



**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA LANSIA HIPERTENSI DENGAN
MANAJEMEN KESEHATAN KELUARGA TIDAK EFEKTIF DENGAN
TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE HANGAT DAN SLOW DEEP
BERATHING DI DESA BERCONG**

**FADJRI SAKTI WAHYU RIYADI
2021010028**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PROGRAM KEPERAWATAN DIPLOMA III
TAHUN AKADEMIK
2023/2024**



**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA LANSIA HIPERTENSI DENGAN
MANAJEMEN KESEHATAN KELUARGA TIDAK EFEKTIF DENGAN
TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE HANGAT DAN SLOW DEEP
BERATHING DI DESA BERCONG**

Karya Tulis Ilmiah Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk
Menyelesaikan Program Studi Keperawatan Diploma III

FADJRI SAKTI WAHYU RIYADI

2021010028

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN AKADEMIK
2023/2024**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fadri Sakti Wahyu Riyadi

NIM : 2021010028

Program Studi : Keperawatan Program Diploma III

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 aku sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia , menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Gombong, 8 Juli 2021

Pembuat Pernyataan



Fadri Sakti Wahyu Riyadi

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

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

Nama : Fadri Sakti Wahyu Riyadi

NIM : 2021010028

Program Studi : Keperawatan Program Diploma III

Jenis Karya : KTI (Karya Ilmiah Akhir)

Demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah saya yang berjudul "*Asuhan Keperawatan Keluarga Hipertensi Dengan Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Dengan Terapi Rendam Kaki Air Jaha Hangat dan Slow Deep Breathing*"

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Ditandatangani di : Gombong

Pada Tanggal : 07 Juli 2024

Yang Menyatakan



(Fadri Sakti Wahyu Riyadi)

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dibuat oleh Fatmii Sakti Wahyu Riyadi NIM 2021010028 dengan judul "*Asuhan Keperawatan Keluarga Hipertensi Dengan Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Dengan Terapi Rendam Kaki Air Juhu Hangat dan Slow Deep Breathing*" telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Gombong, 03 Agustus 2021



(Hendri Tamara Yuda, M.Kep)

Universitas Muhammadiyah Gombong

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Fadri Sakti Wahyu Riyadi dengan judul "Asuhan Keperawatan Keluarga Hipertensi Dengan Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Dengan Terapi Rendam Kaki Air Jabe Hangar dan Sloow Deep Breathing" telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 03 Agustus 2024

Dewan Penguji

(Ernawati, M.Kep.)



Pembimbing

(Sarwono, SKM, M.Kes)



Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga



(Mendri Tamara Yuda, M.Kep.)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL	ix
KATA PENGANTAR	x
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I	1
LATAR BELAKANG	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Keluarga	6
B. Konsep Hipertensi	9
C. Konsep Terapi Rendam Kaki Air Jahe Dan Tarik Nafas Dalam (Sloow Deep Breathing)	13
D. Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi	17
1. Pengkajian Keperawatan	17
2. Diagnosa Keperawatan	19
3. Intervensi Keperawatan	21
4. Implementasi Keperawatan	29
5. Evaluasi Keperawatan	29
E. Pohon Masalah	30

BAB III.....	31
METODE STUDI KASUS	31
A. Jenis/Desain/Rancangan Studi Kasus.....	31
B. Subjek Studi Kasus.....	31
C. Lokasi dan Waktu Pengambilan Kasus	31
D. Devinisi Operasional	32
E. Instrumen Studi Kasus	32
F. Metode Pengambilan Data	33
Metode yang dilakukan untuk mendapatkan data informasi antara lain dengan :	
33	
G. Etika Studi Kasus	34
BAB IV	35
HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A. Hasil Studi Kasus/Studi Literatur/Studi Data Skunder	35
B. Pembahasan.....	52
C. Keterbatasan Studi Kasus.....	57
BAB V.....	58
KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Table 1 kerangka konsep.....	17
Table 2 pohon masalah.....	30



DAFTAR TABEL

Tabel 2 1 Klasifikasi hipertensi menurut Joint National Commite	10
Tabel 2 2 Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO.....	10
Tabel 2 3 Skoring Masalah.....	20
Tabel 2 4 Intervensi Keperwatan	22



KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh.

