

LAPORAN KASUS KELUARGA BINAAN KELUARGA NY.S DI RT.03/RW.06 CIHANJUANG KABUPATEN BANDUNG BARAT

**Egi Komara Yudha¹, Muhamad Triananda Fauzan Haqiki², Novia Ardana³,
Syfa Rahma Nur Alifiyah⁴, Dina Tazkia Patimah⁵, Alvia Azahra⁶,
Alya Dwi Agustantina⁷
oazzahra352@gmail.com¹
Institut Kesehatan Rajawali**

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan kronis yang banyak ditemukan pada lansia dan berdampak pada fungsi keluarga secara keseluruhan. Laporan kasus ini bertujuan untuk memberikan asuhan keperawatan keluarga pada Ny.S (lansia dengan hipertensi) di RT.03/RW.06 Cihanjuang, Kabupaten Bandung Barat, dengan fokus pada intervensi non-farmakologis berupa terapi rendam kaki air hangat. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan : pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Hasil pengkajian menunjukkan Ny. S memiliki pengetahuan dasar tentang hipertensinya namun belum optimal dalam pengelolaan mandiri. Setelah dilakukan edukasi dan demonstrasi terapi rendam kaki air hangat (suhu 37–40°C selama 15-20 menit), N. S mampu memahami prosedur dan manfaat terapi serta bersedia melakukannya secara rutin. Terapi rendam kaki air hangat terbukti dapat memicu vasodilatasi perifer sehingga membantu menurunkan tekanan darah dan dapat direkomendasikan sebagai intervensi mandiri dalam asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi.

Kata Kunci: Keluarga, Hipertensi, Rendam Kaki Air Hangat, Asuhan Keperawatan Keluarga.

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial terkecil dalam masyarakat yang memiliki peran sentral dalam menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan setiap anggotanya. Menurut Departemen Kesehatan RI (1988), keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan. Definisi ini menggambarkan betapa eratnya hubungan antara kondisi kesehatan individu dengan dinamika keluarga secara keseluruhan. Oleh karena itu, ketika salah satu anggota keluarga mengalami masalah kesehatan seperti hipertensi, seluruh sistem keluarga turut terdampak dan bertanggung jawab dalam proses perawatannya.

Hipertensi atau yang lebih dikenal di masyarakat sebagai tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat dari tahun ke tahun, baik di tingkat global maupun nasional. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa hipertensi menjadi salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular yang menyebabkan jutaan kematian setiap tahunnya. Di Indonesia, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), angka prevalensi hipertensi pada penduduk usia di atas 18 tahun terus menunjukkan peningkatan yang signifikan, dan kondisi ini semakin mengkhawatirkan mengingat sebagian besar penderitanya tidak terdiagnosis serta tidak mendapatkan penanganan yang adekuat.

Pada kelompok lanjut usia, hipertensi menjadi permasalahan yang semakin kompleks karena berkaitan erat dengan proses penuaan fisiologis yang mengakibatkan penurunan elastisitas pembuluh darah. Kondisi ini menyebabkan tekanan darah menjadi lebih sulit untuk dikendalikan dan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, serta gangguan penglihatan. Ny. S, seorang perempuan lanjut usia yang menjadi subjek dalam laporan kasus ini, merupakan

representasi nyata dari permasalahan tersebut. Ny. S tinggal sendiri di RT.03/RW.06 Cihanjuang, Kabupaten Bandung Barat, dan diketahui memiliki riwayat hipertensi yang memerlukan perhatian khusus dalam pengelolaannya.

Dalam konteks keperawatan keluarga, penanganan hipertensi tidak cukup hanya berfokus pada aspek farmakologis semata, tetapi juga harus mempertimbangkan aspek non-farmakologis yang dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien dan keluarganya di rumah. Salah satu terapi non-farmakologis yang saat ini semakin banyak mendapat perhatian dari para peneliti dan praktisi kesehatan adalah terapi rendam kaki dengan air hangat. Terapi ini dinilai sebagai intervensi yang sederhana, murah, aman, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien tanpa memerlukan peralatan medis yang canggih.

