

KARYA TULIS ILMIAH

**STUDI KASUS PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI RENDAM KAKI AIR
HANGAT DISERTAI KONSUMSI JUS BELIMBING MANIS UNTUK
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI UPTD GRIYA WERDHA JAMBANGAN SURABAYA**



Oleh:

WACHIDATUL AKHMALIA SOLICHAN, S. Kep
NIM. 20174663012

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2019**

KARYA TULIS ILMIAH

**STUDI KASUS PEMBERIAN TERAPI RELAKSASI RENDAM KAKI AIR
HANGAT DISERTAI KONSUMSI JUS BELIMBING MANIS UNTUK
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI UPTD GRIYA WERDHA JAMBANGAN SURABAYA**

Untuk memperoleh Gelar Ners
Pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya



Oleh:

WACHIDATUL AKHMALIA SOLICHAN, S. Kep

NIM. 20174663012

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2019**

PERNYATAAN TIDAK MELKUKAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Wachidatul Akhmalia Solichan, S. Kep

NIM : 20174663012

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Menyatakan bahwa karya tulis ilmiah yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian maupun keseluruhan. Bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 15 Januari 2019

Yang membuat pernyataan,



Wachidatul Akhmalia Solichan, S. Kep
NIM. 20174663012

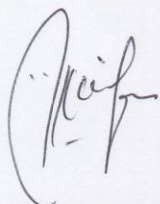
PERSETUJUAN

Studi Kasus ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga dapat diajukan dalam ujian sidang karya tulis ilmiah pada Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 15 Januari 2019

Menyetujui,

Pembimbing I



Musrifatul Uliyah, SST, M.Kes

Pembimbing II



Septian Galuh W, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Mengetahui,

Ketua Program Studi




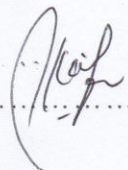
Reliani, S.Kep.,Ns.,M.Kes

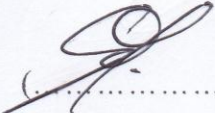
PENGESAHAN

Karya Tulis ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Ujian Karya Tulis Ilmiah pada 15 Januari 2019 oleh mahasiswa atas nama Wachidatul Akhmalia Solichan, S.Kep NIM 20174663012 Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

TIM PENGUJI

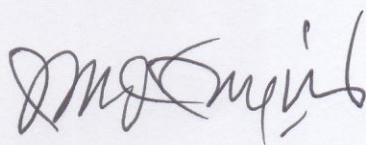
Ketua : Dede Nasrullah, S. Kep., Ns., M. Kep ()

Anggota : Musrifatul Uliyah, SST ,M.Kes ()

Anggota : Septian Galuh W, S. Kep., Ns., M. Kep ()

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Dr. Mundakir, S.Kep.,Ns.,M.Kep

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah Nya sehingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan. Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Surabaya, tahun 2018 dengan judul penelitian Studi Kasus Pemberian Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat Disertai Konsumsi Jus Belimbing Manis untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.

Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini banyak mendapat bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak untuk itu diperkenankan penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Bapak Dr. dr. H. Sukadiono, MM, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Bapak Mundakir, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. Ibu Reliani, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.
4. Ibu Ratna Agustin, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing akademik.
5. Ibu Musrifatul Uliyah, SST, M.Kes selaku pembimbing I yang telah meluangkan banyak waktu untuk memberikan bimbingan dengan penuh

kesabaran, semangat, serta motivasi dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

6. Septian Galuh W, S.Kep, Ns selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan dan mengarahkan penulisan penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
7. Dede Nasrullah, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku ketua penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk membangun dan memperbaiki karya tulis ilmiah ini dengan penuh kesabaran.
8. Segenap dosen dan staf pengajar di Program Studi Pendidikan Profesi Ners yang telah berbagi ilmu, bimbingan dan nasihat selama menempuh pendidikan.
9. Pengurus dan perawat di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya yang telah membantu dalam proses penelitian.
10. Responden yang telah bersedia membantu dalam kegiatan ini.
11. Kedua orang tua tercinta (Bapak Solichan dan Ibu Kusni)serta saudariku satu-satunya Isnaini Farikha Ramadhani, yang selalu memotivasi saya dalam kuliah serta memberikan dorongan moril maupun materil untuk pembiayaan kuliah saya serta doa yang tak ada hentinya untuk masa depan yang baik.
12. Teman-teman Program Studi Pendidikan Profesi Ners angkatan 2013 (A9) terima kasih atas semangat yang diberikan dan kekompakan kebersamaan kita selama ini akan terkenang untuk selamanya.
13. Serta pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga amal kebbaikannya diterima di sisi Allah SWT, dan mendapat imbalan pahala dari Allah SWT.

Akhir kata semoga karya tulis ilmiah yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan.