Puji syukur kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Hipertensi Dengan Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Dengan Terapi Rendam Kaki Air Jahe Hangar dan Slow Deep Breathing” yang diajukan guna memenuhi salah satu tugas akhir Program Studi Keperawatan Program Diploma III. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Laporan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kesehatan dan kelancaran sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan baik
2. Orang Tua (Slamet Riyadi dan Marsini) dan keluarga yang telah memberikan dukungan selama kuliah baik dari segi materil maupun non material berupa dorongan semangat dan doa yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik
3. Ibu Hj. Herniyatun, S.Kep.Ners,Sp.Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong
4. Bapak Hendri Tamara Yuda, S.Kep.Ns, M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III Universitas Muhammadiyah Gombong
5. Bapak sarwono, SKM,M.Kes selaku pembimbing akademik yang telah memberi bimbingan dan arahan kepada penulis dari awal hingga selesainya penulisan Laporan Karya Tulis Ilmiah ini
6. Ibu Ernawati, M.Kep selaku penguji I yang telah bersedia membimbing dan berbagi pengetahuan dalam penyusunan Laporan Karya Tulis Ilmiah Ini
7. Kepada pacar saya yang telah memberikan support dan membantu dalam proses pengerjaan tugas akhir ini.

8. Kepada teman-teman saya terimakasih yang telah mendukung untuk menyelesaikan proposal ini. Dan menjadi teman selama di kampus yang menjadi teman bermain dan menampung curhatan sekaligus memberikan solusi.
9. Terakhir untuk diri saya sendiri, terimakasih sudah bertahan sampai di titik ini walaupun sulit dan banyak sekali rintangan, cobaan yang tiada henti namun kamu kuat sampai akhir. Terimakasih sudah menjadi penyemangat untuk raga ini yang terkadang berikir untuk menyerah tapi kamu kuat. Terimakasih dan selamat untukku! Mari terus berjuang, semoga tidk ada kata menyerah ya!

Penulis menyadari Laporan Karya Tulis Ilmiah ini masih terdapat kekurangan. kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diharapkan penulis. Semoga Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan penulis khususnya .

Wassalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh.

Gombong,,.....,.....

Penulis

Fadjri Sakti Wahyu Riyadi

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
Karya Tulis Ilmiah, April 2024

Fadjri Sakti Wahyu Riyadi¹, Sarwono SKM.,M.Kes²
Email : fadjrisakti03@gmail.com

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MANAJEMEN KESEHATAN KELUARGA TIDAK EFEKTIF DENGAN TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE HANGAT DAN SLOW DEEP BERATHING DI DESA BERCONG

Latar Belakang : Keluarga merupakan ikatan kekerabatan dimana individu bersatu dalam suatu ikatan perkawinan. Tahap perkembangan lansia merupakan salah satu pasangan memasuki masa pensiun atau meninggal. Permasalahn yang kompleks yang terjadi pada lansia yaitu hipertensi. Pengobatan yang dapat dilakukan oleh keluarga dan klien untuk menurunkan hipertensi yaitu dengan rendam kaki air jahe hangat dan *slow deep breathing*. Terapi ini dibuktikan dapat menurunkan tekanan darah tinggi.

Tujuan : Menggambarkan asuhan keperawatan keluarga pada pasien hipertensi dengan masalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif dengan memberikan terapi rendam kaki air jahe hangat dan *slow deep berathing*.

Metode penelitian : Metode penelitian yang digunakan dengan metode deskriptif. Penelitian mengambil 3 keluarga dengan pelaksanaan selama 5 hari dan 3 kali terapi.

Hasil studi kasus : Setelah dilakukan terapi rendam kaki air jahe hangat dan *Slow Deep Braething* 1 kali 30 menit selama 3 kali kunjungan, klien mengalami penurunan tekanan darah dari Ny. S yang awal 170/90 menjadi 140/80 mmHg. Ny. L awal 170/100 menjadi 140/80 mmHg. Kemudian Ny. S awal 165/95 menjadi 130/80 mmHg. Terdapat peningkatan pengetahuan klien dan keluarga mengenai hipertensi setelah diberikan pendidikan kesehatan. Masalah keperawatan manajemen kesehatan keluarga tidak efektif kini teratasi.

