

IMPLEMENTASI KEPERAWATAN *FOOT MASSAGE* PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MASALAH UTAMA NYERI AKUT: STUDI KASUS

Lutfiyatul Mutawadingah¹, Wasis Eko Kurniawan²
^{1,2}Universitas Harapan Bangsa, Jawa Tengah, Indonesia
(email : lutfiyatulmutawadingah@gmail.com)

ABSTRACT

Background: Acute pain is a problem in hypertensive patients which can cause discomfort. One of the complementary therapies known to reduce pain is massage. Purpose: this study aims to describe appropriate nursing care and interventions in hypertensive patients who experience pain. **Methods:** This study uses a nursing care approach that includes assessment, diagnosis, determination of nursing interventions, implementation and evaluation, the study participants are elderly people with acute pain problems. **Results:** Diagnosis of acute pain is a major problem that is felt and bothers patients. Complaints of pain in the form of headache, dizziness, whiny neck, leg pain, pain on a scale of 6, like being stabbed, disappears with taking medicine and rest, body aches and waist pain, difficulty sleeping when high blood pressure, and pain when standing or walking. Providing relaxing foot massage therapy which was carried out for three days has not been able to overcome pain problems, but the pain is felt to be reduced, So it needs to be continued to carry out nursing actions according to the intervention plan. **Conclusion:** the implementation of foot massage is not optimal in reducing pain so it is necessary to combine it with other non-pharmacological techniques.

Keywords: Nursing care, foot massage, hypertension, acute pain

ABSTRAK

Latar Belakang : Nyeri akut merupakan salah satu masalah pada penderita hipertensi yang dapat menyebabkan gangguan rasa nyaman. Terapi komplementer yang diketahui dapat mengurangi nyeri salah satunya adalah pijat (*massage*). **Tujuan:** penelitian ini bertujuan mendeskripsikan asuhan keperawatan dan intervensi yang tepat pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri. **Metode :** Penelitian ini menggunakan teknik pendekatan asuhan keperawatan yang mencakup pengkajian, penentuan diagnosa, penentuan intervensi keperawatan, implementasi hingga evaluasi, partisipan penelitian adalah lansia dengan masalah nyeri akut **Hasil :** Diagnosis nyeri akut merupakan problem utama yang dirasakan dan mengganggu pasien. Keluhan nyeri berupa sakit kepala, pusing, leher cengeng, kaki sakit, nyeri pada skala 6, seperti ditusuk-tusuk, hilang dengan minum obat dan istirahat, badan terasa pegal-pegal dan pinggang sakit, sulit tidur apabila tekanan darahnya tinggi, dan nyeri saat berdiri ataupun jalan. Pemberian terapi relaksasi *foot massage* (pijat kaki) yang dilakukan selama tiga hari belum mampu untuk mengatasi masalah nyeri, namun nyeri dirasakan berkurang sehingga perlu diteruskan untuk melakukan tindakan keperawatan sesuai dengan rencana intervensi. **Kesimpulan:** implementasi *foot massage* belum optimal menurunkan nyeri sehingga perlunya mengkombinasikan dengan teknik nonfarmakologi lainnya.

Kata kunci : Asuhan keperawatan, foot massage, hipertensi, nyeri akut

PENDAHULUAN

Menurut *Join National Committee dalam The Eighth Report of Join National Committee on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure* menyatakan bahwa tekanan darah tinggi (hipertensi) merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang ≥ 140 mmHg (sistolik) dan/atau ≥ 90 mmHg (Ansar et al., 2019). Berdasarkan survey World Health Organization (WHO) tahun 2015-2018, menunjukkan bahwa penderita hipertensi di dunia

mencapai 1,13 miliar, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Penderita hipertensi semakin meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 mencapai 1,5 miliar menderita hipertensi, dengan perkiraan 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi setiap tahunnya. Data WHO didukung oleh data *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) bahwa di Indonesia 1,7 juta kematian di Indonesia dengan faktor risiko yang menyebabkan kematian adalah tekanan darah (hipertensi) sebesar 23,7%, hiperglikemia sebesar 18,4%, merokok sebesar 12,7% dan obesitas sebesar 7,7%. Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% berdasarkan kriteria pengukuran tekanan darah penduduk usia ≥ 18 tahun (Ainun & Leini, 2021).

