

INTERVENSI PENATALAKSANAAN LANSIA DENGAN HIPERTENSI : SUATU STUDI KASUS

Management Intervention of The Elderly with Hypertension : A Case Study

Ardela Putri Azhari¹, Dara Febriana², Rahmawati²

¹Mahasiswa Program Profesi Ners, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala

²Bagian Keilmuan Keperawatan Gerontik, Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala

E-mail: azhariardela@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan tekanan darah persisten dengan tekanan sistoliknya ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg. WHO mengestimasi prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia dan masih sedikit yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. WHO juga memperkirakan 1 di antara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Tujuan jurnal ini melaksanakan asuhan keperawatan dengan masalah hipertensi pada lansia dengan metode Studi Kasus. Diagnosa masalah ini adalah ketidakefektifan manajemen kesehatan dan resiko jatuh. Implementasi yang diberikan selama 4 hari berdasarkan diagnosa keperawatan adalah pendidikan kesehatan mengenai konsep hipertensi, pengenalan diet DASH, terapi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah, edukasi pencegahan resiko jatuh dan demonstrasi latihan *Range of Motion*. Hasil evaluasi implementasi yang dilakukan pada Ny. A terdapat peningkatan pengetahuan tentang konsep hipertensi, pola diet, dan terapi nonfarmakologi untuk hipertensi, dan terdapat peningkatan keterampilan pasien dalam latihan *Range of Motion*, serta terjadi penurunan tekanan darah sebanyak 20 mmHg pada sistolik dan 5 mmHg pada diastolik setelah Ny. A terapi nonfarmakologi. Disarankan kepada perawat lansia agar dijadikan bahan acuan dan informasi untuk melaksanakan intervensi keperawatan dengan masalah keperawatan pada pasien berbeda.

Kata kunci : Asuhan Keperawatan, Hipertensi, Lansia

ABSTRACT

Hypertension is persistent blood pressure with systolic pressure 140 mmHg and diastolic 90 mmHg. WHO estimates that the prevalence of hypertension globally is 22% of the total world population and there are still few who make efforts to control their blood pressure. Southeast Asia is in the 3rd highest position with a prevalence of 25% of the total population. WHO also estimates that 1 in 5 women worldwide has hypertension. The purpose of this journal is to carry out nursing care with hypertension problems in the elderly using the Case Study method. The diagnosis of this problem is ineffective health management and fall risk. The implementation given for 4 days based on nursing diagnoses is health education on the concept of hypertension, introduction to the DASH diet, non-pharmacological therapy to lower blood pressure, education on fall risk prevention and demonstration of Range of Motion exercises. The results of the implementation evaluation conducted on Ny. A there is an increase in knowledge about the concept of hypertension, diet patterns, and non-pharmacological therapy for hypertension, and there is an increase in patient skills in Range of Motion exercises, as well as a decrease in blood pressure of 20 mmHg in systolic and 5 mmHg in diastolic after Mrs. A non-pharmacological therapy. It is recommended for elderly nurses to be used as reference material and information to carry out nursing interventions with nursing problems in different patients.

Keywords : Nursing Care, Hypertension, Elderly

PENDAHULUAN

Pertumbuhan penduduk lansia di seluruh dunia berjalan sangat cepat dibandingkan dengan kelompok usia lain. Penduduk lansia di Indonesia tahun 2000 berjumlah 14,4 juta (7,18%), pada tahun 2005 berjumlah 18,2 juta (8%), pada tahun 2007 penduduk lansia Indonesia berjumlah 18,7 juta (8,42%), tahun 2010 meningkat menjadi 9,77%, dan pada tahun 2020 diperkirakan menjadi dua kali lipat berjumlah 28,8 juta (11,34%). (Supriadi, Virgona & Rahman, 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) dan *The International Society of Hypertension* (ISH) menetapkan bahwa hipertensi merupakan suatu kondisi ketika tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih besar dari 90 mmHg (Yasmara, Nursiswati, & Arafat, 2016).

Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. WHO juga memperkirakan 1 di antara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Jumlah ini lebih besar diantara kelompok laki-laki, yaitu 1 di antara 4 (Kemenkes RI, 2019).