Surabaya, 15 Januari 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
Halama Judul	i
Surat Pernyataan	ii
Lembar Persetujuan	iii
Lembar Pengesahan	iv
Kata Pengantar	v
Ucapan Terimakasih	vi
Abstrak	ix
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
Daftar Lambang, Singkatan dan Istilah	xvi
BAB 1. PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Pertanyaan Peneliti	4
1.3 Objektif	4
1.4 Manfaat	5
1.4.1 Manfaat Teoristis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.4.3 Manfaat Bagi Petugas Panti	6
1.4.4 Manfaat Bagi Lansia	6
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Lanjut Usia	7
2.1.1 Pengertia Lanjut Usia	7
2.1.2 Klasifikasi Lanjut Usia	7

2.1.3 Proses Menua	8
2.1.4 Teori Proses Menua	9
2.1.5 Permasalahan Lanjut Usia	10
2.1.6 Perubahan Pada Lansia	11
2.2 Konsep Hipertensi	14
2.2.1 Pengertian Hipertensi	14
2.2.2 Faktor Resiko Hipertensi	15
2.2.3 Klasifikasi Hipertensi	21
2.2.4 Patofisiologi Hipertensi	22
2.2.5 Manifestasi Hipertensi	23
2.2.6 Komplikasi Hipertensi	23
2.2.7 Penatalaksanaan Hipertensi	26
2.3 Konsep Dasar Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat	32
2.3.1 Pengertian Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat	32
2.3.2 Manfaat Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat	34
2.4 Konsep Jus Belimbing Manis	35
2.4.1 Pengertian Jus Belimbing Manis	35
2.4.2 Prosedur	37
2.5 Hubungan Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat disertai Konsumsi Jus Belimbing Manis	37
2.6 Kerangka Berpikir	40
BAB 3. METODE PENELITIAN	
3.1 Deskripsi Kasus	41
3.2 Desain Penelitian	41
3.3 Unit analisis dan Kriteria Intrepretasi	42
3.3.1 Unit Analisis	42
3.3.2 Kriteria Intrepretasi	42

3.4 Etika Penelitian	43
3.4.1 <i>Informed concent</i>	43
3.4.2 <i>Anonimity</i>	44
3.4.3 <i>Confidentiality</i>	44
3.4.4 <i>Beneficience and Non Malficience</i>	44
3.4.5 <i>Justice</i>	44
BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Data Umum	45
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	46
4.1.2 Karakteristik Subyek Penelitian	46
4.2 Hasil Penelitian	47
4.2.1 Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi sebelum diberikan Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat disertai dengan Konsumsi Jus Belimbing Manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.....	47
4.2.2 Respon Lansia dengan Hipertensi saat diberikan Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat disertai Konsumsi Jus Blimbing Manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya	48
4.2.3 Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi sesudah diberikan Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat disertai dengan Konsumsi Jus Belimbing Manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.....	54
4.3 Pembahasan	54
4.3.1 Mengidentifikasi Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Sebelum Diberikan Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat Disertai Konsumsi Jus Belimbing Manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.....	54

4.3.2 Menjelaskan Respon Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi saat diberikan terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.....	56
4.3.3 Mengidentifikasi Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi sesudah diberikan terapi relaksasi rendam kaki air hangat disertai konsumsi jus belimbing manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.....	59
BAB 5. SIMPULAN	62
5.1 Kesimpulan	62
5.2 Saran	63

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 2.1: (Klasifikasi Tekanan Darah).....	21
Tabel 4.1: (Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi sebelum diberikan Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat disertai dengan Konsumsi Jus Belimbing Manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya pada tanggal 11 Desember 2018).....	47

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1:(Kerangka Berpikir Studi Kasus Pemberian Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat Disertai Konsumsi Jus Belimbing Manis pada Lansia dengan Hipertensi)	40
Gambar 4.1:(Grafik Tekanan Darah Pada Tn. A dengan Hipertensi pada pagi hari sesudah diberikan Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat disertai dengan Konsumsi Jus Belimbing Manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya).....	50
Gambar 4.2 : (Grafik Tekanan Darah Pada Tn. A dengan Hipertensi pada sore hari sesudah diberikan Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat disertai dengan Konsumsi Jus Belimbing Manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya)	51
Gambar 4.3:(Grafik Tekanan Darah Pada Tn. S dengan Hipertensi pada pagi hari sesudah diberikan Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat disertai dengan Konsumsi Jus Belimbing Manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya).....	52
Gambar 4.4:(Grafik Tekanan Darah Pada Tn. S dengan Hipertensi pada sore hari sesudah diberikan Terapi Relaksasi Rendam Kaki Air Hangat disertai dengan Konsumsi Jus Belimbing Manis di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya).....	53

DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN dan ISTILAH

UPTD	: Unit Pelaksanaan Teknis Daerah
WHO	: World Health Organization
DASH	: Dietary Approaches to Stop Hypertension
Ca	: Kalsium
K	: Kalium
Kal	: Kalori
N	: Natrium
G	: Gram
Mg	: Mili gram

DAFTAR PUSTAKA

- Adroge, H. 2007. *Mechanisms of Diseases Sodium and Potassium in the Pathogenesis of Hypertension*. Jurnal Kedokteran Inggris. 356:19.
- Agoes, H. A. 2011. *Penyakit Diusia Tua*. EGC: Jakarta.
- Agung, Dwi. 2015. *Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja UPK Puskesmas Khatulistiwa Kota Pontianak*. Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Ambrose, J. 2004. *The Pathophysiology of Cigarette Smoking and Cardiovascular Disease*. Jurnal Kardiologi, 43 (10): 1731-1737.
- Anonim. 2013. *1000 Tanaman Khasiat dan anfaatnya*. www.indonews.co.id. Diakses tanggal 2 Oktober 2018.
- Arovah, I. 2007. *Fisioterapi dan Terapi Latihan pada Osteoarthritis*. Medikora. Vol 111. No 1: April 2007: 18-41.
- Artalesi. 2011. *Efektifitas Terapi Jus Buah Belimbing Manis Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi Primer*. 48 (2001-2011).
- Astawan. 2009. *Jus Belimbing, Manfaatnya dan cara pembuatannya*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar Provinsi Jawa Timur*. Badan Penelitian dan Pengembangan.
- Bowman. 2007. *Clinical Research Hypertension. A Prospective Study of Cigarette Smokey and Risk of Incident Hypertension in Birmingham and Woman Hospital Massachucetts*. P 1-3.
- Burt, V. 1995. *Prevalence of Hypertension in the US Adult Population. Result From the 3 National Health and Nutrition Examination Survey, 1988-1991*. Hipertensi 25:305-313.
- Dalimartha, Setiawan. 2008. *Atlas Tumbuhan Obat Jilid 5*. Jakarta: PT Pustaka Bunda.

- Dwipayati, P, R. 2011. *Efektifitas Buah Belimbing Manis Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Sumolepen Kelurahan Balongsari kota Mojokerto*. Jurnal Keperawatan. STIKES Dian Husada.
- JNC-7.2003. *The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure*. JAMA 189:2560-2571.
- Kaplan, H. 2010. *Gangguan Mood Dalam Sinopsis Psikiatri*. Tangerang: Binarupa Aksara.
- Khoiroh U, Lina M. R, dan Linda P. C.(2011). *Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan darah pada Hipertensi*. *Journal of Nurse Community*, ISSN 2087-0744,3(6) 72-82
- Kusmana, D. 2006. *Olah Raga untuk Orang Sehat dan Penderita Penyakit Jantung Trias Sok dan Senam 10 menit*. Jakarta: FKUI.
- Martha, K. 2012. *Panduan Cerdas Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta: Araska.
- Maryam, S. 2008. *Mengenal Lanjut Usia dan Perawatanya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Martuti, A. 2009. *Hipertensi Merawat dan Menyembuhkan Penyakit Tekanan Darah Tinggi*. Kreasi Kencana Perum Sidorejo Bumi Indah (SBI).
- Muhammadun. 2010. *Hidup Bersama Hipertensi*. In Books: Yogyakarta.
- Muniroh, Lailatul. 2011. *Pengaruh Pemberian Jus Belimbing dan Mentimun terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Penderita Hipertensi*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Vol. 4, No. 1, Juli 2007: 25-34.
- Nogroho. 2008. *Keperawatan Gerontik*. Buku Kedokteran EGC: Jakarta.
- Peni, Kusumastuti. 2008. *Hidroterapi , Pulihkan Otot dan Sendi yang kaku*. www.gayahidupsehat.com. Diakses 15 Oktober 2018.
- Potter dan Perry. 2006. *Fundamental Keperawatan*. Jakarta:EGC.
- Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI. 2016. *Infodatin Situasi Lanjut Usia di Indonesia*. Kementrian Kesehatan RI.
- Shanty, M. 2011. *Silent Killer Disease*. Yogyakarta: Javalitera.

- Sheps, S. 2005. *Mayo Clinic Hipertensi: Mengatasi Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Intisari Mediatama.
- Sutanto. 2010. *Cekal Penyakit Modern Hipertensi, Stroke, Jantung, Kolesterol dan Diabetes*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Tamher, S. 2009. *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Varvogli, L. 2011. *Stress Menegement Techniques; Evidence-based Procedures that Reduce Stress and Promote Health*: Jurnal Kesehatan. 10(2) 75-80.
- Vidyahana. 2016. *Pengenalan Hidroterapi pada Penderita Hipertensi*. Jakarta. PT Pustaka Bunda.
- Yonata, Ade. 2016. *Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke*. Majority Vol. 5 No. 3.