

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keperawatan adalah suatu bentuk pelayanan profesional yang merupakan bagian integral dari pelayanan kesehatan, didasarkan pada ilmu dan kiat keperawatan berbentuk pelayanan bio-psiko-sosio-spiritual yang komprehensif di tujukan kepada individu, keluarga, kelompok dan masyarakat, baik yang sehat maupun yang sakit yang mencakup seluruh siklus hidup manusia (Lokakarya Keperawatan Nasional Indonesia, 2020)

Peran perawat sebagai care giver dalam asuhan keperawatan adalah melakukan pengkajian keperawatan yang didasarkan kepada metode ilmiah sebagaimana standar proses keperawatan umumnya, perbedaannya pada unit kajian yaitu hanya aspek spiritual pasien. Sebagai sebuah proses 10 keperawatan, maka pengertian asuhan keperawatan Spritual adalah proses keperawatan sebagai suatu metode ilmiah untuk menyelesaikan masalahmasalah keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan bidang spiritual, dilakukan secara sistematis, diawali dengan pengkajian data, penetapan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi (Diadaptasi dari S. Hamid, 2000) (Arifin, 2019)

Dalam proses keperawatan meliputi semua lapisan dan aspek kehidupan, dari berbagai usia dan kondisi sehat-hingga sakit (Utami, 2019). Asuhan keperawatan gerontik adalah suatu bentuk pelayanan profesional yang didasarkan pada ilmu dan kiat/teknik keperawatan yang bersifat komprehensif terdiri dari bio-psiko- sosio-spiritual dan kultural yang holistik,

ditujukan pada klien lanjut usia, baik sehat maupun sakit pada tingkat individu, keluarga, kelompok dan masyarakat (UU RI No.38 tahun 2014).Keperawatan gerontik berfokus pada proses penyusunan berbagai intervensi keperawatan yang berguna untuk untuk mencegah, menurunkan atau mengurangi masalah-masalah lansia (Kemenkes RI, 2018).

Menurut Peraturan Presiden Nomo 88 Tahun 2021 tentang Strategi Nasional Kelanjutusiaan, yang dimaksud dengan Lanjut Usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Proses penuaan akan berdampak pada berbagai aspek kehidupan, baik aspek sosial, ekonomi maupun aspek kesehatan. Ditinjau dari aspek kesehatan, kelompok lansia akan mengalami penurunan derajat kesehatan, baik secara alamiah maupun akibat penyakit sehingga diperlukan pendekatan khusus bagi kelompok lansia dan upaya perbaikan kualitas kesehatan secara berkelanjutan (PP No. 88, 2021)

Kondisi lansia secara umum ditunjukkan dengan menurunnya kekuatan secara fisik. Perubahan - perubahan yang terjadi pada lansia dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Salah satu indikator utama tingkat kesehatan masyarakat adalah meningkatnya usia harapan hidup. Dengan meningkatnya usia harapan hidup semakin banyak pula penduduk lanjut usia. Meningkatnya jumlah penduduk lansia menimbulkan sejumlah masalah, terutama aspek kesehatan dan kesejahteraan lansia (Sahar *et al.*, 2018).

Berdasarkan estimasi WHO (2020), antara tahun 2015 dan 2050 penduduk usia 60 tahun ke atas akan meningkat dari 12% menjadi 22%. Tahun2050 diperkirakan akan mencapai 2 milyar jiwa, dan 80% dari lansia di

dunia berada di negara berpendapatan rendah dan sedang (Infodatin Kemenkes RI,2022).

Data Badan Pusat Statistik (BPS) menyebutkan jumlah penduduk lansiameningkat dari 18 juta jiwa (7,6%) pada tahun 2010 menjadi 27 juta jiwa (10%) pada tahun 2020. Angka ini akan diperkirakan akan terus meningkat menjadi 40 juta jiwa (13,8%) pada tahun 2035 (Infodatin Kemenkes RI, 2022). Berdasarkan data BPS Sumatera Barat persentase penduduk lansia Sumatera Barat sebesar 10,83%, naik dibandingkan tahun 2010 yang sebesar 8,08% (Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat, 2021).

Menurut survei Perhimpunan Gerontologi Medik Indonesia (PERGEMI), sebanyak 24,6% penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia memiliki riwayat penyakit kronis. Dari kelompok lansia dengan riwayat tersebut, mayoritasnya atau 37,8% memiliki penyakit hipertensi. Kemudian 22,9% memiliki penyakit diabetes, 11,9% penyakit rematik, dan 11,4% penyakit jantung. Riwayat penyakit lainnya yang dimiliki lansia adalah asma 10,4%, asam lambung 8%, asam urat 5,5%, penyakit paru kronis 3%, kolesterol 3%, dan penyakit ginjal 2% (Dihni, 2022). Diantara beberapa penyakit kronis yang terjadi pada lansia yang memiliki persentase terbanyak yaitu hipertensi.