Hipertensi dapat menimbulkan masalah kesehatan dan mengganggu kinerja organ tubuh, seperti pada organ otak akan terjadi kematian sel otak (stroke). Pada organ ginjal yang terjadi adalah kerusakan sel ginjal dan dapat menyebabkan gagal ginjal. Pada organ jantung terjadi pembesaran organ jantung, menyebabkan sesak nafas (dyspnea), cepat lelah dan dapat menyebabkan gagal jantung (Yasmara, Nursiswati & Arafat, 2016).

Prevalensi hipertensi di Aceh Besar berada di urutan ke lima dari sepuluh penyakit terbesar dimana terdapat 12854 kasus hipertensi pada tahun 2015, dengan jumlah penderita laki-laki sebanyak 5487 kasus dan jumlah penderita perempuan sebanyak 7367 kasus. Pada tahun 2016 jumlah penderita hipertensi terdapat 11232 kasus, jumlah penderita hipertensi laki-laki 5018 kasus dan jumlah penderita hipertensi perempuan 6214 kasus. Data tersebut menunjukkan bahwa kasus hipertensi di Kabupaten Aceh Besar lebih banyak terjadi pada perempuan dibandingkan pada laki-laki (Khairani, Kamil & Tahlil, 2020).

Penanganan yang dilakukan untuk mencegah terjadinya peningkatan tekanan darah antara lain adalah pengaturan diet, modifikasi gaya hidup, diet rendah garam, tidak merokok, pengendalian stress, dan tidak mengonsumsi alkohol (Herawati, Manaf & Kusumawati, 2021).

Studi kasus ini perawat memberikan penjelasan mengenai konsep hipertensi dan terapi *Dietary Approach to Stop Hypertension* (DASH) yang mengacu pada pola makan sehat serta memperkenalkan terapi nonfarmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah. Perawat juga memberikan penjelasan mengenai cara mencegah jatuh dan latihan *Range of Motion* (ROM). Penulisan studi kasus ini untuk melaksanakan asuhan keperawatan pada lansia Ny. A dengan Hipertensi di desa Lambro Bileu Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar.

GAMBARAN KASUS

Ny. A adalah lansia berumur 61 tahun merupakan seorang ibu rumah tangga bersuku Aceh, agama Islam, tingkat pendidikan tamat SMP. Ny. A seorang janda yang tinggal seorang diri, suaminya sudah meninggal 4 tahun yang lalu dan tidak memiliki anak. Untuk kebutuhan

sehari-hari Ny. A menggantungkan hidup pada gaji pensiunan almarhum suaminya.

Perawat melakukan pengkajian pada hari Selasa dan Rabu tanggal 29-30 Desember 2021. Ny. A menderita Hipertensi sejak 10 tahun lalu. Ny. A jarang memiliki keluhan terhadap penyakit. Ny. A mengatakan sesekali sakit kepala setelah makan daging. Ny. A juga sering mengeluhkan mengalami kaku pada bagian sendi lututnya. Kekakuan sendi sering muncul di pagi hari ketika bangun tidur dan ketika Ny. A melakukan aktivitas yang banyak serta ketika Ny. A duduk terlalu lama. Ny. A aktivitasnya adalah merawat tanaman di depan rumah, membersihkan rumah dan juga memasak..

Ny. A mengatakan jarang meminum obat hipertensi dan juga tidak pernah mengkonsumsi tanaman obat herbal. Ny. A jarang berobat ke puskesmas atau ke pelayanan kesehatan lainnya selama beberapa bulan terakhir. Ny. A tidak meminum obat hipertensi. Ny. A masih mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung garam, ikan asin, telur asin, teh, kopi, dan daging sapi. Ketika waktu luang Ny. A menghabiskan waktunya ke pengajian dan juga berkumpul bersama tetangga dan saudaranya. Hasil pemeriksaan fisik didapatkan bahwa tekanan darah Ny. A 200/100 mmHg, T: 37,0 derajat celsius, RR: 22x/menit, N: 89x/menit.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh perawat pada rumah Ny. A, yaitu rumah Ny. A berbentuk rumah panggung, dan memiliki sebuah tangga, penerangannya cukup dan lantai menggunakan kayu dan juga semen untuk rumah bagian bawahnya. Kondisi rumah Ny. A kurang rapi dan terlihat banyak tumpukan barang.

