

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK NY. K DENGAN  
PENERAPAN TINDAKAN RENDAM KAKI AIR HANGAT  
DENGAN JAHE MERAH UNTUK MENURUNKAN TEKANAN  
DARAH DI WILAYAH PUSKESMAS CILACAP TENGAH I**

**LAPORAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS**



Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat  
Ners Pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu  
Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

Oleh :

**RISKA ENDAH UTAMI**

**NIM. 113 122 056**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS AL IRSYAD**

**TAHUN 2023**

**HALAMAN PERNYATAAN  
ORISINALITAS PENELITIAN**

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang di kutip maupun dirujuk setelah saya nyatakan benar.

Nama : Riska Endah Utami

NIM :113 122 056

Tanda Tangan :

Tanggal/Hari : 03 Juli 2023

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK NY. K DENGAN  
PENERAPAN TINDAKAN RENDAM KAKI AIR HANGAT  
DENGAN JAHE MERAH UNTUK MENURUNKAN TEKANAN  
DARAH DI WILAYAH PUSKESMAS CILACAP TENGAH I**

Karya Ilmiah Akhir Ners ini telah disetujui untuk diujikan dihadapan  
penguji Program Studi Profesi Pendidikan Ners Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Al-Irsyad Cilacap

Oleh :

**RISKA ENDAH UTAMI**  
NIM. 113122056

Cilacap, 23 Juni 2023  
Pembimbing



**Yuni Sapto Edhy Rahayu, M. Kep**  
NIP. 10310 98 226

Mengetahui,

Ketua Program Studi Profesi Ners



**Trimeilia Suprihatiningsih, S.Kp., M.Kes**

NIP. 103 100 3441

## LEMBAR PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama Mahasiswa : Riska Endah Utami

NIM : 113 122 056

Judul KIAN : Asuhan Keperawatan Gerontik Ny. K Dengan Penerapan Tindakan Rendam Kaki Air Hangat Dengan Jahe Merah Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I

Program Studi : Profesi Ners

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

### DEWAN PENGUJI

Penguji Utama



Widyoningsih, M. Kep., Ns.Sp.Kep.Kom  
NIP 1031000302

Ditetapkan di : Cilacap  
Tanggal : 03 Juli 2023

Penguji Anggota



Yuni Sapto Edhy Rahayu, M.Kep  
NIP 10310 98 226

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Profesi Ners



Trimellia Suprihatiningsih, S.Kp., M.Kes

NIP. 103 00 3441

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al Irsyad



Sohimah, M.Keb  
NIP 1031003469

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum Warahmatullohi Wabarokaatuh*

Alhamdulillah puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas berkat rahmat dan hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Solawat dan salam semoga tercurahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW yang telah menjadi tauladan baik dan penuntun hidup. Penulisan karya tulis ilmiah akhir ners ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Prrofesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap yang berjudul **“ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK NY. K DENGAN PENERAPAN TINDAKAN RENDAM KAKI AIR HANGAT DENGAN JAHE MERAH UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH PUSKESMAS CILACAP TENGAH I”**. Penelitian ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Peneliti menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Karya Ilmiah ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan Karya Ilmiah ini. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap.
2. Sohimah, M. Keb. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
3. Trimeilia Suprihatingsih, S.Kep., M.Kes. selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas Al-Irsyad Cilacap
4. Yuni Sapto Edhy Rahayu, M. Kep. selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan penulis dalam penyusunan Karya Ilmiah ini.
5. Widyoningsih, M. Kep., Ns. Sp. Kep. Kom selaku dosen penguji.

6. Kepala UPTD Puskesmas Cilacap Tengah I beserta jajarannya yang telah memberikan izin penelitian.
7. Bapak Sakiman dan Ibu Gunanik serta keluarga besar yang selalu memberikan dukungan, semangat dan do'a dalam penyusunan Karya ilmiah ini.
8. Teman-teman Profesi Ners , terutama angkatan 2022.
9. Annisa Fatiatul Zahra dan Farida Wulandari yang telah memberikan dukungan serta semangat pada penulis selama proses penulisan Karya Ilmiah ini.
10. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa penulis sebut satu persatu.

