

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Penyakit

1. Definisi

Hipertensi merupakan suatu keadaan terjadinya peningkatan tekanan darah arteri yang mengangkut darah dari jantung yang disebarkan oleh keseluruhan jaringan pada tubuh (Irianto, 2014). Hipertensi adalah suatu kondisi yang dimana tekanan darah sistolik dan diastolik diatas 140/90 mmHg. Hipertensi juga adalah penyakit degeneratif juga yang dimana kondisinya terjadi akibat memburuknya jaringan atau organ seiring berjalannya waktu (Karunia, Erika & Panggah, 2023).

2. Etiologi

Hipertensi diakibatkan oleh kerusakan yang terjadi pada struktur jaringan pembuluh darah yang menimbulkan penyumbatan pada pembuluh darah di otak yang mengakibatkan vasokonstriksi, vasokonstriksi pada otak akan mengganggu sirkulasi pada darah yang mengakibatkan terjadinya hipertensi. Hipertensi ini terbagi menjadi 2 yaitu hipertensi esensial dan hipertensi sekunder (Pradono, Kusumawardani & Racmalina, 2020).

Dengan bertambahnya usia pada seseorang, metabolisme pada kalsium dapat terganggu. Hal ini mengakibatkan jumlah darah yang beredar bersama akan meningkat. Kemudian akan mengendap di dinding pembuluh darah yang akan terganggu dan meningkatnya tekanan darah. Sebagian penderita hipertensi mengeluh sakit kepala dan nyeri tengkuk belakang kepala (Trisnawan, 2019). Stress juga dapat meningkatkan pembuluh darah akibat sirkulasi pada darah akan terganggu dan menimbulkan tekanan darah meningkat (Sugiyanto & Husain, 2022).

3. Tanda dan Gejala

Pada umumnya orang yang menderita hipertensi memiliki tanda dan gejala seperti nyeri kepala atau sakit pada tengkuk bagian belakang kepala, mual dan mudah marah (Dewi, 2023). Nyeri merupakan keadaan yang membuat setiap orang yang mengalaminya tidak nyaman karena adanya kerusakan pada jaringan (Firdausi, 2020). Ditambahkan oleh Black & Hawks, (2014) nyeri akut yang terjadi oleh penderita hipertensi dari agen pencederaan biasanya terasa kurang dari 6 bulan. Jika nyeri yang terasa lebih dari 6 bulan maka ditegakkan diagnosa nyeri kronis. Namun tidak semua orang yang mengalami sakit kepala berarti tekanan darah naik. Ketika pada penderita hipertensi merupakan kondisi komplikasi yang serius pada penderita hipertensi (Trisnawan, 2019).

4. Patofisiologi

Umur, jenis kelamin, gaya hidup dan obesitas. Dimana semakin bertambahnya umur semakin meningkatnya tekanan darah karena adanya penurunan elastisitas pembuluh darah. Umur 40 tahun atau lebih akan beresiko mengalami arteriosklerosis (penumpukan lemak, kolesterol) yang semua akan meningkatkan tekanan darah. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung lama akan menyebabkan kerusakan vaskuler pembuluh darah dan mengalami vasokonstriksi (penyempitan) pada pembuluh darah yang dimana jalur aliran darah lebih sempit yang akan mengganggu sirkulasi darah. Jika hal ini terjadi maka organ-organ tertentu akan menjadi target yang akan rusak seperti otak, ginjal, pembuluh darah dan retina.

