pasien menjalani perawatan non-farmakologis dengan teknik relaksasi napas dalam, skor nyeri mereka berkurang dari angka 4 menjadi 3 (Sisy Rizkia, 2020).

Selain itu, terdapat juga terapi non farmakologis lainnya berupa merendam kaki air hangat menggunakan jahe. Dengan teknik tersebut dapat memberikan manfaat meliputi memperlancar sirkulasi darah serta merilekskan otot dalam tubuh. Kandungan gingerol yang terdapat dalam jahe mampu menghangatkan kulit (Sisy Rizkia, 2020). Hal ini didukung oleh penelitian Samalina Elizabeth Manetde (2023) dengan judul “Analisa Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut yang diberikan Tindakan Rendam Kaki menggunakan Air Hangat dengan Jahe di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Abiansema IV” yang mengungkapkan bahwa pemberian inovasi teknik kaki air hangat menggunakan jahe menunjukkan bahwa terjadi pengurangan nyeri menjadi nyeri ringan dari yang awalnya skala nyerinya sedang (Samalina Elizabeth Manetde, 2023).

Penelitian Sriyatna & Rahayu (2022) tentang “Pengaruh Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi” mengungkapkan merendam kaki dalam air hangat yang dicampur dengan jahe merah dapat membantu menurunkan tekanan darah *systole* maupun *diastole*. Pemberian terapi tersebut menimbulkan efek relaksan, dan menurunkan nyeri. Air hangat mempunyai efek fisiologis yang akan memberikan efek dilatasi pada pembuluh darah, menurunkan viskositas darah, mengurangi ketegangan yang terjadi pada otot, meningkatkan laju metabolisme, serta membuat permeabilitas meningkat (Sriyatna & Rahayu, 2022).

Penelitian Nurpratiwi, *et al.* (2021) dengan judul “Rendam Kaki Air Hangat Jahe dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi” mengungkapkan terapi komplementer merendam kaki dengan air hangat yang dicampur jahe dapat menjadi terapi tambahan yang efektif untuk membantu menurunkan tekanan darah, ketika dilakukan secara konsisten dan dengan penuh kedisiplinan. Terapi ini dapat diaplikasikan di rumah supaya mempermudah dalam penyediaan alat dan bahannya (Nurpratiwi *et al.*, 2021). Jahe mengandung senyawa seperti 6-*gingerdion*, 6-*gingerol*, dan *zingiberol* yang

memiliki manfaat luar biasa dalam mengurangi nyeri pada sendi. Senyawa-senyawa ini bekerja dengan menekan produksi *prostaglandin*, menghambat *leukotrien*, serta membantu meredakan peradangan, sehingga memberikan efek yang signifikan dalam mengurangi rasa nyeri (Dewi & Kudmasa, 2016).

Hasil analisis situasi yang dilakukan di Kelurahan Kutoarjo, Kecamatan Kutoarjo, Kabupaten Purworejo menyatakan masih banyak penderita hipertensi yang belum mengetahui bagaimana penatalaksanaan dari rasa nyeri yang dideritanya. Mereka mengungkapkan untuk meredakan nyerinya biasanya hanya dengan beristirahat, namun nyeri yang mereka alami tidak menghilang. Selain itu, mereka juga mengungkapkan bahwa karena nyeri tersebut membuat aktivitas yang mereka jalani terganggu. Oleh karena itu, maka diperlukan sebuah solusi untuk mengatasi berbagai permasalahan yang terjadi. Peneliti memiliki ketertarikan untuk menerapkan terapi rendam kaki menggunakan air hangat yang dicampur dengan jahe, mengingat metode ini telah terbukti efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah. Tak hanya efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah, terapi rendam kaki dengan air hangat yang dicampur jahe juga memberikan efek relaksasi yang sangat membantu pasien yang mengalami nyeri akut. Sebagai alternatif, dapat juga diberikan terapi relaksasi nafas dalam yang terbukti mampu menurunkan tingkat nyeri, tidak memerlukan intervensi khusus dari psikolog, murah, mampu di laksanakan kapanpun dan dimanapun, serta memiliki banyak manfaat. Peneliti tertarik untuk mengkolaborasikan terapi rendam kaki dengan air hangat yang dicampur jahe bersama teknik relaksasi pernapasan dalam. Dengan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan studi tentang “Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Melalui Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Pernapasan Dalam.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan berbagai fenomena yang muncul, maka rumusan dalam penelitian ini yaitu bagaimana gambaran analisis asuhan keperawatan pada pasien hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan masalah keperawatan nyeri akut yang diberikan terapi kombinasi rendam air hangat dengan jahe dan relaksasi nafas dalam?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan analisis askep hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan nyeri akut dengan rendam air hangat dengan jahe serta relaksasi nafas dalam.