Kesimpulan : Pemberikan terapi rendam kaki air jahe hangat dan *Slow Deep Breathing* efektif dapat menurunkan tekanan darah.

Kata kunci ; hipertensi, rendam kaki air jahe hangat dan *slow deep breathing*.

¹Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gombong

²Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

NURSING STUDY PROGRAM OF DIPLOMA III
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
Scientific Paper, April 2024

Fadjri Sakti Wahyu Riyadi¹, Sarwono SKM., M.kes²
Email : fadjrisakti@gmail.com

ABSTRACT

NURSING CARE FOR HYPERTENSIVE FAMILIES WITH INEFFECTIVE FAMILY HEALTH MANAGEMENT USING WARM GINGER WATER FOOT SOAK THERAPY AND SLOW DEEP BREATHING IN BERCONG VILLAGE

Background : Family is a kinship bond where individuals unite in marriage. In the elderly stage of development, individuals often enter retirement or face the death of a spouse. A common problem among the elderly is hypertension. Treatment that can be administered by family members to reduce hypertension includes warm ginger water foot soaks and slow deep breathing exercises. This therapy has been shown to reduce high blood pressure.

Objective : To describe family nursing care for hypertensive patients with ineffective family health management problems by providing warm ginger water foot soak therapy and slow deep breathing exercises.

Method: The research method was descriptive. The study involved 3 families, with therapy implemented over 5 days and performed 3 times.

Result of case studies : After performing warm ginger water foot soak therapy and slow deep breathing exercises for 30 minutes over 3 visits, clients experienced a decrease in blood pressure. Mrs. S's blood pressure decreased from 170/90 to 140/80 mmHg, Mrs. L's from 170/100 to 140/80 mmHg, and another Mrs. S's from 165/95 to 130/80 mmHg. Additionally, there was an increase in client and family knowledge about hypertension after receiving health education. The nursing problem of ineffective family health management was resolved.

Conclusion : Providing warm ginger water foot soak therapy and slow deep breathing exercises can effectively reduce blood pressure.

Keywords ; hypertension, warm ginger water foot soak, slow deep breathing.

¹Student of Universitas Muhammadiyah Gombong

²Leucter of Universitas Muhammadiyah Gombong

BAB I

LATAR BELAKANG

A. Latar Belakang

Hipertensi yang tidak terkontrol dengan baik dapat menyebabkan tekanan darah tinggi yang terus menerus (Dama, 2023). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi yang paling sering terjadi pada orang dewasa dibandingkan dengan masalah kesehatan lainnya, serta merupakan faktor resiko dari penyakit kardiovaskular (Borneo et al., 2021). Hipertensi merupakan penyakit yang serius dan berbahaya karena jika hipertensi tidak dikendalikan dapat menyebabkan komplikasi yang berbahaya seperti penyakit arteri koroner, gangguan penglihatan dan penyakit ginjal. Penyebab utama kematian di seluruh dunia (Dama, 2023).

Secara global, menurut World Health Organization (WHO,2020), sekitar 972 juta orang atau 26,4% penduduk dunia menderita hipertensi, angka tersebut kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2025. Hipertensi membunuh 800miliar orang setiap tahun. Hampir 1,5 juta orang di dunia tinggal dikawasan Asia Timur-Selatan setiap tahunnya. 36% orang dewasa di Asia Tenggara menderita tekanan darah tinggi (Dama, 2023). Di Indonesia sendiri, prevalensi hipertensi diperkirakan mencapai 15 juta orang, namun hanya sekitar 4% yang meningkat. Prevalensi hipertensi di Indonesia sekitar 25,8% dari total penduduk per kapita dan akan meningkat menjadi sekitar 34,1% (Dama, 2023). Data riades terbaru pada tahun 20218 menunjukkan terdapat peningkatan yang cukup signifikan pada usia 18-24 tahun meningkat menjadi 13,2%. Pada kelompok usia 25-34 tahun menjadi 20,1%, dan pada kelompok pada usia 35-44 tahun meningkat menjadi 31,6%. (Septimar et al., 2020).