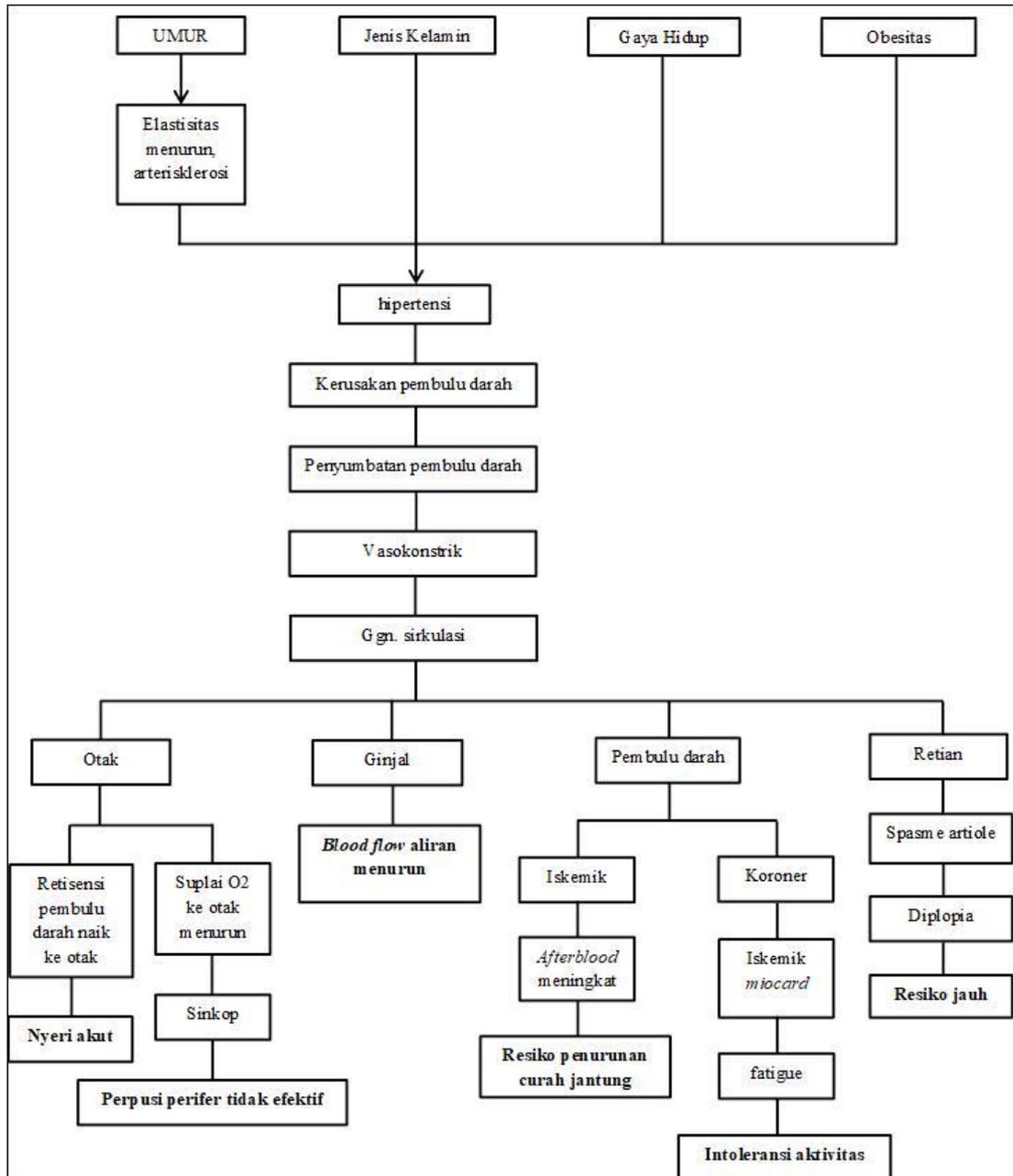
Jika terjadi penyumbatan pada pembuluh darah di otak maka menyebabkan resistensi pembuluh darah mengalami peningkatan atau hambatan aliran darah sehingga terjadi tekanan vaskuler serebral yang akan menstimulus rasa nyeri. Jika ada sumbatan pembuluh darah di otak otomatis suplai O₂ menurun yang akan mempengaruhi sinkop (penurunan kesadaran). Hipertensi juga menyebabkan pembuluh darah di ginjal menyempit sehingga aliran nutrisi di ginjal terganggu yang mengakibatkan kerusakan sel-sel.