2. Tujuan Khusus

- a. Menyajikan hasil pengkajian askep hipertensi di Kelurahan Kutoarjo.
- b. Memaparkan hasil analisa data askep hipertensi di Kelurahan Kutoarjo.
- c. Mendeskripsikan diagnosa keperawatan pasien hipertensi di Kelurahan Kutoarjo.
- d. Mendeskripsikan rencana askep hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan rendam air hangat dengan jahe serta relaksasi nafas dalam.
- e. Mendeskripsikan tindakan keperawatan pasien hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan nyeri akut dengan rendam air hangat dengan jahe serta relaksasi nafas dalam.
- f. Mendeskripsikan evaluasi keperawatan pasien hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan nyeri akut dengan rendam air hangat dengan jahe dan relaksasi nafas dalam.
- g. Memaparkan tanda dan gejala nyeri akut sebelum maupun sesudah diajarkan rendam air hangat dengan jahe dan relaksasi nafas dalam untuk pasien hipertensi di Kelurahan Kutoarjo.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Keilmuan

Menjadi literatur dan bahan pustaka pustaka askep nyeri akut pada pasien hipertensi dengan rendam air hangat dengan jahe serta relaksasi nafas dalam.

2. Manfaat Praktikal

a. Bagi Peneliti

Tambahan untuk meningkatkan pengetahuan tentang asuhan keperawatan nyeri akut pasien hipertensi serta sebagai sarana mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan di jenjang perkuliahan.

b. Bagi Pasien

Tambahan wawasan pengetahuan untuk mengatasi nyeri akut dengan rendam air hangat dengan jahe serta relaksasi nafas dalam yang dapat diaplikasikan baik oleh diri sendiri maupun ditularkan ke orang lain.

c. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan masyarakat tentang cara mengatasi nyeri akut menggunakan rendam air hangat dengan jahe serta relaksasi nafas dalam.

d. Untuk Kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi

Kemajuan dalam sains dan teknologi modern yang terus berkembang pesat mendorong lahirnya berbagai inovasi baru untuk menjawab tantangan, termasuk dalam hal penanganan nyeri akut. Upaya ini membuka peluang baru dalam pengembangan metode perawatan yang mampu memberikan kenyamanan dan solusi bagi mereka yang membutuhkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, Y. (2020). Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Jakarta. *Jurnal JKFT*, 5(1), 41. <https://doi.org/10.31000/jkft.v1i1.2806>.
- Annisa, A. Savira, Khairani, K., & Nurhasanah, N. (2024). Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Hipertensi. *Indonesian Journal of Health Science*, 4(6), 640–646. <https://doi.org/10.54957/ijhs.v4i6.1083>.
- Bagus Tri Saputra, P., Dyah Lamara, A., Eko Saputra, M., Achmad Maulana, R., Eko Hermawati, I., Anugrawan Achmad, H., Ageng Prastowo, R., & Her Oktaviono, Y. (2023). Diagnosis dan Terapi Non-farmakologis pada Hipertensi. *Cermin Dunia Kedokteran*, 50(6), 322–330. <https://doi.org/10.55175/cdk.v50i6.624>.
- Dewi, E. U., & Kudmasa, M. V. (2016). Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi pada Lansia di Panti Werdha Anugrah Dukuh Kupang Barat Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 5(1), 29–35. <https://doi.org/10.47560/kep.v5i1.179>.
- Falo, A., Ludiana, & Ayubbana, S. (2023). Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 32–40.
- Fatma, H., Sulistyowati, P., & Ajiningtiyas, E. S. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Napas Dalam terhadap Intensitas Nyeri pada Post Operasi Sectio Caesarea. *Journal of Nursing & Health*, 6(1), 15–24. <http://jurnal.politeknikyakpermas.ac.id/index.php/jnh/article/view/142%0A>.
- Fenske, J. N., Berland, D. W., Chandran, S., Van Harrison, R., Schneiderhan, J., Hilliard, P. E., Bialik, K. C., Clauw, D. J., Lowe, D. A., Mehari, K. S., Smith, M. A., Urba, S. G., Van Harrison, R., Proudlock, A. L., & Rew, K. T. (2021). *Pain Management*.