Tanda yang dirasakan oleh penderita hipertensi salah satunya adalah nyeri kepala, Nyeri pada hipertensi disebabkan akibat perubahan struktur pembuluh darah sehingga terjadi penyumbatan pada pembuluh darah, kemudian terjadi vasokonstriksi dan terjadi sirkulasi pada otak dan terjadi resistensi pembuluh darah otak meningkat menyebabkan terjadinya nyeri kepala pada hipertensi. Hipertensi perlu mendapatkan perhatian khusus dan penanganan yang komprehensif mulai dari usaha preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif (Arianto, A., Prastiwi, S., & Sutriningsih, 2018). Penanganan hipertensi yang komprehensif bertujuan untuk menurunkan tekanan darah yaitu menggunakan terapi non konvensional diantaranya yang dapat dilakukan yaitu dengan bekam, akupunktur, tanaman tradisional, akupresur, dan pijat (massage) (Kamill et al., 2020).

Peran perawat dalam hal ini adalah sebagai pemberi asuhan keperawatan, pengelola pelayanan keperawatan, pelaksana tugas berdasarkan pelimpahan wewenang, dan pelaksana tugas dalam keadaan keterbatasan tertentu (Indonesia, 2019). Perawat membantu pasien meringankan nyeri dan efek yang membahayakan diri pasien. Perawat juga berperan sebagai pendidik (*educator*) bagi pasien dan keluarga dalam meningkatkan pengetahuan terkait kesehatan (Maria, 2018). *Foot massage* merupakan salah satu terapi komplementer yang aman dan mudah diberikan dan mempunyai efek meningkatkan sirkulasi mengurangi rasa sakit, merelaksasikan otot dan memberikan rasa nyaman pada pasien (Ainun & Leini, 2021). Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus implementasi keperawatan pada lansia hipertensi dengan masalah utama nyeri akut melalui fokus intervensi *foot massage* (pijat kaki).

METODE

Metode penelitian ini adalah studi kasus dengan menggunakan teknik pendekatan asuhan keperawatan yang mencakup pengkajian, penentuan diagnosa, penentuan intervensi keperawatan, implementasi hingga evaluasi. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 22 sampai 24 Maret 2022. Sampel pada penelitian ini pasien Hipertensi yang tinggal di Wisma 3 PPSLU Dewanata Cilacap dengan masalah utama nyeri akut. Pengumpulan data dilakukan dengan cara hasil observasi, wawancara, pengukuran, hingga melakukan asuhan keperawatan pada kasus yang ada pada klien.

Proses pengumpulan data menggunakan instrumen format pengkajian gerontik serta alat pemeriksaan fisik seperti sphygmomanometer, termometer, dan stetoskop. Proses analisis data dilakukan dengan cara mengelompokkan data yang didapatkan dari hasil pengkajian, kemudian dilakukan analisis berdasarkan data subjektif, dan data objektif sehingga dapat ditemukan dan dapat disimpulkan diagnosa keperawatan. Langkah selanjutnya adalah dengan menyusun rencana keperawatan, melakukan implementasi, evaluasi, dan dokumentasi keperawatan. Hasil penelitian selanjutnya hasil analisis disajikan secara deskriptif untuk mendapatkan gambaran pelaksanaan studi kasus dengan fokus implementasi keperawatan *foot massage*.

HASIL

Tindakan keperawatan pada lansia dengan hipertensi memiliki fokus masalah keperawatan yaitu nyeri akut dengan tindakan pemberian terapi relaksasi (*foot massage*) menjadi fokus tindakan keperawatan mandiri yang dilakukan selama 3x24 jam. Hasilnya adalah sebagai berikut:

Pengkajian

Hasil pengkajian dengan teknik pemeriksaan fisik head to toe didapatkan hasil sebagai berikut:

Penilaian dilakukan pada tanggal 22 Maret 2022, dan hasil penilaian data subjektif pasien mengatakan sakit kepala dan pusing, leher cengeng, sakitnya seperti ditusuk-tusuk, sakitnya akan hilang dengan minum obat dan istirahat, dengan skala nyeri 6 dan nyerinya hilang timbul, sulit tidur apabila tekanan darahnya tinggi, setiap malam sering terbangun dan sering terjaga di malam hari, susah untuk mengawali tidur, kaki sakit untuk berjalan sehingga pasien menggunakan alat bantu untuk berjalan yaitu tongkat kayu. Data objektif tekanan darah 150/66 mmHg, nadi 84 x/menit, pasien terlihat mempunyai obat meredakan sakit kepala dan tekanan darah tinggi (Amlodipin, Ibu profen), warna kulit pucat, akral teraba dingin, lemas dan kurang bertenaga, hasil pengkajian Morse Falls nilai 85 dengan resiko tinggi.