Data Riskesdas tahun 2018 menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, sedangkan hipertensi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%), 65-74 tahun (63,2%). Penyakit terbanyak pada lanjut usia di Indonesia adalah penyakit

hipertensi yang menempati posisi pertama dengan presentase umur 55-64 tahun, 55,2%, umur 65-74 tahun 63,2%, umur di atas 75 tahun semakin meningkat 69,5% (Kemenkes RI, 2018).

Data dari Dinas Kesehatan Kota Padang (2020), menjelaskan bahwa penderita hipertensi di Kota Padang mencapai 156.870 orang, dengan prevalensi tertinggi di Puskesmas Andalas yaitu sebanyak 14.355 orang dan yang kedua di Puskesmas Lubuk Buaya sebanyak 11.449 orang (Dinkes Kota Padang, 2020).

Hipertensi atau Tekanan Darah Tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi sering disebut “*the silent killer*” karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak tahu kalau dirinya mengidap hipertensi, tetapi kemudian mendapatkan dirinya sudah terdapat penyakit penyulit atau komplikasi dari hipertensi (P2PTM Kemenkes RI, 2018).

Individu yang berusia 45 tahun keatas biasanya akan mengalami penebalan dinding arteri yang disebabkan oleh penumpukkan zat kalogen padalapisan otot sehingga pembuluh darah akan menjadi kaku dan lumennya menyempit. Kemampuan reflek *baroreseptor* sebagai pengatur tekanan darah menurun dan diiringi dengan penurunan peran ginjal berupa menurunkannya aliran darah dan laju filtrasi glomerulus. Kondisi ini akan berakibat pada peningkatan resistensi vaskuler perifer dan meningkatnya tekanan darah. Usia yang bertambah individu akan diiringi dengan meningkatnya tekanan darah. Hal ini akan berujung pada kejadian hipertensi (Nurjanah, Eryani and Siregar,2022).

Selain dari pada itu faktor lain yang menjadi penyebab utama lansia mengalami hipertensi yakni faktor fisiologis dimana seorang lansia tentunya akan mengalami kemunduran fisik berbarengan dengan usianya itu sendiri, terlebih fungsi pembuluh darah yang semakin tua akan semakin mengeras hingga menyebabkan hipertensi. Faktor lain yang membuat lansia hipertensi yakni lansia wanita usia menopause memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi dan riwayat penyakit diabetes serta hiperkolesterol (Nurjanah, Eryani and Siregar, 2022).

Hipertensi yang tidak terkontrol bisa mengakibatkan komplikasi seperti gagal jantung, *stroke*, *aneurisma*, masalah pada mata, ginjal dan *sindrom metabolik* hingga kematian, sehingga diperlukan penatalaksanaan yang tepat untuk mengatasi masalah tekanan darah tinggi. Mengatasi masalah keperawatan dengan hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan terapi non farmakologis maupun kombinasi keduanya. Terapi farmakologis yaitu seperti penggunaan obat - obatan seperti *Amlodipine*, *Diltiazem*, dan *Felodipine* (Pane, 2021). Penatalaksanaan secara non farmakologi untuk membantu menurunkan tekanan darah diantaranya dengan tanaman tradisional, *akupunktur*, *akupressur*, *Relaksasi Benson* , *bekam*, dan lain – lain (Trisnawati, 2019). Salah satu terapi nonfarmakologi yang efektif dalam menurunkan tekanan darah yaitu dengan *Relaksasi Benson* yang merupakan pengembangan metode respon relaksasi pernafasan dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi

kesehatan dan kesejahteraan yang lebih tinggi (Yunitasari, 2018).

Kelebihan latihan tehnik *Relaksasi Benson* dari pada latihan yang lain adalah latihan relaksasi lebih mudah dilakukan bahkan dalam kondisi apapun serta tidak memiliki efek samping apapun. Disamping itu tehnik relaksasi lebih mudah dilaksanakan oleh pasien, dapat menekan biaya pengobatan dan dapat digunakan untuk mencegah terjadinya stress. Selain itu, *Relaksasi Benson* berfokus pada kata atau kalimat tertentu yang diucapkan berulang kali dengan ritme teratur dan disertai sikap yang pasrah pada Tuhan Yang Maha Kuasa sesuai keyakinan sehingga memiliki makna menenangkan (Yunitasari, 2018).

Sebagai seorang perawat melakukan asuhan keperawatan dalam upaya mengatasi masalah-masalah keperawatan yang muncul pada pasien. Dalam prosesnya dilakukan secara holistic. Salah satu rencana asuhan keperawatan secara non-farmakologi yang dapat dilakukan pada pasien dengan hipertensi ditandai dengan peningkatan tekanan darah yang berdampak terhadap rasa nyaman, aktivitas fisik dan pola t dapat diberikan latihan tehnik *Relaksasi Benson*. Teknik ini dapat dikolaborasikan dengan pemberian obat secara farmakologi

Sesuai dengan penelitian oleh (Margiyati and Setyajati, 2023) tentang penerapan terapi *Relaksasi Benson* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di keluarga wilayah binaan Puskesmas Pegandan Semarang. Hasil menunjukkan bahwa hasil akhir setelah penerapan *Relaksasi Benson* didapatkan subjek I mengalami penurunan tekanan darah hari pertama yaitu 158/92 mmHg menjadi 138/84

mmHg pada hari ketiga, subjek II mengalami penurunan tekanan darah hari pertama yaitu 158/86 mmHg menjadi 130/76 mmHg pada hari ketiga.