Berdasarkan format pengkajian menggunakan *Short Portable Mental Status Questioner* (SPSMQ) dengan skor 0 poin jawaban salah yang artinya Ny. A memiliki fungsi intelektual utuh. Pengkajian fungsional Ny. A dengan menggunakan KATZ indeks didapatkan nilai 6 poin yang tergolong kedalam kategori tinggi yang artinya Ny. A mandiri yaitu masih mampu untuk melakukan aktivitas mandi, berpakaian, toileting, berpindah, kontinent, dan makan secara mandiri,

Sedangkan untuk Lawton IADL, Ny. A mendapatkan poin 8 yaitu tergolong dalam kategori memiliki level ketergantungan rendah yaitu masih mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Dari tes keseimbangan SPBB didapatkan bahwa Ny. A mendapatkan poin 8 pt, tes keseimbangan mendapatkan 3 pt karena klien mampu berdiri sampai tandem, tes kecepatan berjalan mendapatkan poin 3 pt karena mampu berjalan sepanjang empat meter selama 5,7 detik dan tes berdiri dari kursi 2 pt karena mampu berdiri dari kursi selama lima kali dalam waktu 14,80 detik sehingga Ny. A masih mempunyai keseimbangan yang baik.

Dan untuk mengetahui tingkat depresi pada Ny. A menggunakan Inventaris Depresi Beck yaitu penilaiannya mendapatkan skor 0 yaitu depresi tidak ada atau minimal. Dan juga menggunakan *Geriatric Depression Scale* (GDS) mendapatkan nilai 1 yaitu tidak mengalami depresi.

Studi kasus ini bertempat di desa Lambro Bileu Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar yang dilaksanakan dari tanggal 29 Desember 2021 sampai 4 Januari 2022. Asuhan keperawatan diawali dengan melakukan pengkajian dan merumuskan analisis data dengan cara memaparkan fakta dan membandingkan dengan teori serta dituangkan ke dalam pembahasan. Analisis yang dilakukan

menggunakan narasi dari hasil pengkajian, implementasi dan evaluasi.

HASIL

Berdasarkan hasil pengkajian maka didapatkan diagnosa sebagai berikut:

1. Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan

Terjadi ketika pola pengaturan dan perintegrasi penanganan masalah kesehatan ke dalam kebiasaan hidup sehari-hari tidak memuaskan atau efektif untuk mencapai status kesehatan yang diinginkan yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai program terapeutik.

Luaran yang diharapkan ialah: manajemen kesehatan pasien menjadi efektif dengan kriteria hasil yang diharapkan yaitu memahami tentang perilaku sehat untuk penyakit hipertensi, Tekanan darah dalam batas normal yaitu 150/90 mmHg, mengungkapkan keinginan untuk melakukan perilaku sehat, terhindar dari Resiko Stroke/Pencegahan Stroke, dan memahami dan berkeinginan melakukan tindakan untuk mengurangi faktor resiko.

2. Resiko Jatuh

Terjadi ketika kondisi yang beresiko mengalami kerusakan fisik dan gangguan kesehatan akibat terjatuh yang disebabkan oleh lingkungan yang tidak aman sehingga dapat beresiko terjatuh pada lansia.

Luaran yang diharapkan ialah: resiko jatuh pada lansia menjadi menurun dengan kriteria hasil pasien dapat memahami mengenai penjelasan cara mencegah jatuh, dapat mendemonstrasikan ROM dan dapat memodifikasi lingkungan rumah. Implementasi yang dilakukan selama 2 hari ialah menjelaskan mengenai

konsep pencegahan jatuh dan mengajarkan latihan ROM pada lansia.

PEMBAHASAN

1. Berdasarkan diagnosa Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan maka didapatkan data:

Ny. A telah mengalami hipertensi sejak 10 tahun lalu. Ny. A mengatakan tidak melakukan pantangan terhadap makanan dan selama ini tidak minum obat hipertensi. Ny. A jarang ke puskesmas dan posyandu lansia. Ny. A menyebutkan tidak melakukan pantangan makanan, sulit untuk mengurangi garam dan sering minum teh dan kopi. Ny. A mengatakan riwayat tekanan darahnya sering tinggi.

Hasil pemeriksaan fisik didapatkan bahwa tekanan darah Ny. A 200/100 mmHg, T: 37,0 derajat celsius, RR: 22x/menit, N: 89x/menit. Dari hasil pengkajian tersebut maka perawat mengangkat masalah ketidakefektifan manajemen kesehatan hipertensi berhubungan dengan kurangnya pengetahuan tentang program terapeutik.