Akhir kata, penulis berharap Allah Subhanallahu Wa Ta'ala berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.*

Cilacap, Maret 2023

Penulis

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Riska Endah Utami

NIM : 113 122 056

Program Studi : Profesi Ners

Jenis Karya : Karya Ilmiah Akhir Ners

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Cilacap *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Non-Exclusive Royalty-Free Right)* atas karya ilmiah saya yang berjudul : **Asuhan Keperawatan Gerontik Ny. K Dengan Penerapan Tindakan Rendam Kaki Air Hangat Dengan Jahe Merah Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I.** Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan *Hak Bebas Royalti Non Ekklusif* ini Universitas Al-Irsyad Cilacap bebas menyimpan, mengalihkan media formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis pencipta dan pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di : Cilacap

Pada tanggal :

Yang menyatakan,

Riska Endah Utami

# **ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK NY. K DENGAN PENERAPAN TINDAKAN RENDAM KAKI AIR HANGAT DAN JAHE MERAH UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH PUSKESMAS CILACAP TENGAH I**

Gerontic Nursing Upbringing Mrs. K With the Application of Foot Soak in Warm Water and Red Ginger to Lower Blood Pressure in the Central Cilacap Health Center I

**Riska Endah Utami<sup>1</sup>, Yuni Sapto Edi Rahayu<sup>2</sup>**

12 Universitas Al-Irsyad Cilacap  
Jl. Cerme No.24, Sidanegara, Cilacap  
Email: [riskaendahutami@gmail.com](mailto:riskaendahutami@gmail.com)

## **ABSTRAK**

Lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas. lansia beresiko mengalami hipertensi karena penurunan fungsi kerja organ tubuh karena proses penuaan. Faktor lain yang menyebabkan terjadinya hipertensi pada lansia adalah gaya hidup, stress dan aktivitas fisik yang kurang. Kecenderungan lansia selama ini kurang mengetahui cara menerapkan gaya hidup sehat untuk cara penanganan yang dapat menurunkan tekanan darah. Tujuan untuk mengetahui pengaruh rendam kaki air hangat dan jahe merah terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Metode penelitian yang digunakan adalah wawancara dengan pendekatan asuhan keperawatan. Air hangat dan jahe merah sebanyak 100 gram dilakukan rendam kaki selama 15 menit pada suhu 38,4°C dengan kategori panas. Hasil evaluasi masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif teratasi di tandai dengan penurunan nilai tekanan darah, karena efek panas dari kaki dan kandungan dari minyak atsiri pada jahe merah mampu memberikan efek vasodilatasi pembuluh darah sehingga memicu penurunan tekanan darah. Saran, dapat melakukan tindakan mandiri sebagai upaya penurunan tekanan darah secara non farmakologis.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Lansia, Rendam kaki, air hangat dan jahe merah

Elderly is someone aged 60 years and over. The elderly are at risk of experiencing hypertension due to decreased organ work function due to the aging process. Other factors that cause hypertension in the elderly are lifestyle, stress and lack of physical activity. The tendency of the elderly so far to be less aware of how to apply a healthy lifestyle for treatment methods that can lower blood pressure. The aim is to determine the effect of soaking feet in warm water and red ginger on reducing blood pressure in the elderly with hypertension. The research method used was an interview with a nursing care approach. Hot water and 100 grams of red ginger are soaked for 15 minutes at 38.4°C in the hot category. The results of the evaluation of the problem of cerebral perfusion risk nursing were not effectively resolved marked by a decrease in blood pressure values, because the heat effect from the feet and the content of essential oil in red ginger can provide a vasodilation effect on blood vessels thereby triggering a decrease in blood pressure. Suggestions, can take action independently as an effort to reduce blood pressure non-pharmacologically.

**Keywords:** Hypertension, Elderly, Soak feet, warm water and red ginger



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN .....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Tujuan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Tujuan Umum .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Tujuan Khusus .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Manfaat Teoritis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Manfaat Praktisi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Konsep Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Definisi Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Klasifikasi Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Ciri-Ciri Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Kualitas Hidup Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Konsep Dasar Hipertensi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Definisi Hipertensi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2. Etiologi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Klasifikasi Hipertensi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Manifestasi Klinis .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Patofisiologi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6. Penatalaksanaan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Konsep Asuhan Keperawatan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1. Pathway.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

2. Pengkajian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3. Diagnosa Keperawatan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4. Intervensi Keperawatan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5. Implementasi .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6. Evaluasi.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. <i>Evidence Base Practice</i> (EBP).....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB III TINJAUAN KASUS.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Pengkajian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Diagnosa Keperawatan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
C. Intervensi Keperawatan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
D. Implementasi Keperawatan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
E. Evaluasi Keperawatan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB IV PEMBAHASAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
A. Simpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
B. Saran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR PUSTAKA .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LAMPIRAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2. 2 Tingkat nyeri.....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2. 3 Perfusi Cerebral .....**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2. 4 Tingkat Pengetahuan.....**Error! Bookmark not defined.**

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Pathways Hipertensi .....**Error! Bookmark not defined.**

