

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah dilakukan penerapan hidroterapi berupa rendam kaki air hangat selama tiga kali kunjungan kepada dua lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping I, dapat disimpulkan bahwa :

1. Asuhan keperawatan gerontik telah dilaksanakan dengan pendekatan proses keperawatan yang mencakup pengkajian, penegakan diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Diagnosis utama yang ditegakkan pada kedua pasien adalah gangguan rasa nyaman: nyeri hipertensi, dengan tujuan utama menurunkan tingkat nyeri dan memperbaiki tekanan darah. Intervensi keperawatan difokuskan pada manajemen nyeri melalui pendekatan nonfarmakologis yaitu hidroterapi, yang dilakukan selama 15–20 menit pada setiap kunjungan.
2. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya penurunan nyeri secara signifikan, terutama pada kepala dan tengkuk, serta perbaikan nilai tekanan darah setelah intervensi dilakukan. Meskipun kedua pasien menunjukkan respons positif, terdapat perbedaan hasil tekanan darah dan skala nyeri yang menurun antara keduanya. Perbedaan ini dipengaruhi oleh faktor-faktor individual seperti kondisi fisiologis awal, tingkat keparahan nyeri, dan adanya keluhan tambahan seperti kesemutan atau kram, yang memengaruhi kecepatan dan efektivitas respons terhadap terapi. Oleh karena itu, pemberian intervensi hidroterapi sebagai bagian dari asuhan keperawatan

lansia dengan hipertensi perlu mempertimbangkan karakteristik dan kebutuhan spesifik masing-masing individu.

3. Pelaksanaan intervensi hidroterapi pada lansia hipertensi didukung oleh beberapa faktor seperti sikap kooperatif pasien, dukungan keluarga, lingkungan rumah yang memadai, serta edukasi yang jelas dari perawat. Respon positif pasien terhadap terapi, seperti penurunan nyeri dan rasa nyaman yang meningkat, juga memperkuat keberhasilan intervensi. Namun, terdapat hambatan seperti jadwal terapi yang tidak teratur, keterbatasan alat di rumah, kurangnya pemahaman pasien, ketergantungan pada obat, serta kondisi fisik lansia yang melemah. Faktor-faktor ini perlu diperhatikan agar terapi dapat diterapkan secara efektif dan berkelanjutan.

## B. Saran

### 1. Bagi Keluarga dengan Hipertensi

Keluarga diharapkan dapat berperan aktif dalam mendampingi lansia menjalani terapi, termasuk membantu pelaksanaan hidroterapi secara rutin di rumah. Edukasi mengenai manfaat terapi rendam kaki air hangat perlu terus ditekankan agar keluarga termotivasi melakukan pendampingan, sekaligus memantau tekanan darah dan keluhan nyeri secara berkala.

### 2. Bagi Puskesmas Gamping I

Puskesmas diharapkan dapat memasukkan hidroterapi sebagai salah satu program intervensi nonfarmakologis dalam pelayanan lansia, khususnya pada penderita hipertensi. Perlu dilakukan pelatihan bagi kader kesehatan atau keluarga agar dapat menerapkan terapi secara mandiri.

Selain itu, dukungan berupa edukasi terjadwal dan pemantauan berkala penting untuk menjaga kesinambungan intervensi.

### 3. Bagi Perawat

Perawat diharapkan terus mengembangkan pendekatan holistik dan edukatif dalam memberikan asuhan keperawatan gerontik. Intervensi sederhana seperti hidroterapi terbukti efektif menurunkan nyeri dan tekanan darah, sehingga perlu dipertahankan dan disesuaikan dengan kondisi pasien. Perawat juga diharapkan aktif melakukan evaluasi, memberi motivasi, serta membangun kemitraan yang baik dengan pasien dan keluarga untuk mencapai hasil keperawatan yang optimal.