Berdasarkan diagnosa tersebut maka perawat melakukan intervensi sebagai berikut: Perawat menjelaskan mulai dari pengertian hipertensi, faktor resiko, tanda dan gejala, pencegahan dan penatalaksanaannya menggunakan Power Point. Ny. A menyimak seluruh materi yang disampaikan dan juga bertanya pada perawat. Perawat juga memberikan pertanyaan kepada Ny. A mengenai materi yang dijelaskan seperti pengertian, tanda dan gejala, komplikasi dan penatalaksanaannya. Ny. A terlihat kooperatif dan telah memahami yang dijelaskan oleh perawat.

Hasil evaluasi intervensi pemberian edukasi mengenai konsep hipertensi. Ny. A sudah mengetahui mengenai apa itu hipertensi, bagaimana tanda dan gejala hipertensi yaitu sakit kepala, kaku kuduk dan lemas, dan penanganan hipertensi dengan minum obat atau terapi lainnya dan

pencegahannya salah satunya dengan menghindari makanan yang menyebabkan tinggi darah, dan komplikasi hipertensi salah satunya adalah stroke. Ny. A bisa menyebutkan dengan baik pengertian tanda gejala, komplikasi, pencegahan dan penanganan Hipertensi, mengalami peningkatan pengetahuan dari sebelumnya.

Sesuai dengan tujuan dan kriteria hasil yang diinginkan yaitu Ny. A memahami konsep hipertensi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan Ny. A terkait konsep hipertensi.

Sejalan penelitian yang di lakukan oleh (Kusuma, Aryawangsa. Satyarsa dan Aryani, 2020) terhadap 51 lansia di Desa Sembung, Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung. Selama penyuluhan dan setelah penyuluhan berlangsung, terdapat perubahan pengetahuan dari yang kurang paham menjadi lebih paham mengenai penyakit hipertensi, hal-hal yang dapat memperburuk penyakit hipertensi, upaya non-farmakologis untuk mengontrol hipertensi dan pentingnya minum obat hipertensi secara teratur untuk mencegah terjadinya komplikasi dari penyakit hipertensi, serta pentingnya untuk hadir ke kegiatan posyandu lansia.

Pada tanggal 31 Desember 2021, perawat telah memberikan intervensi tentang diet DASH. Perawat menjelaskan selama 30 menit mulai dari pengertian diet hipertensi, hal-hal yang perlu diperhatikan dalam pengaturan diet, tips mengatur diet, makanan yang perlu dikonsumsi dan makanan yang perlu dihindari dengan menggunakan media Leaflet. Ny. A menyimak seluruh materi yang disampaikan dari awal sampai akhir. Perawat juga memberikan pertanyaan

kepada Ny. A mengenai materi yang dijelaskan seperti makanan yang bisa dikonsumsi dan harus dihindari penderita hipertensi. Ny. A menjelaskan makanan yang bisa dikonsumsi adalah sayur dan buah-buahan, dan makanan yang harus dihindari adalah daging, kopi dan makanan yang mengandung tinggi garam.

Hasil evaluasi intervensi mengenai pemberian edukasi mengenai diet hipertensi. Ny. A sudah mengetahui mengenai apa itu diet hipertensi, apa saja hal-hal yang harus diperhatikan dalam diet, cara mengatur diet dan makanan yang sebaiknya dikonsumsi dan hindari. Ny. A bisa menyebutkan dengan baik makanan yang bisa dikonsumsi dan dihindari serta Ny. A mengatakan ingin mencoba melakukan diet tersebut.

Sesuai dengan tujuan dan kriteria hasil yang diinginkan perawat yaitu Ny. A memahami tentang diet hipertensi dan mengungkapkan keinginan untuk melakukan perilaku sehat. Dapat disimpulkan bahwa pemberian edukasi mengenai diet hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan Ny. A terkait diet DASH dan juga motivasi untuk melakukan diet DASH.

Sejalan dengan penelitian Nurhumaira dan Rahayuningsih (2014) bahwa pola diet DASH yang terdiri dari konsumsi bahan makanan diatas terbukti secara klinis dapat menurunkan tekanan darah secara signifikan tanpa pengurangan asupan natrium.

Pada tanggal 04 Januari 2022, perawat telah memberikan intervensi edukasi mengenai terapi nonfarmakologi untuk menurunkan hipertensi. Berikut adalah beberapa terapi non-farmakologi yang perawat jelaskan kepada Ny. A yaitu daun Salam, daun Seledri, buah Bit, bawang putih, wortel, buah Delima, dan Kelapa Muda.