Secara ilmiah, terapi rendam kaki menggunakan air hangat dapat memberikan efek fisiologis berupa peningkatan sirkulasi darah. Terapi ini bekerja melalui proses konduksi, yaitu perpindahan panas dari air hangat ke tubuh. Panas yang diterima tubuh menyebabkan pembuluh darah melebar (vasodilatasi) dan mengurangi ketegangan otot, sehingga aliran darah menjadi lebih lancar. Peningkatan sirkulasi darah tersebut akan merangsang kerja baroreseptor yang terdapat pada sinus karotis dan arkus aorta untuk mendeteksi perubahan tekanan darah. Informasi ini kemudian diteruskan ke sistem saraf pusat yang berperan dalam mengatur respons tubuh terhadap tekanan darah, sehingga membantu menjaga kestabilan fungsi jantung dan sistem peredaran darah.

Berdasarkan fenomena tersebut, kelompok kami terdorong untuk menyusun laporan kasus keperawatan keluarga yang berfokus pada pengelolaan hipertensi dengan pendekatan asuhan keperawatan berbasis keluarga. Laporan ini memuat hasil pengkajian menyeluruh terhadap kondisi kesehatan Ny. S dan keluarganya, penegakan diagnosis keperawatan, perencanaan tindakan, implementasi intervensi berupa terapi rendam kaki air hangat, serta evaluasi keberhasilan tindakan. Harapannya, laporan ini tidak hanya bermanfaat sebagai pemenuhan tugas akademik, tetapi juga dapat memberikan kontribusi nyata bagi peningkatan kualitas hidup Ny. S dan menjadi referensi bagi praktisi keperawatan dalam memberikan asuhan yang holistik dan berbasis bukti kepada pasien dengan hipertensi di tatanan keluarga.

METODOLOGI

Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan yang dilakukan pada 1 pasien yang didapatkan secara accidental sampling yaitu metode penentuan sampel dengan mengambil responden yang ada di tempat sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, studi kasus ini dilakukan pada pasien hipertensi. Studi kasus ini dilaksanakan pada tanggal 12 Maret 2026 sampai 1 April 2026. Studi kasus ini mengukur tekanan darah pada pasien dengan hipertensi. Pengukuran tekanan darah dilakukan pre-post test terapi rendam kaki air hangat selama 3 hari, setiap sesi dilakukan selama 15 menit. Instrument yang digunakan pada kasus ini adalah sphygmomanometer manual, stetoskop, ember, air hangat bersuhu 40 derajat celsius, handuk kecil, thermometer air, timer dan lembar observasi. Prosedur Tindakan diawali dengan subjek studi kasus menandatangani lembar persetujuan yang sudah disiapkan, kemudian dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebelum dilakukan terapi rendam kaki air hangat, dilanjutkan dengan memberikan terapi rendam kaki air hangat selama 15 menit, setelah 15 menit berlangsung keringkan kaki pasien dengan handuk dan dilanjutkan dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah sesudah rendam kaki air hangat. Data hasil studi kasus disajikan dalam bentuk asuhan keperawatan berupa intervensi, implementasi dan evaluasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran subyek penerapan yang didapatkan pada saat pengkajian sesuai dengan tahapan rencana penerapan adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Gambar Subyek I

Data	Subyek I
Tanggal pengkajian	12 Maret 2026
Nama	Ny. S
Usia	56 Tahun
Jenis Kelamin	Perempuan
Asupan mineral	Berdasarkan hasil wawancara, Ny. S mengungkapkan bahwa ia memiliki riwayat penyakit hipertensi yang telah diderita sejak lama.
Riwayat hipertensi	Ada
IMT $\frac{BB}{TB(m)^2}$	$BB \ 60 \text{ kg} / 1.65m^2 = 29,4$ value overweight

Hasil observasi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah pemberian terapi rendam kaki air hangat. Penurunan tekanan darah terjadi secara bertahap pada setiap pertemuan. Pasien juga melaporkan merasa lebih rileks dan nyaman setelah menjalani terapi. Tidak ditemukan efek samping selama pelaksanaan tindakan.

