

ABSTRAK

Hipertensi merupakan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Masalah yang sering muncul pada keluarga dalam memelihara kesehatan yaitu dikarenakan ketidakmampuan untuk memenuhi kesehatan dasar, kurangnya pengetahuan tentang kesehatan, pola perilaku yang cenderung berisiko, tidak menunjukkan perubahan perilaku, dan tidak menunjukkan perubahan terhadap lingkungan. Penerapan ini bertujuan untuk menerapkan rendam kaki air hangat pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan keluarga pemeliharaan kesehatan tidak efektif.

Rancangan penelitian menggunakan studi kasus yang dilakukan pada 2 keluarga dengan masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif. Metode pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian keperawatan keluarga, dengan melakukan wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik, kemudian dilakukan analisa data dan diintervensi, setelah itu dilakukan tindakan selama 3 hari dengan durasi 15 menit dan dievaluasi.

Hasil penerapan inovasi ini didapatkan keluarga klien 1 dan 2 dapat meningkatkan pemeliharaan kesehatan setelah diberikan pendidikan kesehatan serta diberikan pelatihan rendam kaki air hangat untuk meningkatkan pemeliharaan kesehatan keluarga pada pasien hipertensi. Evaluasi yang didapatkan adanya penurunan tekanan darah pada klien 1 dari 170/110 mmHg menjadi 140/90 mmHg dan pada klien 2 dari 150/100 mmHg menjadi 130/80 mmHg.

Perendaman kaki menggunakan air hangat memberikan efek fisiologis bagi tubuh, dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar, menstabilkan aliran darah dan kerja jantung sehingga tekanan darah akan menurun.

Simpulan dari studi kasus ini menunjukkan penurunan tekanan darah setelah dilakukan rendam kaki air hangat, serta ada peningkatan tentang pemeliharaan kesehatan terhadap keluarga. Diharapkan bagi tenaga kesehatan untuk memberikan pendidikan kesehatan mengenai masalah kesehatan yang sedang dialami sehingga tingkat pengetahuannya meningkat dan intervensi dilakukan secara maksimal.

Kata kunci: Hipertensi, Rendam kaki air hangat, Pemeliharaan kesehatan tidak efektif