Sehingga aliran pada ginjal menurun dan akan menstimulus respon RAA. RAA adalah enzim yang dihasilkan oleh sel- sel yang diginjal yang membantu mengontrol tekanan darah jadi angiotensi aldosteron akan bekerja sama untuk menahan garam dan cairan. Apabila proses ini tidak berjalan baik maka terjadi retensi natrium yang akan menyebabkan edema.

Pembuluh darah jantung gangguan sirkulasi darah akan menyebabkan gangguan pada pembuluh darah baik sistemik dan koroner. Jika terjadi sirkulasi darah sistemik akan menyebabkan vasokonstriksi (penyempitan) pada pembuluh darah mengakibatkan penyumbatan pada pembuluh darah yang bisa menimbulkan *after blood* yang dapat menurunkan volume cairan, jika *after blood* meningkat dapat menyebabkan rasa fatigue (lelah). Dan jika sirkulasi darah terganggu dan targetnya retina maka akan menghambat aliran darah ke retina mata menyebabkan spasme arterio. Pada akhirnya fungsi retina akan terganggu dan menimbulkan gangguan penglihatan diplopia (WOC) PPNI, 2017).

5. Pathway

Gambar 1. Pathway
Sumber: (WOC) PPNI, 2017)



6. Klasifikasi

Klasifikasi menurut etiologi terbagi menjadi 2 yaitu

1. Klasifikasi hipertensi esensial

Hipertensi esensial adalah hipertensi yang penyebabnya bisa diketahui seperti faktor makanan, minuman dan usia.

2. Klasifikasi hipertensi

Hipertensi sekunder adalah hipertensi yang diakibatkan oleh faktor yang tidak kita ketahui seperti faktor penyakit

Klasifikasi menurut derajat terbagi menjadi 7 yaitu:

Klasifikasi optimal, klasifikasi normal, klasifikasi tinggi, klasifikasi hipertensi derajat 1, klasifikasi hipertensi derajat 2 dan hipertensi derajat.

Untuk mengetahui tekanan darah bisa dilihat pada tabel 1. dibawah

Tabel 1. Klasifikasi hipertensi berdasarkan *The American Society of Hypertension and the International Society of Hypertension* 2013 kelompok umur 18 tahun atau lebih

Tabel 1.

Klasifikasi Hipertensi

Klasifikasi	Sistolik(mmHg)	Diastolik(mmHg)
Optimal	<120	<80
Normal	120-129	80-84
Normal tinggi	130-139	85-89
Hipertensi derajat 1	140-159	90-99
Hipertensi derajat 2	160-179	100-109
Hipertensi derajat 3	≥140	≥110

Sumber: (Racmalina, 2020).

7. Faktor Resiko

Hipertensi memiliki 2 faktor risiko antara lain faktor yang bisa di ubah dan faktor yang tidak bisa di ubah

1. Faktor yang tidak bisa diubah

a. Umur

Dikarenakan seseorang yang semakin tua atau bertambahnya umur kemungkinan besar akan terkena penyakit hipertensi. Dengan bertambahnya usia resiko nya lebih besar salah satu nya dikalangan usia lanjut yaitu 40% dengan kematian 50% yang terkena diatas umur 60 tahun.

b. Jenis Kelamin

Wanita lebih banyak mengalami penyakit hipertensi daripada pria. Wanita pada masa premenopause sudah mulai akan hilang sedikit demi sedikit hormon estrogen yang melindungi pembuluh darah. Hormon tersebut akan berubah sesuai dengan umur wanita secara alami, mulai dari umur 45- 60 tahun keatas

c. Genetik

Faktor genetik adalah salah satu faktor yang bisa menimbulkan hipertensi. Individu dengan orang tua yang mempunyai hipertensi akan berisiko lebih besar akan terkena hipertensi (Salam, 2023).

