BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan asuhan keperawatan gerontik yang telah dilakukan pada dua lansia dengan hipertensi di UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Kabupaten Garut Tahun 2026 yang dilaksanakan selama 3 hari perawatan (5 – 7 Juni 2026) melalui penerapan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran jahe, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengkajian

   Hasil dari pengkajian yang dilakukan pada kedua responden (Ny. J dan Tn. E) menunjukkan bahwa keduanya memiliki riwayat hipertensi dan mengeluhkan adanya rasa kebas serta kesemutan pada ekstremitas bawah (kaki) yang dirasakan sejak lama. Pada saat pengkajian, didapatkan peningkatan tekanan darah sistemik pada kedua responden. Keduanya menyatakan bahwa keluhan kebas, kesemutan, dan lemas semakin terasa saat beraktivitas, seperti berjalan atau berdiri terlalu lama. Selain itu, ditemukan adanya penurunan sirkulasi perifer yang ditandai dengan CRT (*Capillary Refill Time*) >2 detik, akral teraba dingin, penurunan kekuatan otot pada ekstremitas bawah, serta gangguan keseimbangan saat berjalan. Pada Ny. J, kondisi ini meningkatkan risiko jatuh akibat gaya berjalan yang limbung dan penggunaan alat bantu jalan, sedangkan pada Tn. E ditemukan adanya defisit pengetahuan terkait manajemen penyakit hipertensi dan kontrol pola hidup sehat.

2. Diagnosa Keperawatan

   Diagnosa yang muncul dari data pengkajian keperawaan pada kedua responden meliputi perfusi perifer tidak efektif, nyeri akut. Adapun diagnosa keperawatan yang berbeda adalah gangguan mobilitas fisik dan risiko jatuh yang ditemukan pada responden pertama. Dan diagnosa keperawatan defisit pengetahuan yang ditemukan pada responden kedua.

3. Intervensi

Intervensi utama yang diberikan dalam penerapan ini adalah terapi rendam kaki air hangat dengan campuran jahe sebagai tindakan nonfarmakologis untuk membantu meningkatkan sirkulasi perifer dan menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Terapi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15 menit setiap kali pemberian. Terapi diberikan dengan merendam kedua kaki klien dalam air hangat yang telah dicampur jahe, kemudian dilakukan pemantauan tekanan darah dan respons klien sebelum dan sesudah terapi.

Pemberian terapi dilakukan sebagai bagian dari intervensi Perawatan Sirkulasi (I.02079). Selain terapi utama, diberikan tindakan pendukung sesuai kondisi masing-masing klien, yaitu latihan *Range of Motion* (ROM), manajemen nyeri, pencegahan risiko jatuh, dan edukasi kesehatan. Tindakan pendukung tersebut diberikan untuk menunjang kondisi dan kenyamanan klien selama penerapan terapi.

4. Implementasi

Implementasi utama dilakukan dengan memberikan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran jahe kepada kedua responden selama tiga hari berturut-turut dengan durasi 15 menit setiap kali terapi. Sebelum terapi diberikan, dilakukan pengukuran tekanan darah serta pengkajian keluhan yang dirasakan klien, seperti kebas, kesemutan, dan kondisi akral. Setelah terapi selesai, dilakukan kembali pengukuran tekanan darah dan pengamatan terhadap respons klien. Selama penerapan terapi, kedua responden mengikuti tindakan dengan baik dan tidak menunjukkan keluhan yang mengganggu selama proses perendaman. Setelah terapi, akral teraba lebih hangat, CRT membaik menjadi <2 detik, serta keluhan kebas dan kesemutan berkurang. Tekanan darah kedua responden juga menunjukkan perubahan setelah dilakukan terapi selama tiga hari.Selain terapi utama, tindakan pendukung diberikan sesuai kondisi klien, meliputi latihan ROM pada Ny. J, manajemen nyeri, pencegahan risiko jatuh, dan edukasi mengenai hipertensi.

5. Evaluasi

Evaluasi dilakukan setelah penerapan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran jahe selama tiga hari. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan pada tekanan darah dan perfusi perifer kedua responden. Pada Ny. J, tekanan darah mengalami penurunan dari 180/87 mmHg menjadi 130/89 mmHg. Akral yang sebelumnya terasa dingin menjadi lebih hangat, CRT membaik menjadi 2 detik, serta keluhan kebas dan kesemutan pada ekstremitas bawah berkurang. Pada Tn. E, setelah dilakukan terapi selama tiga hari juga terdapat penurunan tekanan darah disertai berkurangnya keluhan kebas dan kesemutan serta kondisi akral yang lebih hangat. Respons kedua responden menunjukkan adanya perubahan positif setelah penerapan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran jahe.

Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, terapi rendam kaki air hangat dengan campuran jahe menunjukkan adanya perbaikan tekanan darah dan perfusi perifer pada kedua responden. Terapi ini dapat digunakan sebagai salah satu tindakan nonfarmakologis pendukung dalam asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi, dengan tetap disertai pemantauan tekanan darah dan pengobatan sesuai program medis.

1.2 Saran

Berdasarkan hasil studi kasus mengenai Asuhan Keperawatan Gerontik pada Lansia dengan Hipertensi di UPTD PPSGL Satpel Griya Lansia Kabupaten Garut, penulis memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan dan pengembangan ilmu keperawatan, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti

   Peneliti disarankan dapat mengembangkan kemampuan dalam melakukan penelitian keperawatan degan metode yang sistematis dan aplikatif, sehingga hasilnya dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas asuhan keperawatan.

2. Bagi Klien / Lansia

Disarankan untuk menerapkan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran jahe sebagai salah satu tindakan awal bagi penderita hipertensi ketika tekanan darah meningkat, sebagai upaya membantu menurunkan tekanan darah secara alami dan efektif.

3. Bagi Insitusi Pendidikan

   Dapat memberikan informasi dan masukan yang dapat digunakan sebagai bahan oustaka bagi pengembangan penelitian selanjutya, serta menjadi referensi dalam penerapan terapi rendam kaki air hangat campuran jahe pada asuhan keperawatan lansia dengan hipertensi.

4. Bagi Tempat Penelitian

   Sebagai bahan masukan dalam penyusunan kebijakan pedoman pelaksanaan terapi rendam kaki air hangat campuran jahe dalam asuhan keperawatan pada klien dengan hipertensi, sehingga penatalaksanaan secara diri dapat dilakukan dan mendukung tercapainya hasil klinis yang optimal bagi klien.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Peneliti selanjutnya disarankan penelitian ini dapat enjadi data dasar untuk studi lanjutan dengan sampel yang lebih besar, variasi usia responden, serta perbandingan efetivitas rendam kaki air hangat campuran jahe dengan metode lainnya.