Menurut World Health Organization(WHO) hipertensi merupakan suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan sistolik >140 mmHg atau tekanan darah diastolic >90 mmHg) yang menetap. (Raufandita, 2019). Hipertensi sering disebut juga dengan “*silent killer*”(pembunuh diam-diam), karena sering kali penderita hipertensi bertahun-

tahun tanpa merasakan sesuatu atau gejala. Penderita hipertensi dapat mengalami komplikasi pada organ-organ vital seperti jantung, otak, ginjal, ataupun organ lainnya. Gejala-gejala akibat hipertensi, seperti pusing, gangguan penglihatan, dan sakit kepala, sering terjadi pada saat hipertensi sudah lanjut si saat tekanan darah sudah mencapai angka tertentu yang bermakna. (Swastini, 2021).

Salah satu manifestasi klinis pada pasien hipertensi di keluarga yaitu manajemen kesehatan keluarga tidak efektif menerapkan pola penanganan masalah kesehatan dalam keluarga tidak memuaskan untuk memulihkan kondisi kesehatan anggota keluarga. Dengan pemilihan diagnosa ini diharapkan keluarga mendapatkan edukasi supaya masalah hipertensi dalam keluarga dapat ditangani (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Faktor terjadinya hipertensi dibagi menjadi dua yaitu faktor genetic dan faktor yang dapat diubah.. faktor yang dapat diubah misalnya pola makan seperti makan yang seimbang, makanan yang mengandung zat adiktif, menginsumsi rokok, kurang olahraga dan kondisi lingkungan. Terlalu sering mengonsumsi makanan yang diawetkan, mengonsumsi garam berlebihan, serta menggunakan bumbu penyedap seperti MSG dalam jumlah yang banyak hal tersebut dapat menyebabkan naiknya tekanan darah. Terlalu banyak mengonsumsi natrium yang berlebihan dapat menahan air yang disebut (retensi) sehingga dapat meningkatkan volum darah, adanya peningkatan ini menyebabkan jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah keseluruh tubuh. Salah satu penanganan non farmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan *slow deep breathing* (Tarik nafas dalam) dan rendam kaki air jahe hangat. (Nugroho et al., 2019).

Terapi relaksasi nafas dalam dapat menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi. Dari penelitian ini menunjukkan bahwasanya terdapat nilai yang signifikan saat dah sesudah melakukan Teknik relaksasi nafas dalam. Rata-rata pasien yang melakukan Teknik relaksasi ini menunjukkan tekanan darah sistolik 177,33 mmHg dan rata-rata tekanan diastolik menjadi 95,87 mmHg. Setelah dilakukan intervensi metode relaksasi nafas dalam, rata-rata nilai

tekanan darah sistolik berubah dari 177,33 mmHg menjadi 173,20 mmHg, dan rata-rata tekanan distolik dari 95,87 mmHg menjadi 90,00 mmHg. Teknik relaksasi nafas dalam dapat akan merangsang saraf simpatis yang dapat menurunkan kadar katekolamin (zat yang dapat membuat pembuluh darah menyempit). Ketika saraf simpatis menurun karena relaksasi nafas dalam akan membuat produksi zat katekolamin berkurang yang menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan akan menurunkan tekanan darah. (Sriyanti & Fajriyah, 2022).

Teknik rendam kaki pada larutan yang hangat dapat memberikan sirkulasi dapat meningkatkan sirkulasi dan dapat meningkatkan sirkulasi otot. Rendam hangat dapat menimbulkan respon sistemik terjadi melalui mekanisme vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah), merendam kaki air hangat akan memberikan respon lokal terhadap panas melalui simulasi dan akan mengirimkan implus dari perifer ke hipotalamus. Rendam kaki dapat dikombinasikan dengan bahan-bahan herbal lainnya salah satunya jahe. Karena jahe memiliki kandungan minyak atsiri (volatil). Minyak atsiri (volatil) memberikan rasa hangat dan aroma yang pedas. Rasa hangat pada minyak atsiri (volatil) dapat berguna untuk memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lancar.