2. Faktor yang bisa di ubah

a. Kebiasaan Merokok

Kandungan yang terdapat dalam rokok salah satunya nikotin yang menyebabkan meningkatnya tekanan darah. Nikotin tersebut yang diserap oleh pembuluh darah di dalam paru dan diederkan ke aliran darah sehingga dapat terjadinya peningkatan tekanan darah yang dapat menimbulkan hipertensi.

b. Konsumsi Asin

Garam menyebabkan penumpukan cairan yang ada dalam tubuh, sehingga menarik cairan diluar sel agar tidak keluar yang akan meningkatkan volume dan tekanan darah

c. Obesitas

Orang yang memiliki berat badan yang berlebihan akan ada resiko terkena hipertensi dikarenakan makin besarnya massa tubuh akan makin banyak darah yang akan dibutuhkan untuk memasok oksigen dalam jaringan tubuh. Yang dimana volume darah tersebut akan beredar melalui pembuluh darah sehingga akan terjadinya meningkatnya tekanan darah yang lebih besar di dinding arteri

d. Stres

Stres juga bisa merupakan faktor penyebab terjadinya peningkatan tekanan darah dikarenakan adanya hormon adrenalin. Hormon adrenalin akan meningkat sewaktu seseorang yang mengalami stres dan mengakibatkan jantung memompa darah lebih cepat sehingga timbul tekanan darah yang meningkat (Salam, 2023)

8. Komplikasi

Hipertensi adalah salah satu dari faktor timbulnya penyakit berat seperti stroke, serangan jantung, gagal jantung serta gangguan pada penglihatan (Pradono, Kusumawardani & Racmalina, 2020). Komplikasi hipertensi yang paling banyak yang sering terjadi pada usia rata-rata 60 tahun keatas adalah stroke. Stroke adalah penyakit yang mengakibatkan bagian otot yang terkena bisa mengalami kekakuan bahkan tidak bisa bergerak atau mengalami kelumpuhan (Utama & Nainggolan, 2022).

9. Penatalaksanaan

Dalam penatalaksanaan terapi terbagi menjadi 2 yaitu secara nonfarmakologi dan farmakologi. Terapi farmakologi terapi yang melibatkan penggunaan obat-obatan yang diresepkan oleh dokter yang mulainya dari jenis obat, dosis, yang pada dasarnya bekerja mempengaruhi fungsi jantung.

Selain terapi farmakologi ada satu terapi lagi yang dapat diberikan yaitu terapi nonfarmakologi atau terapi alternatif yang digunakan dengan seperti memodifikasi lingkungan dan mengelola stress tanpa obat-obatan contohnya terapi herbal seperti tanaman, jus dan rebusan serta terapi relaksasi atau komplementer Ainurrafiq, Risnah & Azhar, (2019). Ditambahkan oleh Metri & Sono, (2022) bahwa latihan fisik tubuh atau berolahraga juga berpengaruh untuk menurunkan tekanan darah. Karena membantu kekuatan pompa jantung agar bertambah, sehingga aliran darah bisa lancar.

Cara alternatif lain nya juga bisa menggunakan terapi *foot massage*. Terapi *foot massage* adalah intervensi terapi yang dilakukan dengan aman menggunakan teknik pemijatan pada kaki dengan menggosok, menggenggam, meremas dan memutarakan pergelangan kaki yang berfokus pada titik- titik tertentu di bawah kaki, penerapan ini juga bisa meningkatkan kelancaran kembali darah menuju ke jantung, dapat merangsang aktivitas parasimpatis yang pada akhirnya menghasilkan respon pada darah balik menuju jantung dengan lancar sehingga dapat menurunkan tekanan darah dan skala nyeri (Niswah, Armiyati & Samiasih, 2022; Ainun, Risnah & Azhar, 2021).