Tabel II

Tekanan Darah Subyek Sebelum dan Setelah Penerapan Rendam Kaki Air Hangat

Subyek	Hari I Sebelum	Hari I Setelah	Hari II Sebelum	Hari II Setelah	Hari III Sebelum	Hari III Setelah
I	160/100 mmHg	159/100 mmHg	159/100 mmHg	158/99 mmHg	158/99 mmHg	157/98 mmHg
II	160/90 mmHg	159/90 mmHg	159/90 mmHg	158/89 mmHg	158/89 mmHg	157/88 mmHg

PEMBAHASAN

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa terapi rendam kaki air hangat dapat membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penurunan tekanan darah yang terjadi diduga karena efek vasodilatasi atau pelebaran pembuluh darah akibat paparan air hangat. Pelebaran pembuluh darah menyebabkan aliran darah menjadi lebih lancar sehingga tekanan pada dinding pembuluh darah berkurang.

Selain itu, terapi rendam kaki air hangat memberikan efek relaksasi yang dapat menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis. Ketika tubuh berada dalam kondisi rileks, denyut jantung dan tahanan pembuluh darah perifer akan menurun sehingga tekanan darah menjadi lebih terkontrol. Hasil studi kasus ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa terapi rendam kaki air hangat merupakan salah satu terapi nonfarmakologis yang efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Terapi ini mudah dilakukan, aman, biaya rendah, serta dapat diterapkan secara mandiri di rumah sebagai terapi pendamping pengobatan hipertensi. Berdasarkan hasil tersebut, terapi rendam kaki air hangat yang dilakukan secara rutin selama 3 hari berturut-turut dapat menjadi salah satu alternatif intervensi keperawatan untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan pada Ny. S dengan hipertensi, dapat disimpulkan bahwa terapi rendam kaki menggunakan air hangat merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat membantu menurunkan tekanan darah secara bertahap. Selain memberikan efek penurunan tekanan darah, terapi ini juga meningkatkan rasa rileks, memperlancar sirkulasi darah, serta meningkatkan kenyamanan pasien selama menjalani perawatan.

Penerapan asuhan keperawatan keluarga melalui proses pengkajian, penegakan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi menunjukkan bahwa edukasi kesehatan serta keterlibatan pasien dalam melakukan terapi secara mandiri memiliki peranan penting dalam pengendalian hipertensi. Dengan demikian, terapi rendam kaki air hangat dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer yang mudah, aman, murah, dan dapat dilakukan di rumah, namun tetap harus disertai kepatuhan terhadap pengobatan medis dan penerapan gaya hidup sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan studi kasus ini, khususnya kepada Bapak Egi Komara Yudh, S.Kp., M.M., M.Pd. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan selama proses penyusunan laporan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ny. S dan keluarga yang telah bersedia menjadi subjek studi kasus, serta kepada Institut Kesehatan Rajawali yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan praktik keperawatan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng et al. (2023). Penerapan Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rawat Inap Banjar Sari Kota Metro. *Cendikia Muda*, 3, 23–31.
- Anggraini, E., Wijoyo, E. B., Kartini, K., Hastuti, H., & Yoyoh, I. (2021). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia: Literature Review. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 14(2), 113–119. <https://doi.org/10.23917/bik.v14i2.13669>
- Ngudi, P., Rt, R., Karanganyar, C., Pretest, O. G., Design, P., Ngudi, P., Rt, R., Karanganyar, C., & Sampling, P. (2021). Rendam Kaki Rebusan Air Jahe Merah Berpengaruh terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Fakhruddin. 14(1), 67–76.
- Sari, S. M., & Aisah, S. (2022). Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Penderita Hipertensi. *Ners Muda*, 3(2). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8262>