Berdasarkan penelitian di atas penulis tertarik untuk melakukan pemberian terapi non farmakologis *slow deep breathing* (terapi relaksasi nafas dalam) dan rendam kaki air jahe hangat untuk menurunkan hipertensi. Maka dari itu penulis tertarik mengambil kasus Karya Tulis Dengan Judul “Asuhan Keperawatan Keluarga Hipertensi Dengan Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif Dengan Terapi Rendam Kaki Air Jahe Hangat dan *Slow Deep Breathing*” Untuk menurunkan tekanan darah tinggi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran Asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan intervensi inovasi rendam kaki air jahe hangat dan *slow deep breathing* (relaksasi nafas dalam) terhadap penurunan tekanan darah di desa Bercong, Kabupaten Kebumen.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menggambarkan asuhan keperawatan dengan pemberian terapi rendam kaki air jahe hangat dengan slow deep breathing.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengkajian pada pasien penderita hipertensi.
- b. Mendeskripsikan masalah keperawatan yang muncul pada pasien hipertensi.
- c. Mendeskripsikan intervensi keperawatan untuk mengatasi masalah keperawatan hipertensi.
- d. Mendeskripsikan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi.
- e. Mendeskripsikan hasil evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi.
- f. Mendeskripsikan penerapan terapi rendam kaki air jahe hangat dengan slow deep breathing.

D. Manfaat Penelitian

Studi kasus ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Bagi Masyarakat

Hasil penulisan ini dapat dijadikan sebagai sarana informasi bagi Masyarakat tentang bagaimana asuhan keperawatan dengan masalah hipertensi Mendapatkan pengalaman dan mengaplikasikan hasil riset keperawatan khususnya tentang asuhan keperawatan dengan masalah hipertensi menggunakan terapi *slow deep breathing* (relaksasi nafas dalam) dan rendam kaki air jahe hangat untuk menurunkan hipertensi.

2. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi perawat

Dapat dijadikan acuan mengembangkan referensi ilmu pengetahuan dalam khasanah ilmu keperawatan dengan masalah keperawatan gastritis dan penanganannya.

3. Bagi Penulis

Mendapatkan pengalaman dan mengaplikasikan hasil riset keperawatan khususnya tentang asuhan keperawatan dengan masalah hipertensi

menggunakan terapi *slow deep breathing* (relaksasi nafas dalam) dan rendam kaki air jahe hangat untuk menurunkan hipertens



DAFTAR PUSTAKA

- Ali, I. A. R., Kusumawaty, J., Nurapandi, A., & Fadilah, E. K. (2023). The Effect of Foot Soak Using Red Ginger Water and Physical Activity on Blood Pressure Reduction. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 6(2), 104–111. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v6i2.682>
- Anih Kurnia. (2019). *Modul Manajemen Diri Berbasis Keluarga Terhadap Perilaku Kesehatan Diet Pada Penderita Hipertensi* (Fitri Ani Rahmawati (ed.)). Cv. Jakad Publishing Surabaya.
- ANTARI, N. P. N. (2019). *Pengaruh Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Dengan Campuran Garam Dan Jahe Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mengwi Ii Ni*.
- Arsikin, dkk, 2016. (2019). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Hipertensi, Akademi Keperawatan Pasar Rebo Departemen Keperawatan Komunitas firstly.lucia@yahoo.com. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Azizah, W., Hasanah, U., Pakarti, A. T., Dharma, A. K., & Metro, W. (2022). Implementation Of Slow Deep Breathing On Blood Pressure In Hypertension Patients. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(4), 607–616.
- Borneo, J., Vol, C., Maret, N., & Irawan, Y. (2021). 230-1-459-1-10-20210608. 5(1), 105–117.
- Dama, H. D. (2023). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Penerapan Diet Dash Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Mongolato. *BIMIKI (Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia)*, 11(1), 9–16. <https://doi.org/10.53345/bimiki.v11i1.394>
- Dika, E. (2023). *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*. 2.
- Drs. Sunaryo M.Kes at.el. (2015). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Andi Ofset.
- Hasanah, U. et al. (2023) ‘Pengaruh rendam kaki dengan rebusan jahe terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di puskesmas kedungjajang’, *Jurnal*

Mariana Floriana et.al. (2023). *Keperawatan Dasar*. PT. Sonpedia PublishingIndonesia.

