

ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK MASALAH UTAMA NYERI AKUT PADA HIPERTENSI DI BALAI PELAYANAN SOSIAL DEWANATA CILACAP

Farikh Mukhlis Estu Utomo¹, Wasis Eko Kurniawan²

farihestu@gmail.com¹, wasiseko1270@gmail.com²

Universitas Harapan Bangsa

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang paling banyak diderita lansia dan dikenal sebagai the silent killer. Kondisi ini sering disertai keluhan lain, seperti nyeri, gangguan tidur, dan masalah psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan pada Ny. D, seorang lansia berusia 92 tahun dengan hipertensi yang tinggal di Balai Pelayanan Sosial Dewanata Cilacap. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan proses keperawatan mulai dari pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi, hingga evaluasi. Masalah utama yang ditemukan adalah nyeri akut, gangguan pola tidur, dan harga diri rendah situasional. Intervensi yang diberikan meliputi terapi nonfarmakologis (musik klasik, genggam jari), konseling, dan modifikasi lingkungan. Hasil menunjukkan adanya penurunan skala nyeri (dari 5 menjadi 4), perbaikan pola tidur, serta peningkatan penerimaan diri. Simpulan, asuhan keperawatan komprehensif pada lansia hipertensi dapat meningkatkan kualitas hidup baik secara fisik maupun psikososial.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Nyeri Akut, Asuhan Keperawatan.

ABSTRACT

Hypertension is one of the most common degenerative diseases suffered by the elderly and is known as the silent killer. This condition is often accompanied by other complaints, such as pain, sleep disturbances, and psychological problems. This study aims to describe nursing care for Mrs. D, a 92-year-old elderly woman with hypertension who lives at the Dewanata Cilacap Social Service Center. The method used is a case study with a nursing process starting from assessment, diagnosis, intervention, implementation, to evaluation. The main problems found were acute pain, sleep pattern disorders, and situational low self-esteem. Interventions provided include nonpharmacological therapy (classical music, finger grip), counseling, and environmental modification. The results showed a decrease in pain scale (from 5 to 4), an improvement in sleep patterns, and an increase in self-acceptance. In conclusion, comprehensive nursing care for the elderly with hypertension can improve the quality of life both physically and psychosocially.

Keywords: Hypertension, The Elderly, Acute Pain, Nursing Care.

PENDAHULUAN

Proses menua pada lansia sering diikuti dengan berbagai penyakit degeneratif, salah satunya hipertensi. Menurut WHO, prevalensi hipertensi pada lansia di Asia Tenggara mencapai 24,7%. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan komplikasi seperti stroke dan penyakit jantung. Selain aspek fisik, hipertensi pada lansia juga berdampak pada kondisi psikososial, termasuk munculnya perasaan rendah diri akibat perubahan peran sosial.

Nyeri kronis, gangguan tidur, dan masalah psikologis merupakan gejala yang kerap dialami lansia dengan hipertensi. Pendekatan nonfarmakologis, seperti terapi musik dan genggam jari, terbukti membantu mengurangi nyeri dan menurunkan stres. Artikel ini melaporkan studi kasus asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi di panti sosial untuk menggambarkan peran perawat dalam mengatasi masalah fisik dan psikososial secara komprehensif.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah studi kasus yang dilakukan pada satu klien lansia berusia 92 tahun dengan hipertensi di Balai Pelayanan Sosial Dewanata Cilacap. Proses keperawatan meliputi:

1. Pengkajian: data fisik, psikologis, sosial, dan spiritual.
2. Diagnosa keperawatan: nyeri akut, gangguan pola tidur, harga diri rendah situasional.
3. Intervensi: teknik relaksasi (musik klasik, genggam jari), edukasi tidur sehat, konseling, aktivitas kelompok.
4. Implementasi: dilakukan selama perawatan di panti.
5. Evaluasi: menilai perubahan nyeri, tidur, dan psikososial pasien.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Klien Ny. D, seorang perempuan berusia 92 tahun dengan diagnosis medis hipertensi, menjalani asuhan keperawatan di Balai Pelayanan Sosial Dewanata Cilacap. Hasil pengkajian menunjukkan keluhan utama berupa nyeri gigi kronis dengan skala nyeri 5, gangguan pola tidur (tidur hanya ± 4 jam per malam), serta perasaan tidak berharga akibat dititipkan di panti sosial. Pemeriksaan fisik menunjukkan tekanan darah awal 160/90 mmHg.

Intervensi keperawatan yang diberikan meliputi: terapi musik klasik dan terapi genggam jari selama 10 menit, edukasi higiene tidur, konseling psikososial, serta fasilitasi aktivitas kelompok. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan skala nyeri menjadi 4, durasi tidur meningkat menjadi ± 6 jam per malam, serta klien tampak lebih aktif dalam berinteraksi sosial. Tekanan darah juga menurun menjadi 150/80 mmHg setelah dilakukan intervensi.