- Gea, R. P., Luthfi, A., & Apriza. (2023). Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat dengan Air Jahe Gajah Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, 2(1), 45–59.
- Harrison, D. G., Coffman, T. M., & Wilcox, C. S. (2021). Pathophysiology of Hypertension: The Mosaic Theory and Beyond. *Circulation Research*, 128(7), 847–863. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.121.318082>.
- Iqbal, M. A. dan S. F. J. (2023). *Essential Hypertension*. National Library Of Medicine. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK539859/>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riskendas 2018. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, 44(8), 181–222. [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20tentang%20PTRM.pdf).
- Massen, G. M., Stone, P. W., Kwok, H. H. Y., Jenkins, G., Allen, R. J., Wain, L. V., Stewart, I., Quint, J. K., Thorley, A., Duckworth, A., Mohammadi-Nejad, A. R., Aravinthan, A., Harbottle, A., Villalon, A. M., Scotton, C., Denton, C., Lea, D., Auer, D., Joof, E., ... Zeybel, M. (2024). Review of Codelists Used to Define Hypertension in Electronic Health Records and Development of a Codelist for Research. *Open Heart*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.1136/openhrt-2024-002640>.
- Mayo, C. (2024). *High Blood Pressure (Hypertension)*. Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/high-blood-pressure/symptoms-causes/syc-20373410>.
- Nur, H. (2024). Penerapan Teknik Rendam Kaki Air Hangat dengan Jahe Merah terhadap Perubahan Tekanan Darah Di Urahan J Kota Surakarta. *IJOH: Indonesian Journal of Public Health 2IJOH : In(2)*, 356–368.
- Nurpratiwi, N., Hidayat, U. R., & Putri, S. B. (2021). Rendam Kaki Air Hangat Jahe Dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Khatulistiwa Nursing Journal*, 3(1), 8–19. <https://doi.org/10.53399/knj.v3i1.55>.

- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531. <https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120>.
- Rika Widianita, D. (2023). Teknik Relaksasi Napas Dalam dapat Meningkatkan Status Hemodinamik Pasien Hipertensi. *At-Tawassuth: Jurnal Ekonomi Islam*, VIII(I), 1–19.
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementrian Kesehatan Jawa Tengah Republik Indonesia. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Rusandi, & Muhammad Rusli. (2021). Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif dan Studi Kasus. *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 2(1), 48–60. <https://doi.org/10.55623/au.v2i1.18>.
- Samalina Elizabeth Manetde. (2023). Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut yang diberikan Tindakan Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Jahe di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Abiansema IV. *MOTORIK: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 18(2), 48–50. <https://doi.org/10.61902/motorik.v18i2.934>.
- Sari, N. P. (2020). *Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Hipertensi yang di Rawat di Rumah Sakit*.
- Sisy Rizkia, P. (2020). Jurnal Penelitian Perawat Profesional Pencegahan Tetanus. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333–1336.
- Sriyatna, D., & Rahayu, D. A. (2022). Pengaruh Rendam Kaki Air Jahe Merah Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Ners Muda*, 3(3). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.10473>.
- Suwaryo, P. agina widyaswara, & Melly, E. S. U. (2018). Studi Kasus: Efektifitas Kompres Hangat Dalam Penurunan Skala Nyeri Pasien Hipertensi. *Jurnal Ners Widya Husada*, 5(2), 67–74.
- Tika, T. T. (2021). Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) pada Penyakit Hipertensi. *Jurnal Medika*, 03(01), 1260–1265. <http://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/download/263/177>.

- Ummah, M. S. (2019a). In House Training pada Perawat Pk I-Pk Iv terhadap Pengetahuan tentang Manajemen Nyeri. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsci-rbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_Sistem_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari.
- Ummah, M. S. (2019b). Pathway Hipertensi. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsci-rbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_Sistem_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari.
- 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>.
- Wahyudi, J. T. (2024). Efektivitas Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi: Literature Review. *Journal Health Applied Science and Technology*, 2(1), 48–59. <https://doi.org/10.52523/jhast.v2i1.40>.
- Wati, N. anjar, Ayubana, S., & Purnowo, J. (2023). Penerapan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 1–5.
- WHO. (2023). *Hypertension*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1

A. Pengkajian

Identitas Pasien

Nama :
Umur :
Jenis Kelamin :
Alamat :
Status :
Agama :
Suku :
Pendidikan :
Pekerjaan :

Identitas Penanggungjawab

Nama :
Umur :
Jenis Kelamin :
Alamat :
Hubungan dengan Pasien :

B. Riwayat Kesehatan

1. Keluhan Utama :
2. Riwayat Kesehatan Sekarang
3. Riwayat Kesehatan Dahulu
4. Riwayat Kesehatan Keluarga

C. Pola Fungsional Virginia Henderson

1. Pola Oksigenasi
Sebelum sakit :
Saat dikaji :

2. Pola Nutrisi

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

3. Pola Eliminasi

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

4. Pola Aktivitas

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

5. Pola Istirahat

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

6. Pola Berpakaian

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

7. Pola Personal Hygiene

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

8. Pola Aman dan Nyaman

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

9. Pola Komunikasi

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

10. Pola Spiritual

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

11. Pola Rekreasi

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

12. Pola Belajar

Sebelum sakit :

Saat dikaji :

D. Pemeriksaan Fisik

1. Keadaaan Umum :

2. Kesadaran :

3. TTV

TD :

