ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA NY. M DENGAN MASALAH UTAMA NYERI AKUT DI WISMA ABIYASA PPSLU DEWANATA CILACAP**Oleh****Yuyun Fitnati Prihana¹, Wasis Eko Kurniawan²**^{1,2} **Universitas Harapan Bangsa****E-mail: [1yfprihana76@gmail.com](mailto:yfprihana76@gmail.com), [2wasisekokurniawan@yahoo.co.id](mailto:wasisekokurniawan@yahoo.co.id)****Abstrak**

Hipertensi sangat umum terjadi pada lansia, seiring dengan bertambahnya usia terdapat perubahan fisiologis maupun psikis yang dapat menimbulkan berbagai masalah. Keluhan utama yang biasa dirasakan lansia yaitu nyeri. Nyeri yang dirasakan dapat bersifat akut hingga kronis. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan asuhan keperawatan gerontik dengan masalah utama nyeri akut dan intervensi yang tepat. Metode yang digunakan yaitu studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan yang mencakup pengkajian hingga evaluasi. Penelitian dilakukan pada bulan Januari 2022. Keluhan yang paling dirasakan dan mengganggu pasien adalah sakit kepala dan nyeri menjalar ke punggung dengan skala 4, nyeri terus menerus seperti tertusuk-tusuk. Nyeri bertambah saat melakukan aktivitas berat. Pemberian intervensi terapi massage punggung dan dzikir dilakukan dalam jangka waktu 3 hari belum mampu menurunkan skala nyeri dan menurunkan tekanan darah pada pasien gerontik dengan hipertensi. Rekomendasi penelitian ini perawat dapat menggunakan nonfarmakologi lainnya dalam mengurangi nyeri yang dapat dikombinasikan dengan terapi massage punggung dan dzikir.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Massage punggung, Dzikir**PENDAHULUAN**

Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2019, UHH di Indonesia mengalami peningkatan dari 2010 – 2019 sebesar 1,53 tahun dengan 71,34 tahun di 2019 (BPS, 2020). Hal tersebut menyebabkan terjadinya peningkatan pada jumlah lansia sebesar 25,9 juta jiwa (9,7%) pada tahun 2019 yang sebelumnya di tahun 2010 sebanyak 18 juta jiwa (7,56%) (Kemenkes RI, 2019).

Seiring dengan bertambahnya usia, sering terjadi perubahan baik fisiologis maupun psikis, yang dapat menyebabkan banyak masalah kesehatan yang menyebabkan masalah degeneratif. Penyakit degeneratif akan membawa akibat terhadap perubahan dan gangguan pada sistem kardiovaskuler antara lain adalah penyakit hipertensi (Puspitasari, 2019).

Asuhan keperawatan yang dilakukan oleh Handayani (2018) dengan metode studi kasus menunjukkan bahwa adanya pengaruh terapi massage punggung dan dzikir yaitu

terjadinya penurunan tekanan darah pada pasien lansia yang mengalami hipertensi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Haryono *et al.*, 2016) terdapat perbedaan yang bermakna tekanan darah sistole antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan intervensi kombinasi pijaytan punggung dan dzikir. Hal ini menunjukkan bahwa massage punggung dapat dikombinasikan dengan dsikir untuk menurunkan tekanan darah manajemen nyeri pada lansia terutama penderita hipertensi.

Salah satu hal yang dapat dilakukan untuk mengelola hipertensi adalah dengan melakukan upaya peningkatan kekebalan stress dengan teknik relaksasi. Menurut Sumaringtyas *et al.*, 2018) relaksasi otot salah satunya adalah pijatan, merupakan stimulasi kulit tubuh secara umum, dipusatkan pada punggung dan bahu, atau dapat dilakukan pada satu atau beberapa bagian tubuh akan memperbaiki sirkulasi

darah, mengurangi kegelisahan, depresi dan stress.