Pribadi & Natalya, (2024). Menyimpullkan bahwa *foot massage* juga dapat menurunkan tekanan darah dan skala nyeri dikarenakan teknik menggosokkan kaki secara berulang- ulang akan menimbulkan peningkatan suhu pada area gosokan sehingga akan mengakibatkan vasodilatasi (pelebaran) pada pembuluh darah dan getah bening yang mempengaruhi aliran darah meningkat, sirkulasi darah menjadi lancar dan memperbaiki otot pada kaki. Caranya dengan menuangkan minyak zaitun padakedua tangan. Lalu balurkan pada punggung kaki dan telapak kaki, diawali dengan menggosok punggung kaki, kemudia pijat jari- jari kaki, sela- sela kaki dan memutarakan pergelangan kaki serta menggenggam punggung kaki yang dilakukan dengan durasi 15 menit. Dilakukan pada siang dan malam hari sesudah minum obat sebelum tidur. Sehingga (Niswah, Armiyati & Samiasih, 2022; Ainun, Risnah & Azhar, 2021; Pribadi & Natalya, 2024) sepakat bahwa *foot massage* efektif untuk menurunkan tekanan darah dan skala nyeri.

Pemijatan pada *foot massage* menggunakan minyak wangi- wangan atau lotion seperti baby oil, handbody dan minyak zaitun. Dalam penelitian Hasrib *et al.*, (2024). Bahwa penggunaan pada minyak zaitun lebih efektif dikarenakan terdapat kandungan- kandungan yang bisa menurunkan tekanan darah dan skala nyeri yaitu vitamin E, polifenol sebgai inflamasi dan asam oleat. Ditambahkan oleh Salam, (2023) pemberian terapi ini harus

di imbangin dengan mengonsumsi obat hipertensi, gaya hidup yang sehat seperti diet rendah garam, tidur yang cukup, mengelola stress dan tidak minum- minuman beralkohol serta pola kebiasaan untuk mengonsumsi kopi di malam hari.

B. Konsep Menua

1. Definisi Menua

Menua merupakan proses yang akan terjadi pada semua orang yang sudah lanjut usia, yang dapat menyebabkan perubahan dalam tubuh seperti perubahan fisik, rambut, kulit yang kendur, penglihatan yang mulai kabur, pendengaran, daya ingat yang berkurang serta rentan terkena banyak penyakit salah satunya hipertensi (Retnaningsih & Amalia, 2023).

2. Batas Usia Lansia

- a. Usia pertengahan (Middle Age) 45-59 tahun
- b. Lanjut usia (Elderly) 60-74 tahun
- c. Lanjut usia tua (Old) 75-90 tahun
- d. Usia sangat tua (Very Old) diatas 90 tahun

3. Perubahan yang terjadi pada lansia

Pada umumnya lansia akan mengalami banyak perubahan seperti pada fisik, psikososial, kognitif dan psikologi.

a. Perubahan Fisik

Seiring bertambahnya usia tubuh manusia akan mengalami perubahan fisik, termasuk perubahan pada kulit yang mulai mengendur, perubahan sistem pendengaran, perubahan pada sistem penglihatan yang sudah mulai terbatas dalam melihat serta perubahan sistem kardiovaskuler yang mengakibatkan terjadinya penebalan dan penurunan kemampuan darah yang akan mengalami peningkatan pembuluh kapiler yang menimbulkan tekanan darah

meningkat, serta sistem- sistem otot pada tubuh melemah yang menimbulkan retensi urine terutama pada lansia wanita.

b. Perubahan Psikososial

Hubungan dan interaksi sangat penting bagi semua orang lain khususnya pada lansia. Kebanyakan lansia mencari dukungan dari teman dan keluarga untuk tetap menjaga mental dan emosi pada lansia tersebut.

c. Perubahan Kognitif

Setiap orang akan mengalami perubahan pada pemikirannya khususnya pada lansia, dikarenakan umur yang bertambah akan mengalami perubahan penurunan daya ingat, kemampuan dalam mempelajari hal baru dan kesulitan dalam mengambil keputusan atau plan- plan.

d. Perubahan Psikologi

Proses penuaan akan mengakibatkan perubahan pada psikologi seperti penurunan pada mood, merasa kesepian serta merasa dikucilkan, panik dan cemas jika ditinggal dirumah sendirian (Jasmine, 2014).