N :

S :

RR :

SPO₂ :

4. Kepala :

5. Rambut :

6. Mata :

7. Hidung :

8. Mulut :

9. Lidah :

10. Telinga :

11. Leher :

12. Dada

a. Jantung

Inspeksi :

Palpasi :

Perkusi :

Auskultasi :

b. Paru-paru

Inspeksi :

Palpasi :

Perkusi :

Auskultasi :

13. Abdomen

Inspeksi :

Auskultasi :

Perkusi :

Palpasi :

14. Ekstremitas

a. Atas :

b. Bawah :

15. Genetalia :

E. Analisa Data

No.	Data Fokus	Problem	Etiologi
1.	DS: DO:		

F. Prioritas Diagnosa Keperawatan

1.

G. Intervensi Keperawatan

No.	SDKI	SLKI	SIKI
1.			

H. Implementasi Keperawatan

Waktu	No. Dx.	Implementasi	Respon	TTD

I. Evaluasi Keperawatan

Waktu	No. Dx.	Evaluasi	TTD
	1	S: O: A: P:	

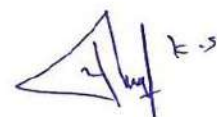


Lampiran 2

PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

1. Kami adalah peneliti berasal dari Universitas Muhammadiyah Gombong Program Studi Diploma III Keperawatan dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut yang diberikan Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam”.
2. Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah untuk menggambarkan “Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut yang diberikan Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam” dengan melakukan rendam air hangat dengan jahe dan relaksasi nafas dalam.
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung kurang lebih 30 menit. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan tetapi anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan pengembangan asuhan atau pelayanan keperawatan.
4. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan atau tindakan yang diberikan.
5. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
6. Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini, silahkan menghubungi peneliti pada nomor HP: 088220174783.

Peneliti



Zhafira Kartika Sari

Lampiran 3

INFORMED CONSENT

(Persetujuan menjadi Partisipan)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Zhafira Kartika Sari dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi di Kelurahan Kutoarjo dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut yang diberikan Terapi Kombinasi Rendam Air Hangat dengan Jahe dan Relaksasi Nafas Dalam”.

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa saksi apapun.

Kutoarjo,

Yang memberikan persetujuan

Saksi

.....

.....

Kutoarjo,

Peneliti

Zhafira Kartika Sari

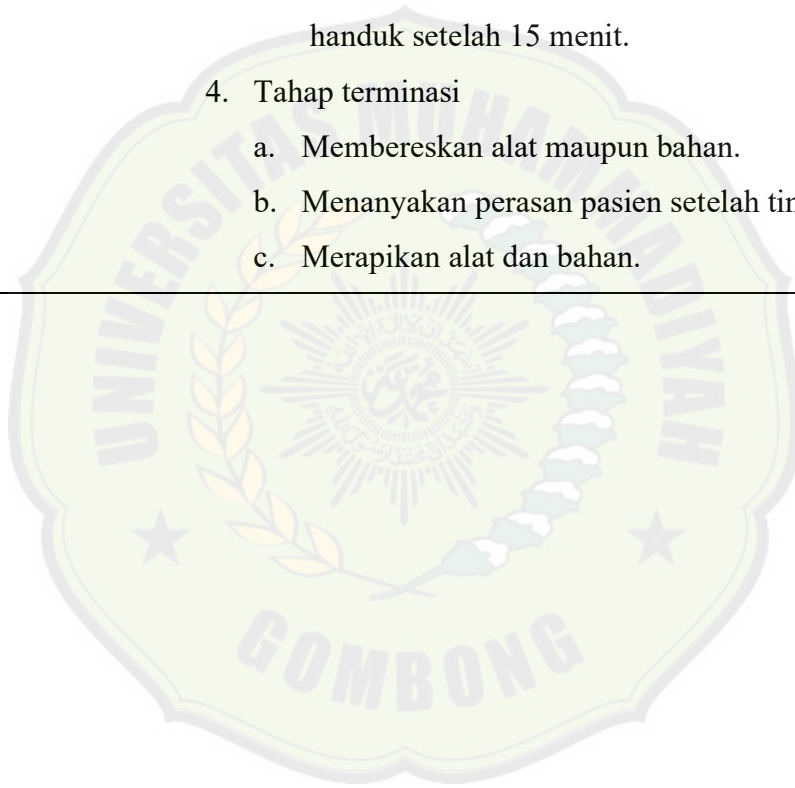
Lampiran 4

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PEMBERIAN TERAPI KOMBINASI RENDAM AIR HANGAT DENGAN JAHE SERTA RELAKSASI NAFAS DALAM