Diagnosa Keperawatan

Menganalisis data hasil penelitian merupakan suatu rumusan untuk menentukan diagnosa keperawatan pasien yang sebenarnya pada kasus Tn.S, peneliti telah menemukan tiga diagnosa: Hal ini dapat dilihat pada tabel 1 Diagnosa yang ditemukan pada penelitian ini.

Tabel 1 Diagnosa Keperawatan

No	Data Objektif	Data Subjektif	Masalah Keperawatan
1.	Pasien tampak terlihat mempuvai obat untuk meredakan sakit kepala dan tekanan darah tinggi (Amlodipin, Ibu Profen). TD 150/66 mmHg. N : 84 x/menit Warna kulit pucat Akral teraba dingin	Pasien mengatakan sakit kepala dan pusing, leher cengeng, sakitnya seperti ditusuk-tusuk, sakitnya akan hilang dengan minum obat dan istirahat, dengan skala nyeri 6 dan nyerinya hilang timbul.	Nyeri Akut berhubungan dengan Agen Cedera Fisiologis (penyakit)
2.	Pasien tampak kurang bertenaga dan tampak lemas.	Pasien mengatakan sulit tidur apabila tekanan darahnya tinggi, setiap malam sering terbangun dan sering terjaga di malam hari, susah untuk mengawali tidur.	Gangguan Pola Tidur berhubungan dengan Kurang kontrol tidur
3.	Tampak pasien berjalan menggunakan alat bantu. Hasil pengkajian pada lansia (Morse Falls) dengan total nilai 85 yaitu dapat di interpretasikan dengan Resiko Tinggi.	Pasien mengatakan kaki sakit untuk berjalan sehingga pasien menggunakan alat bantu untuk berjalan yaitu tongkat kayu	Resiko Jatuh berhubungan dengan Neuropati

Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan pada studi kasus ini berfokus pada diagnosis nyeri akut. Adapun tujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam, diharapkan tingkat nyeri dapat menurun dengan kriteria target keluhan nyeri, gelisah, kesulitan tidur cukup menurun, dan tekanan darah cukup membaik. Intervensi utama yang dilakukan adalah terapi relaksasi: (pengamatan) pemantauan penurunan tingkat nyeri. (terapeutik) ciptakan lingkungan yang tenang dan tanpa gangguan, gunakan pakaian longgar, gunakan nada suara yang lembut dengan lambat dan berirama. (edukasi) anjurkan relaks dan rasakan sensasi relaksasi, dan anjurkan sering mengulang atau melatih teknik yang dipilih.

Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan studi kasus yang diterapkan oleh peneliti yaitu melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi hanya berfokus pada satu masalah keperawatan yaitu nyeri akut. Implementasi hari pertama meliputi: mengidentifikasi penurunan tingkat nyeri, menciptakan lingkungan yang tenang dan tanpa gangguan, menggunakan pakaian longgar, menggunakan nada suara yang lembut dengan lambat dan berirama, menganjurkan relaksasi dan rasakan sensasi relaksasi, menganjurkan sering. Implementasi hari kedua: mengidentifikasi penurunan tingkat nyeri, menciptakan lingkungan yang tenang dan tanpa gangguan, menggunakan pakaian longgar, menggunakan nada suara yang lembut dengan lambat dan berirama, menganjurkan relaksasi dan rasakan sensasi relaksasi dan implementasi hari ketiga: menganjurkan relaksasi dan rasakan sensasi relaksasi foot massage, menganjurkan sering mengulang atau melatih teknik yang dipilih (*foot massage*),

Evaluasi Keperawatan

Setelah dilakukan implementasi keperawatan terapi relaksasi dengan fokus implementasi foot massage se;a, 3x24 jam di dapatkan nyeri berkurang dan badan terasa enak tidak pusing TD 120/80 mmHg.

PEMBAHASAN

Masalah nyeri akut pada lansia dengan hipertensi digambarkan dengan perasaan tidak nyaman yang berhubungan dengan nyeri kepala, pusing, leher cengeng, kaki sakit, nyeri pada skala 6, seperti ditusuk-tusuk, hilang dengan minum obat dan istirahat, badan terasa pegal-pegal dan pinggang sakit, sulit tidur apabila tekanan darahnya tinggi, dan nyeri saat berdiri ataupun jalan. Nyeri merupakan masalah keperawatan yang dialami oleh pasien Hipertensi (Murtiono, 2020; Siauta et al, 2020).