Marlin Muksin, Sabirin B. Syukur and Fadli Syamsuddin (2023) ‘Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Jahe Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Limboto’, *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), pp. 91–101. doi: 10.55606/jurrikes.v2i1.912.

Muhammad Ridwan. (2017). *Mengenal, Mencegah, & Mengatasi Silent Kiler ‘Hipertensi’* (Sabira Ika (ed.)). Romawi Puataka.

Ns. Ainnur Rahmanti, & Krisma Prihatini. (2021). Penerapan Terapi Relaksasi Autogenic Terhadap Penurunan Insomnia Pada Pasien Hipertensi Di Kota Semarang. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 1(3), 45–54. <https://doi.org/10.55606/jikki.v1i3.80>

Nugroho, K. P. A., Sanubari, T. P. E., & Rumondor, J. M. (2019). Faktor Risiko Penyebab Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidorejo Lor Kota Salatiga. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 32–42. <https://doi.org/10.34035/jk.v10i1.326>

Nurhasanah, & Khumaidi. (2020). *Pengembangan Standar Operasional Prosedur (Sop) Pemberian Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Development of Standard Operational Procedures (Sop) Provision of Warm Water Feet Soap Therapy With Salt. 1.*

Raufandita, A. (2019). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Post Op Nefrostomi Dengan Nyeri Akut Di Ruang Melati 4 Rumah Sakit Umum Daerah Dr Soekardjo*

<http://repository.bku.ac.id/xmlui/handle/123456789/925%0Ahttp://repository.bku.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/925/ALLONIA>

RAUFANDITA AKX16014 %282019%29-1-65.pdf?sequence=1&isAllowed=y

RENNO ANANG PAMUNGKAS. (2022). PENERAPAN RENDAM KAKI AIR HANGAT JAHE UNTUK MENURUNKAN TEKanan DARAH PADA KLIEN HIPERTENSI. *PENERAPAN RENDAM KAKI AIR HANGAT JAHE*

UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA KLIEN HIPERTENSI.

- Safitri, R. (2019). *Implementasi Keperawatan Sebagai Wujud Dari Perencanaan Keperawatan Guna Meningkatkan Status Kesehatan Klien*.
<https://doi.org/10.31219/osf.io/8ucph>
- Septimar, Z. M., Rustami, M., & Wibisono, A. Y. G. (2020). Pengaruh Pemberian Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Tangerang Tahun 2020: A Literature Review. *Jurnal Menara Medika*, 2(2), 66–73.
- Sriyanti, & Fajriyah, N. N. (2022). Penerapan Terapi Non Farmakologi Teknik Relaksasi Nafas Dalam Sebagian Upaya Dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Repository.Urecol.Org*, 881–886.
<http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/2393>
- Swastini, N. (2021). Efektivitas Daun Sirsak (*Annona muricata* Linn) terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 413–415. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.618>
- Tim Pojka PPNI. (2021). *Pedoman Standar Prosedur Operasional Keperawatan*. Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Tim Pojka SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. PPNI.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. PPNI.
- Zakiudin, A. (2023). *Asuhan Keperawatan Keluarga Tn . D Pada Ny . W Dengan Sistem Kardiovaskuler : Hipertensi Di Desa Kutayu RT 04 RW 01 Kecamatan Tonjong Kabupaten Brebes*. 1(4).

LAMPIRAN



\Lampiran 1

JADWAL KEGIATAN PENYUSUNAN KARYA TULIS ILMIAH

DAN HASIL PENELITIAN

No	Kegiatan	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr
1.	Penentuan Tema/Judul							
2.	Penyusunan Proposal Bab I							
3.	Penyusunan Proposal Bab II							
4.	Penyusunan Proposal Bab III							
5.	Ujian Proposal							
6.	Pengambilan Data dan Penelitian Studi Kasus							
7.	Penyusunan BAB 4 Hasil Penelitian							
8.	Penyusunan BAB 5							
9.	Ujian Hasil							

Lampiran 2

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) TARIK NAFAS DALAM (*SLOW DEEP BREATHING*)