Perawat telah menawarkan beberapa terapi nonfarmakologi kepada Ny. A sebagai terapi untuk menurunkan tekanan

darah. Ny. A mencoba terapi air kelapa muda karena adanya pohon kelapa muda disekitar rumah. Ny. A telah mengkonsumsi kelapa muda tersebut selama 3 hari berturut-turut dari hari Sabtu, Minggu hingga Senin, dan perawat setiap hari selama 4 hari tersebut mengukur tekanan darah dan memantau keadaan Ny. A setelah mengkonsumsi air kelapa muda. Berikut adalah tabel konsumsi air kelapa muda selama 3 hari:

Tabel. Konsumsi Air Kelapa Muda

N o	Hari/ Tanggal	Frekuensi	Tekanan Darah (mmHg)
1	Sabtu. 01 Januari 2022	1 x350 ml	170/100
2	Minggu, 02 Januari 2022	1x350 ml	170/100
3	Senin, 03 Januari 2022	1x350 ml	160/95
4	Selasa, 04 Januari 2022	1x350 ml	150/95

Berdasarkan tabel diatas dapat diinterpretasikan bahwa terjadi penurunan tekanan darah pada Ny. A sebanyak 20 mmHg pada sistolik dan 5 mmHg pada diastolik selama 3 hari mengkonsumsi air kelapa muda.

Salah satu bentuk pengobatan non farmakologi pada penderita hipertensi yaitu air kelapa muda yang masih muda, mengandung beberapa kandungan seperti vitamin, gula, kalsium dan kalium yang tinggi. Konsumsi makanan dengan kandungan kalium tinggi dan natrium rendah sangat diperlukan untuk mempertahankan tekanan darah dalam batas normal. Air kelapa muda mengandung unsur kalium sekitar 291 mg/100 ml, air kelapa yang berumur umur 6-8 bulan mempunyai kandungan kadar kalium paling tinggi

dan kadar natrium terendah (Andika, Haniarti & Patintingan, 2018).

Kalium sangat bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan menghambat pelepasan rennin sehingga membantu peningkatan ekskresi natrium dan air. Kalium adalah mineral makro yang memiliki banyak fungsi, diantaranya adalah menurunkan aktivitas simpatis sehingga terjadi penurunan frekuensi denyut jantung (Andika, Haniarti & Patintingan, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Andika, Haniarti dan Patintingan (2018) pada 52 responden di Puskesmas Lanrisang Kabupaten Pinrang, yang diberikan air kelapa 1x sehari selama seminggu didapatkan hasil skor rata-rata tekanan darah sistolik *pre-test* yaitu 147,69 mmHg dan skor rata-rata tekanan darah sistolik *post test* yaitu 130,19 mmHg. Sedangkan skor rata-rata tekanan darah diastolik *pre test* yaitu 94,42 mmHg dan skor rata-rata tekanan darah diastolik *post test* yaitu 88,46 mmHg. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah. Dapat disimpulkan bahwa terapi air kelapa muda efektif untuk menurunkan tekanan darah.

Hasil evaluasi kegiatan mengenai penjelasan terapi Non-Farmakologi untuk menurunkan tekanan darah. Ny. A telah memahami apa saja jenis terapi non-farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darahnya, apa saja kandungannya dan cara kerjanya serta bagaimana cara mengolahnya. Ny. A bisa menyebutkan kembali rebusan daun salam, bawang putih, buah-buahan seperti wortel, delima, buah bit dan juga pisang, dan air kelapa muda. Ny. A juga mengatakan keinginan untuk memasukkan terapi tersebut ke dalam makanan dan minuman sehari-hari beliau secara bergantian sesuai dengan kemudahan.

Sesuai dengan kriteria hasil yang diinginkan yaitu memahami tentang perilaku sehat dan keinginan untuk melakukan perilaku sehat tersebut. Dapat disimpulkan bahwa Ny. A telah mengalami peningkatan pengetahuan dari sebelumnya, dan juga mampu mempraktikkan salah satu terapi nonfarmakologi air kelapa muda sehingga terjadi penurunan tekanan darah pada Ny. A.