Praktik keperawatan pada studi kasus ini dirancang untuk mengatasi masalah nyeri akut. Terapi relaksasi yang digunakan terapi relaksasi *foot massage*. *foot massage* merupakan tindakan keperawatan untuk mengendalikan nyeri dan mempunyai efek meningkatkan sirkulasi. Foot massage adalah jenis teknik relaksasi dengan memanipulasi jaringan lunak pada kaki secara umum dan tidak terpusat pada titik-titik tertentu pada telapak kaki yang berhubungan dengan bagian lain pada tubuh (Abdulliansyah, 2018). Menurut Bambang Priyonoadi (2008) dalam (Dewi, 2018) metode masase adalah mengusap (*Efflurage/stroking*), *petrisage* (gerakan memijit atau meremas), *Friction* (gerakan melingkar kecil dengan penekanan yang lebih dalam)

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian (Putri, 2020) di dapatkan hasil bahwa adanya pengaruh intervensi refleksi pijat kaki (*foot massage*) dengan gangguan peningkatan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi. (Ardiansyah. & Huriah, 2019) telah menunjukkan bahwa pelaksanaan terapi foot massage yang telah dilakukan dengan rutin sesuai standar operasional prosedur yang sudah diberikan merupakan salah satu cara terbaik untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik sehingga tekanan darah akan terus menurun dan fungsi tubuh semakin membaik dan dapat mengendalikan rasa nyeri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil pengkajian pada tanggal 22 maret 2022, diketahui bahwa keluhan utama adalah nyeri di bagian kepala, leher cengeng, pinggang dan kaki sakit, pusing, seperti ditusuk-tusuk, hilang dengan minum obat dan istirahat, badan terasa pegal-pegal, nyeri dengan skala 6, dan nyeri yang dirasa hilang timbul. Diagnosa keperawatan berdasarkan hasil pengkajian dan analisa, yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisiologis (penyakit). Pelaksanaan tindakan keperawatan pada Tn.S sesuai dengan perencanaan yang telah ditetapkan intervensi tindakan yang telah disusun yaitu terapi relaksasi. Evaluasi akhir dari tindakan keperawatan yang dilakukan adalah masalah teratasi sebagian sehingga perlu diteruskan untuk melakukan tindakan keperawatan sesuai dengan rencana intervensi. Penelitian menyarankan perlunya kombinasi tindakan penurunan nyeri non farmakologis agar memberikan hasil yang lebih efektif.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ditemukan atau terdapat konflik kepentingan dalam penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulliansyah. (2018). Analisa Praktik Klinik Keperawatan pada Pasien Hipertensi Primer dengan Intervensi Inovasi Terapi Kombinasi Foot Massage dan Terapi Murrotal Surah Ar- Rahman terhadap Penurunan Tekanan Darah di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUD Abdul Wahab Sjahranie. Kar. *Karya Ilmiah Akhir Ners*.
- Ainun, K., & Leini, S. (2021). *terapi Foot Massage Untuk Menurunkan dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. 3(September), 328–336.
- Ansar, J., Dwinata, I., & M, A. (2019). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu Di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 28–35.
- Ardiansyah. & Huriah, T. (2019). Metode Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *A Literatur Review Jurnal Penelitian Keperawatan*, 5 (1). <https://doi.org/10.32660/jurnal.v5i1.334%0AArianto>,
- Arianto, A., Prastiwi, S., & Sutriningsih, A. (2018). Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Telapak Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Nursing News*, 3 (1), 584–594.
- Dewi, V. S. (2018). *Pengaruh Foot Massage dengan Minyak Essensial Lavender Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Desa Rambeanak Tahun 2018*. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Indonesia, M. K. R. (2019). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomer 26 Tahun 2019 Tentang Peraturan Pelaksanaan Undang-Undang Nomer 38 Tahun 2014 Tentang Keperawatan*.
- Kamill, M., Septiawan, T., & Taharuddin. (2020). Pengaruh Pemberian Terapi Elektroakupunktur terhadap Nilai Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi : Literature Review. *BSR Borneo Student Research*, 2(1), 235.
- Maria, I. (2018). Gangguan rasa Nyaman Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan*.
- Putri, E. C. (2020). Penerapan Terapi Refleksi Pijat Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Ny.L Dikota Baru Jorong Tigo Surau Baso. In *Orphanet Journal of Rare Diseases* (Vol. 21, Issue 1).