Penelitian oleh Buana, Chloranyta and Dewi, (2022) tentang penerapan terapi *Relaksasi Benson* terhadap tekanan darah pasien lansia hipertensi, di peroleh hasil terdapat penurunan tekanan darah pada kedua responden dengan hasil rata-rata responden 1 Sistolik 146,6 mmHg menjadi 138,3 mmHg dan diastolik 95 mmHg menjadi 90 mmHg. Responden 2 Sistolik 146,6 mmHg menjadi 136,6 mmHg dan diastolik 95 mmHg menjadi 88,3 mmHg. Terapi *Relaksasi Benson* yang dilakukan selama 3 hari pada pasien lansia hipertensi berpengaruh terhadap tekanan darah.

Penelitian juga dilakukan oleh (Nurleny, 2022) tentang pengaruh terapi *Relaksasi Benson* terhadap tekanan darah sistole pada lansia dengan hipertensi, hasil penelitian tersebut bahwa didapatkan nilai rata-rata tekanan darah sistole sebelum di berikan perlakuan terapi *Relaksasi Benson* adalah 161,00 mmHg dan rata-rata tekanan darah sistole setelah diberikan perlakuan terapi *Relaksasi Benson* adalah 152,00 mmHg. Terlihat perbedaan antara pengukuran pertama dan pengukuran terakhir. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji t-test didapatkan nilai $p=0.00$ ($p<0.05$), ini berarti ada pengaruh terapi *Relaksasi Benson* terhadap tekanan darah sistole pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Surau Gadang.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dilakukan pada tanggal 03 April 2023 di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin. Jumlah lansia yang berada di panti yaitu 110 lansia yang ditempatkan di 13 wisma. Hasil pengkajian awal yang penulis lakukan di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin

diperoleh data jumlah lansia yang mengalami hipertensi yaitu dari 20 orang lansia yang di wawancarai diperoleh 15 diantaranya memiliki tekanan darah tinggi atau hipertensi.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan diatas penulis tertarik untuk melakukan intervensi terapi *Relaksasi Benson* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia. Metode dalam penelitian studi kasus ini bertujuan untuk mengeksplorasi asuhan keperawatan pada klien dengan intervensi masalah keperawatan hipertensi atau ansietas dengan diagnosa medis hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin. Subjek yang digunakan adalah pasien Ny.M yang mengalami hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin pada tanggal 03 – 15 April 2023. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik serta studi dokumentasi.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu mengaplikasikan asuhan keperawatan pada pasien dengan menerapkan terapi *Relaksasi Benson* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan gerontik yang komprehensif pada Ny.M dengan menerapkan terapi *Relaksasi Benson* dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023
- b. Mampu menegakkan diagnosa keperawatan pada Ny.M dengan

menerapkan terapi *Relaksasi Benson* dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023

- c. Mampu melaksanakan intervensi keperawatan pada Ny.M dengan menerapkan terapi *Relaksasi Benson* dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023
- d. Mampu melaksanakan implementasi keperawatan pada Ny.M dengan menerapkan terapi *Relaksasi Benson* dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023
- e. Mampu melakukan evaluasi asuhan keperawatan pada Ny.M dengan menerapkan terapi *Relaksasi Benson* dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.
- f. Mampu mendokumentasikan hasil keperawatan pada Ny.M dengan menerapkan terapi *Relaksasi Benson* dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.
- g. Mampu melakukan analisis *Evidence Based Nursing* terkait dengan tindakan keperawatan yang telah dilakukan pada Ny.M dengan menerapkan terapi *Relaksasi Benson* dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin.

C. Manfaat

1. Bagi Institusi Pendidikan

Laporan ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi pengembangan ilmu pengetahuan dibidang pendidikan kesehatan dan dapat digunakan sebagai acuan diperpustakaan khususnya asuhan keperawatan pada klien lansiadengan Hipertensi.

2. Bagi Penulis selanjutnya

Laporan ilmiah ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan acuan dan referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian lebih lanjut terkait masalah kesehatan pada lansia dengan Hipertensi, mengatasi gangguan tidur (insomnia), mengatasi kecemasan dan mengurangi nyeri ringan hingga sedang.

3. Bagi Profesi Keperawatan Ners

Laporan ilmiah ini dapat menjadi alternative pemberian asuhan keperawatan dengan menerapkan terapi non farmakologi pada pasien lansia yang mengalami Hipertensi.