Pengertian	Terapi yang memadukan antara terapi rendam air hangat dengan jahe dan relaksasi nafas dalam. Rendam air hangat dengan jahe merupakan terapi komplementer yang dikombinasikan dengan bahan herbal jahe. Terapi relaksasi nafas dalam adalah sebuah cara bernafas secara perlahan, berirama, serta dengan menutup mata.
Tujuan	1. Menurunkan skala nyeri pada penderita arthritis. 2. Melancarkan peredaran darah. 3. Menurunkan kadar asam urat. 4. Untuk merelaksasikan otot rangka. 5. Mengurangi ansietas. 6. Mengurangi tingkat nyeri.
Manfaat	1. Sirkulasi pembuluh darah akan meningkat dan menimbulkan respon sistemik akibat terjadinya vasodilatasi pembuluh darah. 2. Merelaksasikan otot-otot rangka dan otot-otot pernafasan. 3. Meningkatkan kapasitas volume udara yang masuk dalam paru. 4. Mengurangi ansietas. 5. Mengurangi stress fisik dan emosional. 6. Memperlancar peredaran darah. 7. Menurunkan intensitas nyeri.
Kebijakan	Dilakukan untuk pasien hipertensi.
Petugas	Perawat.

Peralatan	1. Air hangat bersuhu 37-40° C. 2. Rimpang jahe sebanyak 3-5 biji. 3. Ember. 4. Handuk. 5. Air hangat.
Prosedur pelaksanaan	1. Tahap pra interaksi a. Mengkaji informasi pada pasien. b. Menciptakan suasana terapeutik. c. Merencanakan pertemuan tindakan keperawatan. d. Menanyakan tingkat nyeri. e. Melakukan verifikasi tindakan rendam kaki air hangat dengan jahe. f. Menyiapkan alat dan bahan. 2. Tahap orientasi a. Salam teraupetik serta memperkenalkan diri. b. Menjelaskan urutan tindakan serta tujuan. c. Kontrak waktu dan tempat dengan pasien. 3. Tahap kerja a. Menganjurkan pasien dalam posisi yang nyaman. b. Menyiapkan ember yang telah diisi air hangat dan jahe dengan suhu kurang lebih 37°. c. Anjurkan pasien untuk duduk senyaman mungkin. d. Pastikan melepas alas kaki. e. Masukkan kaki pasien ke dalam ember yang disiapkan dengan ketinggian 15 cm. f. Melakukan relaksasi nafas dalam: 1) Menganjurkan untuk meletakkan satu tangan di dada dan satu tangan lainnya di perut. 2) Menginstruksikan untuk tarik nafas dalam selama 3 hitungan lewat hidung.

-
- 3) Menginstruksikan menahan napas selama 3 hitungan.
 - 4) Menginstruksikan untuk menghembuskan napas lewat mulut selama 3 hitungan.
 - 5) Menganjurkan pasien untuk mengulangi teknik tersebut hingga nyerinya berkurang.
- g. Biarkan sampai 15 menit.
 - h. Angkat kaki kemudian dikeringkan menggunakan handuk setelah 15 menit.
4. Tahap terminasi
 - a. Membereskan alat maupun bahan.
 - b. Menanyakan perasaan pasien setelah tindakan.
 - c. Merapikan alat dan bahan.
-



Lampiran 5

LEMBAR OBSERVASI TERAPI KOMBINASI RENDAM AIR HANGAT DENGAN JAHE DAN RELAKSASI NAFAS DALAM

(Sebelum dan sesudah dilakukan terapi kombinasi rendam air hangat dengan jahe dan relaksasi nafas dalam)

A. Identitas Pasien 1

Nama :

Jenis kelamin :

Usia :

Tanggal :

Pengukuran	Terapi hari Ke-1		Terapi hari Ke-2		Terapi hari Ke-3	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Tekanan Darah						
Nadi						
Suhu						
RR						
Nyeri						

Lampiran 6

LEMBAR HASIL CEK SIMILARITY/PLAGIASI

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG PERPUSTAKAAN Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412 Website : https://library.unimugo.ac.id/ E-mail : lib.unimugo@gmail.com
---	--

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi di
Kecamatan Kutawaring dengan masalah Keperawatan
Nyeri akut yang diberikan Terapi Kompres Rendam
Air Hangat dengan Jala dan Reluksan Nafas Dalam

Nama : Zhafira Karhira Sari
NIM : 202201090
Program Studi : D3 Keperawatan
Hasil Cek : 21 %

Gombong, 16 April 2025

Mengetahui,

Pustakawan

Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(...Sunderi...)