Jenis relaksasi lainnya dengan memasukkan unsur keyakinan yang dapat adalah dzikir. Aspek dari dzikir yang berhubungan dan memiliki keterkaitan dengan teknik relaksasi adalah sikap pasrah. Dzikir dapat menimbulkan respon relaksasi dan ketenangan yang akan membawa pengaruh terhadap rangsangan pada system saraf otonom yang berdampak pada respon fisiologis tubuh sehingga terjadi penurunan tekanan darah, denyut nadi dan pernafasan (Haryono, 2016). Keyakinan seseorang berpadu dengan respon relaksasi maka semakin besar pula efek yang didapat (Noegroho, 2020).

Mengingat banyaknya kasus hipertensi dan potensi untuk terjadi resiko komplikasi maka menjadi penting mengetahui bagaimana pengaruh pemberian intervensi kombinasi pijatan punggung dengan dzikir sebagai terapi nonfarmakologis terhadap manajemen nyeri dan penurunan tekanan darah. Masalah dalam penelitian ini adalah asuhan keperawatan gerontik dengan intervensi kombinasi pijatan punggung dan dzikir dapat mempengaruhi tekanan darah pada penderita hipertensi.

LANDASAN TEORI

Lansia merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis (Effendi, 2009). Menurut Potter & Perry (2009) proses menua mengakibatkan terjadinya banyak perubahan pada lansia yang meliputi perubahan fisiologis, fungsional, kognitif, psikososial.

Perubahan yang sering dirasakan adalah muncul berbagai penyakit. Salah satunya yaitu tekanan darah tinggi. Hipertensi merupakan sindrom kardiovaskular dengan tekanan darah arteri meningkat terus menerus

(Li *et al.*, 2018). Menurut Ignatavicius menyebutkan, keadaan hipertensi adalah tekanan darah sistolik di atas 130 mmHg dan atau tekanan darah diastolik di atas 80 mmHg (Asikin, Nuralamsyah dan Susaldi, 2016)

Manifestasi klinis penderita hipertensi setiap individu dapat bervariasi, namun yang biasanya terjadi adalah nyeri atau sakit kepala terkadang disertai mual muntah karena adanya peningkatan tekanan darah (Sunaringtyas *et al.*, 2018). Perubahan penglihatan juga dapat terjadi karena kerusakan hipertensif pada retina, nokturia karena peningkatan aliran darah ginjal dan filtrasi glomerulus, pembengkakan akibat peningkatan tekanan kapiler (Widiawati, 2016).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan memberikan obat-obatan antihipertensi (Ainurrafiq, Risnah dan Azhar, 2019) dan terapi non-farmakologis dapat dilakukan dengan melakukan modifikasi gaya hidup seperti diet, penurunan berat badan, pengurangan garam, olahraga teratur, relaksasi pijat, tidak meminum alkohol dan tidak merokok (Sumarni dan Setyaningsih, 2019).

Massage mempunyai pengaruh tertentu terhadap jaringan tubuh. Selain itu tekanan, arah gerakan, pengulangan, dan iramanya menentukan pengaruhnya (Harahap dan Sagala, 2017). Pemberian *massage* pada punggung akan merangsang saraf beta A yang berdiameter besar yang memiliki kecepatan 30- 70 m/detik. Saraf beta A juga akan menyalurkan impuls melewati traktus spinotalamus atau jalur ascendens kemudian akan berakhir pada bagian otak tengah. Impuls ini akan menstimulasi daerah tersebut untuk mengirimkan kembali ke bawah yaitu pada kornu dorsalis medula spinalis atau sistem kontrol desenden yang bekerja dengan melepaskan neuromodulator yang menghambat transmisi nyeri yaitu enkefalin (Supliyani, 2017).

Pijat juga dapat dikombinasikan dengan terapi lain berupa dzikir. Dzikir melibatkan

aktivitas susunan saraf otonom yang mengatur sistem parasimpatis membuat individu tenang, rileks, aktivasi denyut jantung, pernapasan, nadi menjadi tenang (Anggraini dan Subandi, 2018).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian metode kasus dengan menggunakan studi kasus deskriptif. Pendekatan asuhan keperawatan yang mencakup pengkajian hingga evaluasi. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25-27 Januari 2022 di Wisma Abiyasa PPSLU Dewanata Cilacap. Data diperoleh dari observasi, wawancara dan dokumentasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kasus yang terjadi pada Ny M merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia yaitu hipertensi. Kegiatan yang dapat dilakukan oleh perawat adalah dengan memberikan asuhan keperawatan komprehensif meliputi pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi hingga evaluasi. Pengkajian merupakan langkah utama dalam proses keperawatan yang berisi tentang penerapan pengetahuan dan pengalaman untuk diperoleh gambaran kebutuhan pasien yang akan digunakan dalam menentukan diagnosa keperawatan (Rambe, 2019). Adapun data-data yang dikumpulkan dalam pengkajian ini diperoleh melalui wawancara, observasi dan dokumentasi.