2. Berdasarkan diagnosa Resiko Jatuh didapatkan data:

Ny. A mengatakan kaki dan lututnya kaku di pagi hari, Ny. A mengatakan kaki nya sakit jika berjalan jauh, Ny. A mengatakan pernah hampir jatuh di tangga rumahnya akibat kaku sendi. Hasil observasi pada lingkungan rumah Ny. A merupakan rumah panggung, Ny. A tinggal sendiri di rumahnya, Ny. A memiliki masalah pada kaki nya yaitu kaku pada kakinya. Rumah Ny. A terlihat kurang rapi dan terdapat banyak tumpukan barang.

Dari hasil pengkajian tersebut maka perawat mengangkat masalah resiko jatuh berhubungan dengan lingkungan yang tidak aman. Perawat melakukan telah intervensi Edukasi Pencegahan Resiko Jatuh pada tanggal 04 Januari 2021. Perawat memberikan penjelasan selama 30 menit kepada Ny. A, mulai dari pengertian resiko jatuh, penyebab jatuh pada lansia, cara mencegah jatuh dan cara untuk memodifikasi lingkungan rumah lansia.

Dari hasil evaluasi intervensi mengenai pencegahan resiko jatuh pada lansia. Sesuai dengan kriteria hasil yang diinginkan yaitu memahami tentang resiko jatuh. Ny. A dapat memahami mengenai cara mencegah jatuh di rumah. Ny. A mengatakan salah satu penyebab jatuh adalah

akibat kaku sendi dan barang-barang rumah yang berantakan, Ny. A mengatakan cara mencegah jatuh dengan sering-sering menggerakkan kaki agar tidak kaku dan juga dengan senam. Ny. A mengatakan akan melakukan modifikasi lingkungan dengan cara merapikan barang dan menggunakan sandal yang tidak licin, dan tidak ada menggunakan tangga lagi.

Dapat disimpulkan bahwa Ny. A telah mengalami peningkatan pengetahuan mengenai pencegahan resiko jatuh di rumahnya dan mempunyai motivasi untuk memodifikasi lingkungan rumah.

Sejalan dengan Iswati dan Sulistiyana (2019) menunjukkan bahwa terdapat hampir seluruh responden di Asrama Brimob RT 02 RW 02 Kelurahan Morokrembangan Kecamatan Krembangan memiliki pengetahuan yang kurang tentang pencegahan kejadian jatuh sebelum dilakukan penyuluhan dan hampir seluruh responden memiliki pengetahuan yang cukup sesudah dilakukan penyuluhan, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan lansia tentang pencegahan jatuh di Asrama Brimob RT 02 RW 02 Kelurahan Morokrembangan Kecamatan Krembangan.

Tanggal 04 Januari 2021, perawat telah memberikan intervensi demonstrasi ROM Aktif. Perawat menjelaskan selama 10 menit kepada Ny. A mulai dari pengertian ROM, tujuan ROM dan langkah-langkah cara melakukan ROM. Dan dilanjutkan dengan demonstrasi ROM dari anggota gerak atas hingga anggota gerak bawah.

Hasil evaluasi intervensi demonstrasi ROM Aktif. Ny. A dapat menjelaskan mengenai pengertian dan tujuan ROM serta dapat mempraktikkan ROM Aktif dengan baik dan lancar. Ny. A mengatakan ROM adalah latihan untuk mengurangi kaku di kaki seperti yang saya alami saat ini dan ROM akan saya

dilakukan dipagi hari setelah bangun tidur dan malam hari. Ny. A mengatakan bisa mengikuti gerakannya karena tidak sulit. Dan Ny. A juga mengatakan kaki terutama lututnya lebih nyaman dan lebih mudah digerakkan setelah melakukannya. Ny. A dapat memahami dan mempraktikkan gerakan ROM Aktif dengan baik dan benar. Ny. A terlihat kooperatif, dan telah memahami konsep ROM Aktif. Dan Ny. A mengungkapkan untuk mempraktikkan ROM dalam kehidupan sehari-hari. Sesuai dengan kriteria hasil yang diinginkan yaitu pasien dapat mendemonstrasikan ROM Aktif. Dapat disimpulkan bahwa Ny. A mengalami peningkatan pengetahuan dan keterampilan dari sebelumnya dan memiliki motivasi untuk melakukan kegiatan ROM dalam kegiatan sehari-hari.

Sejalan dengan penelitian oleh Indrayana dan Wahyudin (2020) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara *pre test* dan *post test* rentang gerak pada kelompok perlakuan setelah dilakukan latihan *Range Of Motion* (ROM) aktif. Rata-rata rentang gerak sendi lutut pada lansia di Panti Wreda Margo Mukti Rembang sebagai kelompok perlakuan mengalami peningkatan. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh latihan *Range Of Motion* (ROM) terhadap peningkatan rentang gerak sendi pada lansia Ny. A.