(Sawiji, M.Sc)

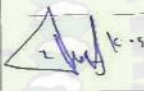
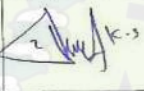
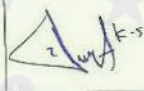
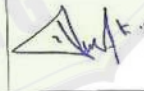
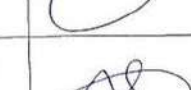
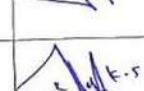
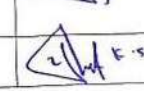
Lampiran 7

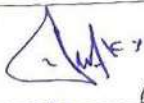
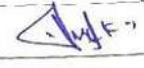
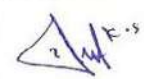
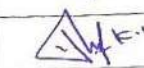


PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM D-III
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
2024/2025

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Nama : Zhafira Kartika Sari
Nim : 202201090
Nama Pembimbing : Cahyu Septiwi, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KMB, Ph.D

No.	Tanggal	Rekomendasi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	08/10/2024	Pengajuan judul KTI (ACC judul)		
2.	15/10/2024	Konsultasi BAB I		
3.	05/11/2024	Konsultasi revisi BAB I dan konsultasi BAB II		
4.	08/11/2024	Konsultasi revisi BAB II dan konsultasi BAB III		
5.	15/11/2024	Konsultasi revisi BAB II dan Konsultasi revisi BAB III		
6.	17/11/2024	Cek turnitin		
7.	08/12/2024	Konsultasi dan revisi pasca sidang proposal		
8.	20/02/2025	Bimbingan BAB V		

9.	10/03/2025	Konsultasi dan revisi BAB IV		
10.	21/03/2025	Bimbingan BAB V		
11.	07/04/2025	Konsultasi dan revisi BAB V		
12.	16/04/2025	Cek Turnitin		

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program D-III



Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep.

Lampiran 8



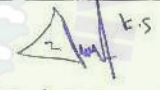
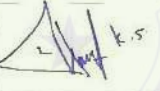
PROGRAM STUDI DIPL KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

2024/2025

LEMBAR KONSULTASI

BIMBINGAN ABSTRAK KARYA TULIS ILMIAH

Nama : Zhaifira Kartika Sari
NIM : 202201090
Dosen Pembimbing : Muhammad As'ad, S.Pd., M.Pd

No.	Tanggal	Rekomendasi Bimbingan	Paraf Mahasiswa	Paraf Pembimbing
1.	01/07/2025	Revisi Abstrak		
2.	01/07/2025	ACC Abstrak		

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III


Hendri Tamara Yudha (Kep.)Ns., M.Kep.

Lampiran 9

DOKUMENTASI PENELITIAN

Dokumentasi Hari Ke-1



Pasien 1



Pasien 2



Pasien 3

Dokumentasi Hari Ke-2



Pasien 1



Pasien 2



Pasien 3

Dokumentasi Hari Ke-3



Pasien 1



Pasien 2



Lampiran 10

MATERI EDUKASI



The image displays two educational materials. The top material is a poster for a stroke prevention education session. It features the logos of UNIMUGO and Universitas Muhammadiyah Gombong. The title is 'EDUKASI PENCEGAHAN STROKE PADA MASYARAKAT DENGAN HIPERTENSI DI DESA KUTOARJO'. The organizer is 'Disusun oleh Zhafira Kartika Sari' and the supervisor is 'Pembimbing: Cahyu Septiwi, S. Kep., Ns., M.Kep., Sp. KMB, Ph. D'. A photograph of a female doctor in a white coat and stethoscope is shown on the right. The bottom material is a presentation slide titled 'Apa Itu Stroke?'. It defines stroke as a disease that attacks the brain's arteries and occurs when a blood vessel carrying blood to the brain is blocked or ruptured. An illustration of a female doctor holding a clipboard is on the right, next to a 'www.' icon with a magnifying glass and a red arrow pointing to it.