Berdasarkan hasil dari pengkajian karakteristik pasien dapat diketahui bahwa Ny. M berusia 79 tahun dengan lama menderita penyakit hipertensi sudah dari usia 70 tahunan. Peningkatan resiko hipertensi sebesar 2,18 kali dapat terjadi pada lansia yang berumur 60 – 64 tahun, lalu pada usia lanjut yang berumur 65 – 69 tahun terjadi peningkatan sebesar 2,45 kali dan di atas 70 tahun mengalami peningkatan sebesar 2,97 kali (Nurhidayati et al., 2018). Hal tersebut terjadi karena kerentanan terhadap kondisi yang disertai dengan beberapa faktor risiko. Faktor risiko tersebut seperti usia, riwayat hipertensi, jenis kelamin,

dan indeks massa tubuh (Putri, Wati dan Rekawati, 2018).

Usia lanjut cenderung mengalami kenaikan darah tinggi karena terjadinya penebalan dinding pembuluh darah dan menurunnya aktivitas yang memicu obesitas (Meytasari, 2017). Apabila dalam keluarga memiliki salah satu yang memiliki hipertensi, maka kemungkinan akan lebih berisiko (Ilham, Harleni dan Mirdana, 2019). Lansia perempuan juga lebih berisiko karena setelah mengalami masa menopause terjadi penurunan hormon estrogen, sehingga hipertensi harus dikontrol karena tidak terkontrolnya hipertensi menjadi faktor risiko utama kematian (Puspitasari, 2019).

Terapi hipertensi harus diberikan seumur hidup untuk mencegah adanya komplikasi lanjutan mengingat tingginya prevalensi hipertensi dan perkiraan adanya peningkatan di masa yang akan datang (Utami dan Raudatussalamah, 2016). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan farmakologis dan non farmakologis (Putri, Wati dan Rekawati, 2018).

Terapi farmakologis dapat dilakukan dengan rutin mengkonsumsi obat anti hipertensi sedangkan terapi non farmakologis menjadi pilihan alternatif yang dapat mencegah dan mengatasi hipertensi. Terapi secara non farmakologis memiliki keuntungan salah satunya harga yang murah dan tidak memiliki efek negatif. Beberapa terapi komplementer keperawatan yang dapat diberikan untuk pasien hipertensi yaitu: meditasi, yoga, massage, terapi autogenik (Widyastuti, 2018).

Salah satu terapi yang dapat diterapkan yaitu terapi massage punggung. Pijat punggung merupakan gerakan penekanan dan sentuhan pada kulit area punggung yang memberikan efek relaksasi pada otot, tendon dan ligament sehingga meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis untuk merangsang pengeluaran neurotransmitter asetilkolin. Neurotransmitter asetilkolin selanjutnya menghambat aktivitas saraf simpatis sehingga terjadi vasodilatasi sistemik dan penurunan

kontraktilitas otot jantung yang bermanifestasi pada penurunan kecepatan denyut jantung, curah jantung serta volume sekuncup yang pada akhirnya menyebabkan penurunan tekanan darah (Marylin, 2013).

Ny. M sering mengeluh pusing atau sakit kepala karena hipertensi yang di deritanya. Pasien juga mengatakan nyeri menjalan ke bagian punggung biasanya nyeri dirasa paling berat saat sebelum tidur sehingga pasien=en diberikan intervensi pijat punggung. Tindakan *massage* punggung dapat memberi efek penurunan tekanan darah melalui peningkatan vasodilatasi pembuluh darah dan getah bening, meningkatkan level serotonin, mengurangi rasa nyeri akibat hipertensi sehingga komplikasi lebih lanjut dapat dicegah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gunawan (2021) yaitu penelitian dilakukan selama 7 hari setelah dilakukan pemberian terapi selama 7 hari dihasilkan bahwa klien mengalami penurunan tekanan darah.