C. Definisi Nyeri

1. Pengertian Nyeri

Nyeri merupakan merupakan keadaan yang membuat setiap orang yang mengalaminya tidak nyaman karena adanya kerusakan jaringan. Nyeri terbagi menjadi 2 yaitu nyeri akut dan nyeri kronis (Firdaus, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian Nandar, (2015) bahwa adalah pengalaman sensori dan emosi yang timbul dikarenakan ada hubungannya dengan kerusakan pada jaringan yang terjadi pada kerusakan jaringan. Ditambahkan kembali menurut Adhiany, *et al* (2020) bahwa penilaian nyeri dibutuhkan untuk mengetahui intensitas dan terapi yang cocok untuk di berikan kepada subyek.

2. Fisiologi Nyeri

Menurut Zakiyah, (2015) bahwa reseptor nyeri akan berespons pada stimulus yang sangat kuat untuk merusak. Secara anatomis reseptor nyeri terbagi menjadi 2 yaitu:

a. Serabut delta A

Serabut delta A memainkan peran penting dengan mentransmisikan yang dirasakan saat awal terjadinya cedera yang kemudian diteruskan ke otak tempat sensasi nyeri tajam dan lokal dirasakan. Transmisi nyeri yang dirasakan dalam waktu 6-30 m/detik.

b. Serabut delta B

Reseptor nyeri dengan kecepatan transmisi yang lebih lambat dibandingkan serabut A. Serabut B memiliki peran dalam menyampaikan rasa nyeri yang terasa seperti tumpul dan kurang dialokasikan. Serabut ini sering bersifat kronis dan menahun dengan kecepatan waktu nyeri 0,5-2 m/detik.

3. Klasifikasi Nyeri

Menurut Black & Hawks, (2014) bahwa nyeri terbagi menjadi dua yaitu nyeri akut dan nyeri kronis.

a. Nyeri akut

Nyeri akut biasanya berlangsung dalam waktu yang singkat atau kurang dari 6 bulan. Nyeri ini bisa disebut dengan nyeri yang durasinya terbatas dan biasanya bisa diduga. Beberapa pustaka menyebutkan juga bahwa nyeri antara 6-12 minggu adalah nyeri sub akut. Sedangkan nyeri diatas 12 minggu adalah nyeri kronis. Nyeri akut biasanya disertai dengan respon fisik diantaranya:

- 1) Peningkatan atau penurunan darah
- 2) Fokus pada nyeri
- 3) Melindungi bagian tubuh yang nyeri
- 4) Respon nyeri
- 5) Tekanan darah

b. Nyeri Kronis

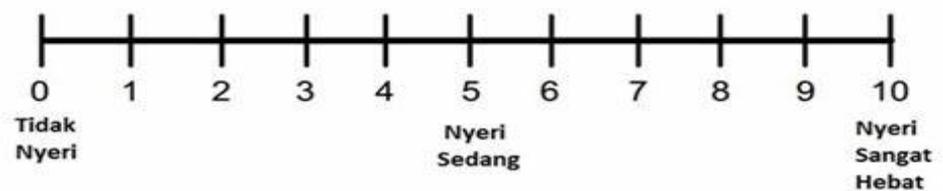
Nyeri kronis berlangsung dengan waktu lebih dari 6 bulan dan tidak diketahui kapan akan berakhir. Lama nya nyeri ini biasanya dirasakan dalam hitungan bulan atau tahun bukan jam atau menit. Nyeri ini sering sulit untuk diobati karena nyeri tidak memberikan respon pada pengobatan. Subyek yang mungkin mengalami nyeri ini beberapa akan terasa di titik yang dapat diprediksi.