**EDUKASI PENCEGAHAN
STROKE PADA
MASYARAKAT DENGAN
HIPERTENSI DI DESA
KUTOARJO**

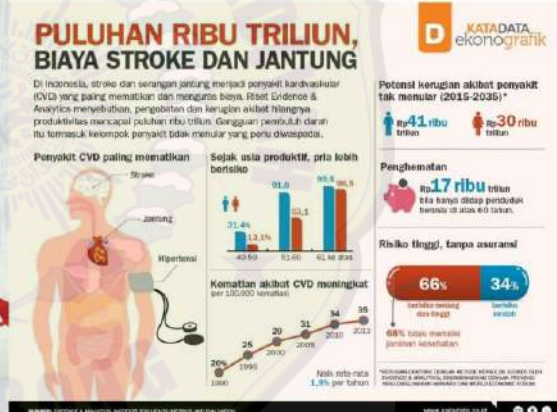
Disusun oleh Zhafira Kartika Sari

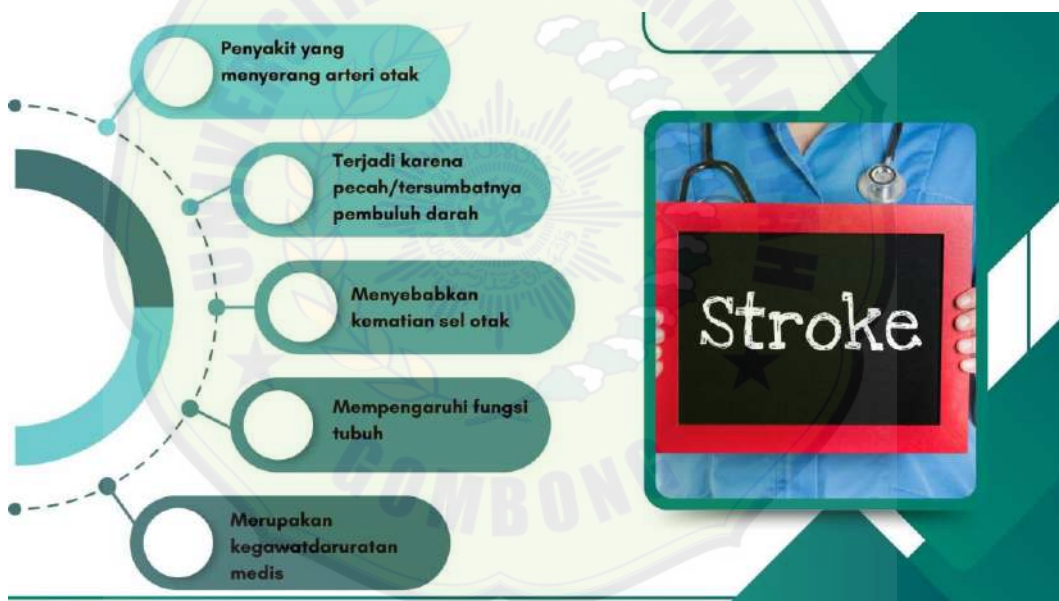
Pembimbing: Cahyu Septiwi, S. Kep., Ns., M.Kep., Sp. KMB, Ph. D

Apa Itu Stroke?

Stroke adalah penyakit yang menyerang arteri otak.
Stroke terjadi ketika pembuluh darah yang membawa darah ke otak tersumbat atau pecah.

www.





JENIS STROKE

Iskemik

Stroke iskemik terjadi ketika gumpalan menyumbat pembuluh darah yang memasok darah ke otak. Arteri menjadi menyempit atau tersumbat, sehingga memutus aliran darah ke sel-sel otak.

Hemoragik

Stroke hemoragik terjadi ketika pembuluh darah pecah (pecah) di otak. Stroke hemoragik lebih jarang terjadi dibandingkan stroke iskemik, yaitu sekitar 13% dari seluruh kasus stroke.

Serangan iskemik sederhana

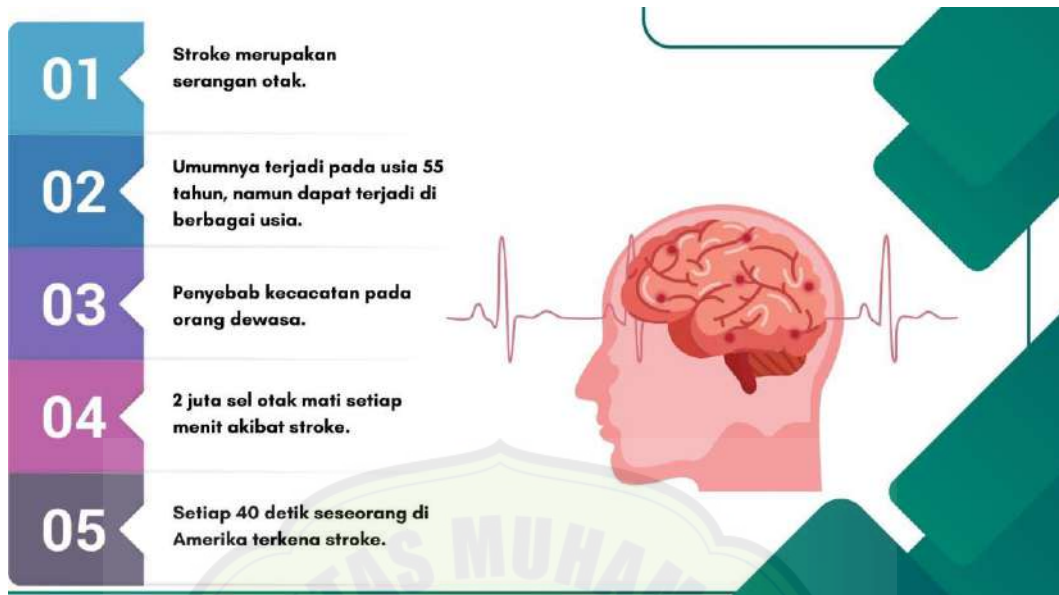
Serangan iskemik transien, atau TIA, adalah penyumbatan sementara aliran darah ke otak. Gumpalan tersebut biasanya larut dengan sendirinya atau copot.