Terapi *massage* punggung juga dapat dikombinasikan dengan metode lain seperti dzikir. Menurut (Noegroho, 2020) dzikir dapat menimbulkan respon relaksasi dan ketenangan yang akan membawa pengaruh terhadap rangsangan pada system saraf otonom yang berdampak pada respon fisiologis tubuh sehingga terjadi penurunan tekanan darah, denyut nadi dan pernafasan. Respon relaksasi yang melibatkan keyakinan yang dianut akan mempercepat terjadinya rasa nyaman.

Intervensi keperawatan yang dilakukan selama 3x24 jam dengan mengimplementasikan terapi kombinasi pijat punggung dan dzikir pada evaluasi hari pertama tanggal 25 Januari 2022 diperoleh data pasien mengatakan pusing dan nyeri di daerah punggung sedikit berkurang, nyeri seperti tertusuk-tusuk, skala nyeri 3, nyeri dirasa terus menerus. *Vital sign* pasien yaitu tekanan darah 180/90 mmHg, nadi 82x/menit, respirasi 20x/menit dan SPO2 98%. Evaluasi hari terakhir tanggal 27 Januari 2022 diperoleh data pasien mengatakan pusing berkurang,

nyeri bertambah saat beraktivitas berat, seperti tertusuk tusuk, skala nyeri masih 3, nyeri dirasa terus menerus dan hasil *vital sign* pasien untuk tekanan darah sudah menurun menjadi 160/90mmHg. Pada penelitian studi kasus ini setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam didapatkan hasil bahwa terapi pijat punggung dan dzikir dapat mengurangi sebagian dari keluhan nyeri dan menurunkan tekanan darah klien dengan tetap patuh terhadap obat anti hipertensi.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan proses asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada Ny. M dengan diagnosa medis Hipertensi di PPSLU Dewanata Cilacap, penulis dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Hasil pengkajian ditemukan adanya nyeri dan pusing, nyeri bertambah ketika beraktivitas, nyeri seperti tertusuk-tusuk dirasa terus menerus.
- b. Diagnosa keperawatan yang muncul pada kasus Ny. M adalah nyeri akut b.d agen cedera fisiologis (D. 0077) dan defisit pengetahuan berhubungan dengan kurang terpapar informasi (D. 0111) dalam SDKI (2018).
- c. Intervensi tindakan keperawatan yang digunakan dalam kasus ini menyesuaikan dengan diagnosis yang ada serta menyesuaikan dengan keinginan pasien untuk menyelesaikan masalah prioritas.
- d. Pelaksanaan tindakan keperawatan disesuaikan dengan rencana intervensi tindakan yang telah disusun yaitu manajemen nyeri.
- e. Evaluasi akhir dari tindakan keperawatan yang dilakukan adalah masalah teratasi sebagian sehingga perlu diteruskan untuk melakukan tindakan keperawatan sesuai dengan rencana intervensi.

Saran

- a. Bagi Penulis
Diharapkan studi kasus ini dapat dijadikan sebagai acuan dan menjadi bahan pembandingan studi selanjutnya dengan permasalahan yang sama.
- b. Bagi Tenaga Keperawatan
Untuk dapat meningkatkan motivasi dan dorongan dalam menjalani perawatan pada lansia dengan hipertensi serta memperhatikan kebutuhan spiritual dari pasien.
- c. Bagi Perkembangan Keperawatan
Untuk menambah keluasan keilmuan dalam melakukan proses asuhan keperawatan dengan hipertensi dan dapat menjadi bahan pembandingan dalam melakukan asuhan keperawatan hipertensi