4. Pengukuran Skala Nyeri

a. *Numeric Rating Scale*

Skala penilaian salah satu yang bisa dinilai untuk mengetahui nyeri yang dirasakan oleh subyek adalah skala numeric. Subyek akan menilai skala 0- 10. “0” menggambarkan tidak ada nyeri sedangkan “10” menggambarkan nyeri yang sangat hebat (Suwondo, 2017)

Gambar 2.
Skala Rating Numeric



Keterangan:

- 0 : Tidak nyeri
- 1-3 : Nyeri ringan
- 4-6 : Nyeri sedang
- 7-9 : Nyeri berat
- 10 : Nyeri sangat berat

(Sumber: Suwondo, 2017)

5. Pengkajian Skala Nyeri

Menurut Susilo & Sukmono, (2022) terdapat 5 pengkajian yang digunakan untuk mengkaji skala nyeri yaitu:

- a. *Provoke and paliatte (P)* : Penambahan atau pengurangan
- b. *.Quality (Q)* : Kualitas nyeri seperti apakah nyeri yang dirasakan oleh subyek
- c. *Region and radition (R)* : Lokasi dan penyebab nyeri timbul
- d. *Severity (S)* : Derajat atau bisa ditunjukkan pada skala berapa nyeri yang dirasakan
- e. *Time (T)* : Kapan nyeri timbul atau muncul

6. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Nyeri

a. Usia

Persepsi nyeri dapat dibedakan sesuai usia, contohnya anak- anak lebih sensitif untuk merasakan nyeri dari pada dewasa atau lansia

b. Emosi

Rasa emosi, stress,cemas serta depresi dapat menimbulkan intensitas nyeri, resppon nyeri dan skala nyeri yang dirasakan

c. Status emosional

Status emosional seseorang mempengaruhi bagaimana ia merespon nyeri dan merasakan nyeri pada tubuhnya.

7. Penatalaksanaan Nyeri

Menurut Zakiyah, (2015) bahwa ada beberapa tindakan yang dapat mengurangi nyeri yang bisa dilakukan secara mandiri oleh perawat

a. *Massage*

Massage adalah tindakan yang dilakukan dengan penekanan menggunakan tangan yang menyebabkan teknik gerakan meluncur, menggosok, menggegam, memutarakan pergelangan kaki pada dititik-titik tertentu pada sendi yang ditunjukkan untuk meredakan nyeri, melancarkan aliran darah dan merileksasikan otot- otot serta

memperbaiki otot sehingga dapat menurunkan tekanan darah dan mengurangi rasa nyeri.

b. Distraksi

Adalah teknik pengalihan nyeri yang fokus perhatian subyek ke stimulasi lain daripada rasa nyeri dan emosi negatif. Teknik ini dapat mengatasi nyeri berdasarkan teori bahwa aktivasi retikuler menghambat stimulus nyeri.

c. Relaksasi

Relaksasi adalah metode yang digunakan untuk menurunkan tegangan otot pada subyek. Relaksasi ini terbagi menjadi 2 yaitu imajinasi terbimbing dan relaksasi otot progresif. Kegiatan ini merupakan kegiatan melalui peregangan dan pelepasan pada otot.

d. Hipnosis

Hipnosis juga efektif dalam menurunkan skala nyeri yang dibutuhkan pada nyeri akut dan kronis serta menurunkan tekanan darah.

