



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENGARUH KOMBINASI HIDROTERAPI RENDAM
KAKI DAN RELAKSASI BENSON (HIDROSON)
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS
SINDANGKASIH**

IRVAN DWI KURNIAWAN

NIM. P2.06.20.6.23.038

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2024**



**PENGARUH KOMBINASI HIDROTERAPI RENDAM KAKI
DAN RELAKSASI BENSON (HIDROSON) TERHADAP
TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI
WILAYAH PUSKESMAS SINDANGKASIH**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



OLEH :

IRVAN DWI KURNIAWAN

NIM. P2.06.20.6.23.038

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2024**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun Karya Ilmiah Akhir dengan judul " Pengaruh Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki Dan Relaksasi Benson (Hidroson) Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Sindangkasih ". Karya Ilmiah Akhir ini disusun sebagai salah satu syarat tugas akhir pada program studi Pendidikan Profesi Ners di jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

Dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada banyak pihak yang telah membantu dan mendukung penulis dalam menyiapkan skripsi ini. Terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep, Ners., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Bapak Ridwan Kustiawan, S.Kep, Ners., M.Kep, Sp.Kep Jiwa, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Dr. Siti Badriah, M.Kep., Ns.Sp.Kep.Kom, selaku Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan kepada penulis selama penyusunan karya ilmiah akhir ini sehingga dapat diselesaikan.

5. Seluruh staf dan dosen Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, yang telah memberikan bimbingan sejak penulis mengikuti perkuliahan.
6. Orang tua tercinta dan seluruh keluarga yang sudah mendukung serta mendoakan penulis demi kelancaran dalam menempuh pembuatan karya ilmiah akhir ini.
7. Seluruh rekan – rekan Angkatan 2 Program Studi Pendidikan Profesi Ners yang selalu berjuang bersama-sama penyelesaian Karya Ilmiah Akhir ini.

Karya Ilmiah Akhir ini dibuat dengan tujuan untuk memaparkan hasil penelitian yang sudah penulis lakukan. Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini masih perlu perbaikan dan pengembangan lebih lanjut. Oleh karena itu, penulis dengan tangan terbuka menerima saran dan kritik yang membangun untuk perbaikan karya ilmiah akhir ini.

Akhir kata, semoga karya ilmiah akhir ini dapat memperoleh persetujuan dari pihak-pihak terkait dan dapat menjadi landasan yang kuat untuk penelitian selanjutnya. Sekali lagi, terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung penulis dalam menyusun karya ilmiah akhir ini.

Tasikmalaya, 29 Mei 2024

Penulis

ABSTRAK

PENGARUH KOMBINASI HIDROTERAPI RENDAM KAKI DAN RELAKSASI BENSON (HIDROSON) TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS SINDANGKASIH

Irvan Dwi Kurniawan, Siti Badriah

Program Studi Pendidikan Profesi Ners

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Latar Belakang : Hipertensi yaitu kondisi fisiologis pada sistem kardiovaskular dengan terjadinya peningkatan tekanan darah di atas 140 / 90 mmHg. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang umum terjadi pada orang dewasa dan lanjut usia. Pada lansia terjadi penurunan fungsi organ dan fluktuasi tekanan darah. Oleh karena itu, penting bagi lansia untuk rutin memantau tekanan darah mereka guna mencegah penyakit kardiovaskuler, terutama hipertensi. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dipakai peneliti untuk mengontrol tekanan darah adalah terapi hidroterapi rendam kaki dan relaksasi benson (hidroson). **Tujuan :** untuk mengetahui Pengaruh Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson) Terhadap Tekanan Darah pada lansia dengan Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sindangkasih. **Metode :** Penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan studi kasus dan dilakukan *pre and post test without control design*. Subyek penelitian ini yaitu 2 orang lansia dengan diagnosa Hipertensi, Intervensi diberikan satu kali perhari selama 3 hari. **Hasil :** Terdapat rata – rata penurunan tekanan darah pada Ny E dan Ny N, pada Ny E didapatkan rata – rata penurunan senilai 63,3/4,3 mmHg, sedangkan pada Ny N didapatkan rata – rata penurunan senilai 7.3/6,6 mmHg. **Kesimpulan :** Karya Ilmiah ini terdapat penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi menggunakan terapi Hidroterapi rendam kaki dan relaksasi benson.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan, Hipertensi, Hidroterapi, Relaksasi Benson.