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ainurrafiq, Risnah, & Azhar, M. U. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 2(3), 192–199.
- [2] Asikin, M., Nuralamsyah, M., & Susaldi. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah Sistem Kardiovaskular*. Jakarta: Erlangga.
- [3] Badan Pusat Statistik. (2020). *Indeks Pembangunan Manusia 2019*. 1–8.
- [4] Effendi, F. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktek dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- [5] Gunawan (2021). Pemberian Massage Punggung Terhadap Klien Hipertensi Di Kota Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4, V(2), 1-6.
- [6] Haryono, R., Permana, I., & Chayati, N. (2016). Pengaruh Kombinasi Pijat Punggung Dan Dzikir Terhadap Tekanan Darah. *J. Keperawatan Notokusumo* 4, V(1), 1–6.
- [7] Ilham, D., Harleni, H., & Miranda, S. R. (2019). Hubungan Status Gizi, Asupan Gizi Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Lubuk Buaya Padang. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 2(1), 1–7.
- [8] Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Indonesia Masuki Periode Aging Population*. Kementerian Kesehatan RI.
- [9] Kusumawaty, J., Hidayat, N., & Ginanjar, E. (2016). Hubungan Jenis Kelamin dengan Intensitas Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lakbok Kabupaten Ciamis. *Jurnal Mutiara Medika*, 16(2), 46–51.
- [10] Li, J., Yu, J., Chen, X., Quan, X., & Zhou, L. (2018). Correlations between health-promoting lifestyle and health-related quality of life among elderly people with hypertension in Hengyang, Hunan, China. *Medicine*, 97(25), 1–7.
- [11] Marylin, A. (2013). *Teknik Pijat Untuk Pemula* (IKAPI (ed.)). Penerbit Erlangga.
- [12] Meytasari, H. W. (2017). *Hubungan Dukungan Pasangan Hidup dengan Kepatuhan Mengontrol Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kendalsari Kota Malang*. Universitas Brawijaya Malang.
- [13] Noegroho, ipnu R. (2020). *Doa, Zikir, Wirid & Pengobatan Islami Paling Mustajab*. Anak Hebat Indonesia.
- [14] Nurhidayati, I., Aniswari, A. Y., Sulistyowati, A. D., & Sutaryono, S. (2018). Penderita hipertensi dewasa lebih patuh daripada lansia dalam minum obat penurun tekanan darah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(2), 1–5.
- [15] Potter & Perry. (2009). *Fundamental Keperawatan, Edisi 7 Buku 1*. Jakarta: Salemba Medika.
- [16] PPNI. (2018). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Cetakan II. Jakarta. DPP PPNI
- [17] Puspitasari, M. (2019). *Waspada Ancaman Hipertensi*. RSUP Dr.Sardjito.
- [18] Putri, N. R. I. A. T., Wati, D. N. K., & Rekawati, E. (2018). The Correlation of Family Support and Social Support with the Adherence to Physical Exercise Among the Older persons with

-
- Hypertension. *International Journal of Indonesian National Nurses Association (IJINNA)*, 1(1), 55–63.
<https://doi.org/10.32944/ijinna.v1i1.19>
- [19] Rambe, F. Adelina. (2019). Tujuan Dan Tahapan Pengkajian Dalam Proses Keperawatan. *Tujuan Dan Tahapan Pengkajian Dalam Proses Keperawatan*, 4.
<https://osf.io/59jbz/download/?format=pdf>
- [20] Sumarni, T., & Setyaningsih, R. D. (2019). Edukasi Tata Laksana Non Farmakologi Untuk Pencapaian Tekanan Darah Terkontrol Pada Penyandang Hipertensi di Posbindu PTM Desa Dukuhwaluh Kembaran. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 25(2), 64–68.
- [21] Sunaringtyas, W., Fuadah, D. Z., & Kusdiantoro, L. (2018). Pengaruh Pelaksanaan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Tumpang Kecamatan Talun Kabupaten Blitar. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(3), 434–437.
- [22] Utami, R. S., & Raudatussalamah. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kepatuhan Berobat Penderita Hipertensi di Puskesmas Tualang Relationship Between Family Social Support With Medical Treatment Adherence Of Hypertension Sufferers In Puskesmas Tualang. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 91–98.
- [23] Widiawati, S. H. (2016). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Memeriksa Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibagor Kabupaten Banyumas*. STIKES Harpan Bangsa.