1. Identifikasi pasien minimal dua identitas (nama lengkap, tanggal lahir, no RM)
2. Jelaskan tujuan dan Langkah-langkah prosedur
3. Siapkan alat dan bahan yang digunakan
 - a. Sarung tangan bersih
 - b. Kursi dengan sandaran, jika perlu
 - c. Bantal
4. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah
5. Pasang sarung tangan, jika perlu
6. Tempatkan pasien dalam keadaan nyaman
7. Ciptakan lingkungan yang tenang
8. Berikan posisi yang nyaman pada pasie
9. Anjurkan posisi rilek dan merasakan sensasi relaksasi
10. Latih melakukan Teknik nafas dalam :
 - a. Anjurkan tutup mata dan konsentrasi penuh
 - b. Anjurkan lakukan inspirasi dengan menghirup udara meelalui hidung secara perlahan
 - c. Ajarkan melakukan ekspirasi dengan menghembuskan udara dengan cara mulut mencucu perlahan
 - d. Demostrasikan menarik nafas selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik dan menghembuskan napas selama 8 detik
11. Monitor reson pasien selama dilakukan prosedur
12. Rapikan pasien dan alat-alat yang digunakan
13. Lepas sarung tangan
14. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah
15. Dokumentasi prosedur yang telah dilakukan.

Sumber :Standar Prosedur Operasional Tarik Nafas Dalam Menurut PPNI (2021)

Lampiran 3

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR RENDAM KAKI AIR JAHE

HANGAT

1. Melakukan komunikasi teraupetik
2. Mengidentifikasi klien
3. Menjelaskan prosedur yang akan dilakukan
4. Memberikan informed consen atau lembaar persetujuan
5. Mempersiapkan alat
 - a.) Baskom besar
 - b.) Handuk
 - c.) Air hangat
 - d.) 5-6 rimpang jahe yang sudah di geprek
1. Mencuci tangan
2. Mengatur posisi klien dengan nyaman (posisi flowler)
3. Menyiapkan air hangat sebanyak 2-3 liter dengan campuran jahe dalam baskom dengan hangat-hangat kuku
4. Merendam kaki kedalam baskom selama 10-15 menit
5. Mengeringkan dan membersihkan kaki dengan handuk
6. Melakukan evaluasi pengukuran tekanan darah
7. merapihkan alat
8. mencuci tangan
9. melakukan tahap terminasi
10. mendokumentasikan hasil kegiatan

Sumber : (Nurhasanah & Khumaidi, 2020)

Lampiran 4

PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

1. Kami adalah peneliti yang berasal dari Program Diploma III Universitas Muhammadiyah Gombong dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Hipertensi Dengan Intervensi Inovasi Rendam Kaki Air Jahe Hangat Dengan Slow Deep Breathing Di Desa Bercong”.
2. Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah untuk meredakan nyeri pada pasien gastritis diharapkan dapat memberikan manfaat pada penderita gastritis untuk memberikan rasa nyaman berupa penurunan nyeri. Kegiatan ini akan dilakukan selama 15-30 menit.
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung selama kurang lebih 15-30 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 dan tindakan yang diberikan.
5. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang tersampaikan akan tetap dirahasiakan
6. Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini, silahkan hubungi peneliti pada nomor Hp : 081393421592

Peneliti

Fadjri Sakti Wahyu Riyadi

Lampiran 5

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 Fadjri Sakti Wahyu Riyadi, dengan judul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Hipertensi Dengan Intervensi Inovasi Rendam Kaki Air Jahe Hangat Dengan Slow Deep Breathing Di Desa Bercong”.

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

Gombong, 23 November 2023

Yang memberikan persetujuan

Saksi

.....

.....