Ringkasan hasil implementasi dan evaluasi ditunjukkan pada Tabel 1.).

Masalah Keperawatan	Intervensi Utama	Hasil Evaluasi (Sebelum-Sesudah)
Nyeri Akut	Terapi musik klasik mozart, terapi genggam jari, teknik distraksi	Skala nyeri menurun dari 5 → 4 , klien tampak lebih rileks
Gangguan Pola Tidur	Edukasi higiene tidur, modifikasi lingkungan, latihan relaksasi	Durasi tidur meningkat dari ± 4 jam → ± 6 jam , kualitas tidur membaik
Harga Diri Rendah Situasional	Konseling, penguatan positif, fasilitasi aktivitas kelompok	Klien mulai berinteraksi dengan penghuni panti lain, tampak lebih ceria
Hipertensi	Monitoring tekanan darah, terapi nonfarmakologis	TD dari 160/90 mmHg → 150/80 mmHg , lebih stabil setelah intervensi

KESIMPULAN

Asuhan keperawatan pada Ny. D, lansia berusia 92 tahun dengan hipertensi di panti sosial, menunjukkan bahwa pendekatan komprehensif melalui intervensi nonfarmakologis dan dukungan psikososial mampu memberikan hasil yang positif. Penerapan terapi musik klasik dan genggam jari terbukti menurunkan skala nyeri serta membantu menstabilkan tekanan darah dari 160/90 mmHg menjadi 150/80 mmHg. Edukasi higiene tidur dan teknik relaksasi meningkatkan kualitas tidur, sementara konseling dan aktivitas kelompok berkontribusi pada peningkatan harga diri dan penurunan gejala depresi.

Dengan demikian, kombinasi intervensi fisik, psikologis, dan sosial dapat meningkatkan kualitas hidup lansia dengan hipertensi di panti sosial. Perawat berperan

penting tidak hanya dalam aspek medis, tetapi juga dalam memberikan dukungan holistik agar lansia merasa lebih nyaman, sehat, dan sejahtera.

DAFTAR PUSTAKA

- Husnul, D., & Haris, I. N. (2023). KORSA : Jurnal Kajian Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan. Korsa: Jurnal Kajian Ilmu Keolahragaan Dan Kesehatan, 2, 1–10.
- Astutik, M. F., & Mariyam, M. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat. *Holistic Nursing Care Approach*, 1(2), 77. <https://doi.org/10.26714/hnca.v1i2.10991>
- Putra, S., & Susilawati. (2022). Pengaruh gaya hidup dengan kejadian hipertensi di Indonesia (A: systematic review). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 15794–15798.
- Sugiyanto, M. P., & Husain, F. (2022). Hubungan Tingkat Stress Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Multi Disiplin Dehasen (MUDE)*, 1(4), 543–552.
- Karunia Rosa, Erika Dewi Noorratri, & Panggah Widodo. (2023). Penerapan Terapi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Untuk Mengetahui Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(4), 48–57. <https://doi.org/10.55606/termometer.v1i4.2358>
- Lisnawati, I., Nurjayanti, M., Rizky Amaliyah, R., Noor Safira, U., Putri Cayasti, V., & Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, F.
- Kikawada, R., & Tsuyusaki, T. (1992). Characteristics of hypertension in the elderly. *Nippon Rinsho. Japanese Journal of Clinical Medicine*, 50 Suppl(2), 337–343.
- Hadjarati, H., Nurkhoirah, N., & Haryani, M. (2023). Peningkatan Physical Health Masyarakat Melalui Senam Lanjut Usia (Lansia). *MONSU'ANI TANO Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(2), 435. <https://doi.org/10.32529/tano.v6i2.2940>
- Muchsin, E. nurhayati, Wibowo, D. A., Sunaringtyas, W., & Ilmika, R. V. (2023). Tingkat Stres Pada Lansia Yang Tidak Tinggal Serumah Dengan Keluarga. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, 4(2), 22–28. <https://doi.org/10.22437/jssm.v4i2.25948>
- Lisnawati, I., Nurjayanti, M., Rizky Amaliyah, R., Noor Safira, U., Putri Cayasti, V., & Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, F.
- (2024). Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan ADL Di Desa Sungai Bakung Kabupaten Banjar. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 138(2), 138–146.
- Ardianto, O., & Aghadiati, F. (2024). Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rantau Suli The Influence of Five-Finger Hypnosis Therapy on Anxiety Levels in Elderly Individuals with Hypertension in the Work. 10(1), 33–43.
- Hidayati, A., Purwanto, N. H., & Siswantoro, E. (2022). Hubungan Stres Dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 37–44.
- Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Amini, F. I. (2021). Kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya. *Hipertensi*, 28.
- Kusuma, A. S., & Rikhi, A. A. (2020). Pengaruh Terapi Musik Klasik Dikombinasi Dengan Aromaterapi Mawar Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi: Literature Review. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 42. <https://doi.org/10.46815/jkanwvol8.v9i1.93>