ABSTRACT

THE EFFECT OF A COMBINATION OF FEET HYDROTHERAPY AND BENSON RELAXATION (HYDROSON) ON BLOOD PRESSURE IN THE ELDERLY WITH HYPERTENSION IN THE SINDANGKASIH PUSKESMAS AREA

Irvan Dwi Kurniawan, Siti Badriah

Professional Education Study Program Ners

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Background: Hypertension is a physiological condition in the cardiovascular system with an increase in blood pressure above 140/90 mmHg. Hypertension is one of the common chronic diseases in adults and the elderly. In the elderly, there is a decrease in organ function and fluctuations in blood pressure. Therefore, it is important for the elderly to routinely monitor their blood pressure to prevent cardiovascular disease, especially hypertension. One of the non-pharmacological therapies used by researchers to control blood pressure is foot soak hydrotherapy and Benson relaxation (hydroson). **Objective:** to determine the effect of the combination of foot soak hydrotherapy and Benson (Hydroson) relaxation on blood pressure in the elderly with hypertension in the Sindangkasih Health Center area. **Method:** This study uses a descriptive case study approach and is conducted with a pre and post test without control design. The subjects of this study were 2 elderly people diagnosed with hypertension. Intervention was given once a day for 3 days. **Results:** There was an average decrease in blood pressure in Mrs. E and Mrs. N. In Mrs. E, the average decrease was 63.3/4.3 mmHg, while in Mrs. N, the average decrease was 7.3/6.6 mmHg. **Conclusion:** This scientific work shows a decrease in blood pressure in patients with hypertension using foot soak hydrotherapy and Benson relaxation.

Keywords: Nursing care, hypertension, hydrotherapy, Benson relaxation.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DALAM.....	i
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A.Latar Belakang	1
B.Rumusan Masalah.....	5
C.Tujuan	5
D.Manfaat.....	6
BAB 2 TINJAUAN LITERATURE	8
A.Konsep Dasar Penyakit Hipertensi	8
B. Konsep Lansia	17
C. Konsep Hidroterapi Rendam Kaki.....	21
D. Konsep Relaksasi Benson (Hidroson)	24
E. Konsep Asuhan Keperawatan Gerontik	27
F. Kerangka Teori	45
BAB 3 GAMBARAN KASUS	46
A.Gambaran Lokasi Penelitian.....	46
B. Resume Asuhan Keperawatan Pasien 1 dan Pasien 2.....	46
C. Gambaran Pelaksanaan Kombinasi Intervensi Hidroterapi Rendam Kaki	

dan Relaksasi Benson (Hidroson) pada Ny E dan Ny N.....	75
D. Gambaran Respon atau Perubahan Tekanan Darah pada Ny E dan Ny N yang dilakukan Kombinasi Intervensi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson)	80
E. Gambaran Kesenjangan Perubahan Tekanan Darah pada Ny E dan Ny N yang dilakukan Kombinasi Intervensi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson) dengan Penyakit Hipertensi	84
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	85
A. Tahapan Asuhan Keperawatan Gerontik pada Ny E dan Ny N.....	85
B. Gambaran Pelaksanaan Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson) pada Ny E dan Ny N.....	88
C. Gambaran Perubahan Tekanan Darah Ny E dan Ny N setelah dibeikan Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson)	90
D. Kesenjangan Tekanan Darah Ny E dan Ny N setelah diberikan Kombinasi Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson)	93
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	96
B. Saran	97
DAFTAR PUSTAKA	98
LAMPIRAN.....	100

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Pathway Hipertensi	15
Bagan 2.2 Kerangka Teori.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah	8
Tabel 2. 2 Indeks KATZ.....	28
Tabel 2.3 SPMSQ.....	29
Tabel 2.4 Mini Mental Status Exam (MMSE)	30
Tabel 2.5 Depresi BECK.....	31
Tabel 2.6 APGAR Keluarga	34
Tabel 3.1 Pengkajian Identitas Ny E dan Ny N	46
Tabel 3.2 Pemeriksaan Fisik pada Ny E dan Ny N	47
Tabel 3.3 Pengkajian Psikososial & Spiritual	48
Tabel 3.4 Pengkajian KATZ Indeks	48
Tabel 3.5 Pengkajian Barthel Indeks.....	49
Tabel 3.6 Pengkajian Status Mental	51
Tabel 3.7 Pengkajian Aspek Kognitif dan Fungsi Mental.....	51
Tabel 3.8 Pengkajian Keseimbangan	52
Tabel 3.9 Pengkajian Depresi BECK.....	53
Tabel 3.10 Pengkajian APGAR Keluarga	54
Tabel 3.11 Diagnosa Keperawatan.....	55
Tabel 3.12 Proses Keperawatan pada Ny E dan Ny N.....	59
Tabel 3.13 Evaluasi Keperawatan	67
Tabel 3.14 Gambaran Pelaksanaan Kombinasi Intervensi	75
Tabel 3.15 Gambaran Perubahan Tekanan Darah Ny E dan Ny N	80
Tabel 3.16 Kesenjangan Perubahan Tekanan Darah pada Ny E dan Ny N.....	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden	101
Lampiran 2 Pernyataan Kesiapan Menjadi Responden	102
Lampiran 3 SOP Hidroterapi Rendam Kaki dan Relaksasi Benson (Hidroson)103	
Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian	106
Lampiran 5 Daftar Riwayat Hidup.....	107