Gombong, November 2023

Peneliti

Fadjri Sakti Wahyu Riyadi

Lampiran 6

**LEMBAR OBSERVASI TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN
JAHE DAN SLOW DEEP BREATHING**

Nama : Ny. S

No.	Pertemuan (ke-n)	Pre	Poest	Perubahan
1.	Ke 3	170/90 mmHg	160/80 mmHg	10mmHg
2.	Ke 4	160/70 mmHg	155/80 mmHg	5mmHg
3.	Ke 5	155/80mmHg	140/89mmHg	15mmHg

Nama : Ny. L

No.	Pertemuan (ke-n)	Pre	Poest	Perubahan
1.	Ke 3	170/100 mmHg	160/80 mmHg	10mmHg
2.	Ke 4	160/85 mmHg	155/80 mmHg	10mmHg
3.	Ke 5	145/90mmHg	140/80 mmHg	5mmHg

Nama : Ny. S

No.	Pertemuan (ke-n)	Pre	Poest	Perubahan
1.	Ke 3	165/95 mmHg	160/90 mmHg	5mmHg
2.	Ke 4	155/80 mmHg	140/80 mmHg	15mmHg
3.	Ke 5	130/85mmHg	130/80mmHg	5mmHg

Leaflet Hipertensi

TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE HANGAT

Terapi rendam kaki air jahe hangat dan slow deepberathing dipercaya berdasarkan hasil penelitian dapat menurunkan tekanan darah karena memberikan efek yang dapat menyebabkan vasodilatasi perifer dan menyebabkan relaksasi tubuh

DIET MAKANAN

makanan yang dapat dikonsumsi yaitu, misalnya :

- sayur-sayuran kecuali daun singkong.
- ikan yang tidak asin
- telur max 2 butir seminggu
- daging kecuali kulit dan jeroan

Yang dihindari yaitu :

- makanan yang diawetkan seperti di dalam kaleng, dan makanan instan.
- jeroan daging kambing
- makanan berlemak dan bersantan
- makanan tinggi garam

GET IN TOUCH

+123-456-7890

EMAIL ADDRESS:
sakti@gmail.com

SOCIAL MEDIA:
@saktivr

WELCOME TO

PENGOBATAN HIPERTANSI

Fadjri Sakti Wahyu R

PENGERTIAN HIPERTENSI

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan darah sistol diatas 140mmHg dan diastol diatas 90mmHg.

TANDA GEJALA

Pusing, Rasa berat di tengkuk, Mudah Marah, Sesak napas, Telinga berdering, Mata kunang-kunang

PENGOBATAN HIPERTENSI

- 1 Farmakologis dengan obat-obatan yang diresepkan dokter
- 2 NonFarmakologis
 - Pola hidup sehat
 - olahraga
 - istirahat
 - Terapi rendam kaki air jahe hangat dan slow deep berathing.



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA MAHASISWA : FADJRI SAKTI WAHYU RIYADI
NIM/NPM : 2021010028
NAMA PEMBIMBING : SARWONO, SKM, M.Kep

NO.	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
	10/10/2023	Topik fokus pada askep		
	15/10/2023	Latar belakang penyakit		
	20/10/2023	Referensi Bab I		
	24/10/2023	Referensi Bab II Definisi		
	27/10/2023	- Tim. Keas. Pendidikan ACC Lyon		

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III

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

Universitas Muhammadiyah Gombong



PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

2023/2024

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN ABSTRAK KARYA TULIS ILMIAH

Nama : Fadri Sakti Wahyu Riyadi

NIM : 2021010028

Dosen Pembimbing : Muhammad As'ad, M.Pd

NO.	TANGGAL	REKOMENDASI BIMBINGAN	PARAF MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
1.	17 Juli 2024	konsul. abstrak		
2.	18 Juli 2024	revisi abstrak		
3.	26 Juli 2024	revisi abstrak		
4.				

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program DIII

(Hendri Tamani Yudha, S.Kep, Ns, M.Kep)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PERPUSTAKAAN

Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Faks. (0267) 472433 GOMBONG, 54412
Website : <https://library.uirimgo.ac.id/>
E-mail : lib.uirimgo@gmail.com

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 06009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

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

Judul : Asuhan Keperawatan keluarga Lansia Hipertensi Dengan
Manajemen kesehatan keluarga Tidak Efektif Dengan
Terapi Rendam kaki Air jahe Hangat Dan slow Deep Breathing
Nama : Fadri Sahli Wahyu Piyadi
NIM : 201610028
Program Studi : D3 Keperawatan
Hasil Cek : 29 %

Gombong, ... 8 Mei 2024 ...

Pustakawan

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

(Desy Setijawati, M.A.)

(Sawiji, M.Sc)