D. Konsep Asuhan Keperawatan

1. Pengkajian

Pengkajian adalah proses awal dalam masalah keperawatan yang meliputi data awal dan analisa data yang dapat menghasilkan diagnosa keperawatan, pengkajian biasanya di mulai dari wawancara seperti menanyakan keadaan umum apa yang dirasakan oleh pasien, riwayat penyakit, riwayat alergi setelah dilakukan wawancara penulis bisa mengkajinya dengan cara melihat langsung keadaan pasien seperti pada raut wajah, membran mukosa atau kulit yang pucat (Karunia, Erika & Pangah, 2023). Pengkajian fisik yang dapat dilakukan oleh perawat meliputi: pengkajian wawancara seperti keluhan yang dirasakan, riwayat penyakit yang dideritanya, perubahan sistem kardiovaskuler, perubahan sistem pernapasan, perubahan sistem vesikal, perubahan sistem penglihatan, perubahan sistem pendengaran, perubahan sistem genetalia, perubahan sistem gastrointestial, perubahan muskuloskeletal, perubahan psikososial psikologi dan perubahan kognitif .

Pengkajian hipertensi yang bisa dilakukan oleh perawat adalah

- a. Pemeriksaan Asam urat untuk faktor resiko hipertensi
- b. Pemeriksaa glukosa pada darah untuk menilai terjadi nya hipergelekimia
- c. Pemeriksaan urine untuk mengidentifikasi adanya darah, protein, glukosa, disfungsi renal atau diabetes
- d. Pemeriksaan kadar kolestrol atau trigliserida
- e. Pemeriksaan EKG untuk menilai adanya hipertrofi miokard dan disritmia.

2. Perencanaan

Masalah keperawatan yang timbul dan muncul sesuai tanda dan gejala menurut (PPNI, 2017) adalah

1. Nyeri akut berhubungan dengan agen pencederaan fisiologi ditandai dengan tingkat nyeri.
2. Gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang kontrol tidur ditandai dengan mengeluh sulit untuk tidur.
3. Gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gejala penyakit ditandai dengan mengeluh tidak nyaman pada nyeri.

Berdasarkan hasil diagnosa diatas diteggakkan nyeri akut dengan intervensi dan luaran yaitu tingkat nyeri (L.08066) dengan kriteria hasil 1. keluhan nyeri menurun, 2.keluhan meringis menurun, 3.keluhan gelisah menurun (PPNI, 2017).

Intervensi utama terkait diagnosa nyeri akut menurut SIKI (I.08238) adalah terapi relaksasi (I.09326). Terapi relaksasi adalah salah satu metode yang menggunakan teknik untuk mengurangi tanda dan gejala yang dirasakan oleh pasien. (Niswah, Armiyati & Samiasih, 2022; Ainun, Risnah & Azhar, 2021; Pribadi & Natalya, 2024) Menerapkan *foot massage* sebagai tindakan keperawatan untuk pasien hipertensi.

Foot massage dilakukan dengan cara teknik pemijatan yang dilakukan pada titik- titik tertentu seperti pada menggosok punggung kaki, jari- jari kaki, sela- sela kaki, memutarakan pergelangan kaki kanan dan kiri dan menggenggam punggung kaki yang dilakukan selama 15 menit. Tindakan ini dilakukan sebanyak 2 kali di siang hari dan malam hari sesudah minum obat dan sebelum tidur.

3. Evaluasi

Evaluasi adalah tahap akhir kegiatan asuhan keperawatan yang membandingkan hasil tindakan yang diberikan sebelum oleh klien dan sesudah untuk mencapai kriteria hasil (Sitanggang *et al.*, 2016). Ditambahkan oleh Edi, (2021) penulisan evaluasi SOAP: S: Ungkapan subjektif setelah implementasi perawatan. O: Keadaan subjektif oleh pengamatan perawat. A: Analisis respon subjektif oleh perawat dan P: Perencanaan lanjutan setelah analisis.

Setelah melakukan tindakan penulis penting melakukan evaluasi ulang dengan cara membandingkan tekanan darah sebelum dan sesudah. Selain itu penulis perlu menanyakan perasaan klien setelah melakukan tindakan yang diberikan serta adakah penurunan tekanan dan skala nyeri menurun pada subyek penelitian (Niswah, Armiyati & Samiasih, 2022; Ainun, Risnah & Azhar, 2021; Pribadi & Natalya, 2024).