Efek Stroke



- Gangguan pada daerah otak yang terpengaruh oleh stroke.
- Kerusakan fungsi akibat terpengaruh oleh efek stroke.
- Luas area stroke mempengaruhi efek yang ditimbulkan.





An infographic with five numbered points on the left and a central illustration of a human head in profile with a brain and a heartbeat line. The background features green geometric shapes on the right.

- 01** Stroke merupakan serangan otak.
- 02** Umumnya terjadi pada usia 55 tahun, namun dapat terjadi di berbagai usia.
- 03** Penyebab kecacatan pada orang dewasa.
- 04** 2 juta sel otak mati setiap menit akibat stroke.
- 05** Setiap 40 detik seseorang di Amerika terkena stroke.



An infographic titled "Pencegahan Primer (Ummah, 2019)" with three numbered points. Each point has a title, an illustration, and a subtitle. The background is blue with a faint university seal and yellow/orange brushstrokes at the bottom.

Pencegahan Primer (Ummah, 2019)

- 1. BERHENTI MEROKOK**

QUIT SMOKING
- 2. MENJAGA BERAT BADAN YANG SEHAT**

- 3. MAKAN LEBIH BANYAK BUAH DAN SAYURAN**


Aktivitas Fisik untuk Mencegah stroke

- Tetapkan tujuan dan teruslah berusaha mencapainya. Tingkatkan aktivitas Anda secara bertahap untuk memperoleh lebih banyak manfaat kesehatan.
- Sepanjang minggu, cobalah melakukan 150 menit aktivitas fisik intensitas sedang, 75 menit aktivitas fisik intensitas kuat, atau kombinasi keduanya.
- Aktivitas fisik dengan intensitas sedang meliputi jalan cepat atau aerobik air. Aktivitas dengan intensitas berat dapat meliputi lari, hiking, atau bersepeda.
- Selain itu, upayakan melakukan aktivitas penguatan otot dengan intensitas sedang hingga tinggi, seperti menggunakan resistance band atau beban, setidaknya dua hari dalam seminggu.



Panduan Penyajian Diet DASH

Sayuran	Sekitar 5 porsi per hari.
Buah	Sekitar 5 kali sehari.
Karbohidrat	Sekitar 7 porsi per hari.
Produk susu rendah lemak	Sekitar 2 porsi per hari.
Produk daging tanpa lemak	Sekitar 2 porsi atau kurang per hari.
Kacang-kacangan dan biji-bijian	2 hingga 3 kali per minggu.



Diet untuk pasien stroke

- Sumber karbohidrat: beras, kentang, ubi, singkong, tapioca, biscuit, bihun.
- Sumber protein hewani: daging sapi dan ayam tanpa kulit, ikan, telur ayam, susu skim.
- Sumber protein nabati: semua kacang-kacangan dan produk olahannya (tahu & tempe).
- Sayuran: bayam, wortel, kangkung, kacang panjang, labu siam, tomat, toge, eence
- Buah: buah segar, dijus ataupun diolah dengan cara disetup, seperti pisang, papaya, manga, jambu biji, melon, semangka.
- Sumber lemak: minyak jagung dan mintak kedelai, margarin dan mentega dalam jumlah terbatas, dan santan encer.

LEAFLET

Pencegahan Stroke

 Menghindari minum alkohol dan merokok.

Olahraga secara teratur. 

 Makan-makanan yang bergizi.

Cek kesehatan secara rutin. 

Apa itu stroke??

Menurut Kemenkes (2023) stroke adalah gangguan aliran darah ke otak yang dapat menyebabkan kematian sel-sel otak.

Penyebab stroke:

1. Darah Tinggi. 
2. Kolesterol tinggi. 
3. Diabetes. 
4. Pecahnya pembuluh darah. 



Pencegahan Stroke Pada Lansia

Live HEALTHY

Tubuh yang kuat adalah hasil dari kebiasaan sehat, hindari stroke dengan hidup aktif dan seimbang.

Tips Terhindar Stroke:

 Kontrol tekanan darah.

Kontrol gula darah. 

 Berhenti merokok.

Diet rendah garam. 

 Lakukan olahraga secara teratur.

Diet Pencegahan Stroke

01. Sayuran: sekitar 5 porsi per hari. 
02. Buah: sekitar 5 kali sehari. 
03. Karbohidrat: sekitar 7 porsi per hari. 
04. Produk susu rendah lemak: sekitar 2 porsi per hari. 
05. Produk daging tanpa lemak: sekitar 2 porsi atau kurang per hari. 