KESIMPULAN

Diagnosa keperawatan pada Ny. A dengan masalah hipertensi yaitu ketidakefektifan manajemen kesehatan berhubungan dengan kurangnya pengetahuan terhadap program terapeutik dan Resiko Jatuh berhubungan dengan lingkungan yang tidak aman.

Intervensi pada asuhan keperawatan Ny. A yaitu pada diagnosa pertama yaitu mengajarkan tentang konsep penyakit hipertensi, mengajarkan diet DASH dan mengenalkan terapi nonfarmakologi untuk menurunkan tekanan darah. Dan pada diagnosa kedua yaitu edukasi pencegahan resiko jatuh dan latihan ROM Aktif.

Setelah dilaksanakan implementasi maka evaluasi proses keperawatan yang didapatkan adalah terjadi peningkatan pengetahuan pada Ny. A mengenai konsep hipertensi, diet DASH, terapi nonfarmakologi hipertensi, pencegahan resiko jatuh, dan juga Ny. A mengalami peningkatan keterampilan dan motivasi untuk menerapkan latihan ROM. Dan Ny. A juga mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 20 mmHg pada sistolik dan 5 mmHg pada diastolik setelah mencoba salah satu terapi nonfarmakologi air kelapa muda.

Saran untuk perawat lansia selanjutnya untuk melakukan asuhan keperawatan dengan masalah hipertensi dengan waktu masa rawatan yang lebih lama dan detail untuk mendapatkan hasil yang akurat serta memberikan intervensi terbaru berdasarkan *Evidence Based Practice*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada dosen pembimbing 1 dan 2, Ny. A sebagai pasien dalam studi kasus ini, Reviewer dan seluruh civitas Akademik Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala.

REFERENSI

Andika, F., Haniarti., & Patintingan, A. (2018). Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas lanrisang kabupaten pinrang. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*, 1(3), 217-229

- Herawati, A. T., Manaf, H., & Kusumawati, E. P. (2021). Pengetahuan tentang penanganan penyakit hipertensi pada penderita hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 10(2), 159-165
- Indrayana, T., & Wahyudin, T. (2020). Pengaruh *range of motion* (rom) aktif terhadap fleksibilitas sendi lutut pada lanjut usia. *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(2), 339-343
- Iswati., & Sulistyana, S. C. (2019). Peningkatan pengetahuan lansia tentang pencegahan jatuh melalui penyuluhan di asrama brimob RT 02 RW 02 kelurahan Morokrengan kecamatan krengan Surabaya. *Adi Husada Noursing Journal*, 5(1), 6-11
- Kemenkes RI. (2019). Infodatin Hipertensi: Si pembunuh senyap. Pusat data dan informasi. Jakarta selatan: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2019). Komplikasi hipertensi. Dikutip dari <http://p2ptm.kemkes.go.id/infograhic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/5/apa-komplikasi-berbahaya-dari-hipertensi>
- Khairani, C., Kamil, H., & Tahlil, T. (2020). Analisis faktor resiko dalam mengendalikan hipertensi di kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Kesehatan Cehadum*, 2(4), 1-13
- Kusuma., Aryawangsa., Satyarsa & Aryani. (2020). Edukasi penyakit hipertensi dan komplikasinya pada posyandu lansia di wilayah kerja puskesmas Mengwi I, kabupaten Badung. *Jurnal Udayana*, 19(2), 178-186
- Mubarak, W, I., & Chayatin, N. (2009). *Ilmu keperawatan komunitas pengantar dan teori*. Jakarta: Salemba Medika
- Nurhumaira, N. S., & Rahayuningsih, H. M. (2014). Pengaruh penerapan pola diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok lansia di Semarang. *Journal of Nutrition College*, 3(4), 554-564
- Supriadi, D., Virgona, A., & Rahman, A. (2016). Pengaruh terapi tertawa terhadap stress pada lanjut usia di balai perlindungan sosial tresna werdha ciparay Bandung. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 11(1), 24-40
- World Health Organization (WHO). World hypertension day 2019. Dikutip dari <https://www.who.int/news-room/events/world-hypertension-day-2019>
- Yasmara., Nursiswati., & Arafat. (2016). *Rencana asuhan keperawatan medikal-bedah*. Jakarta: EGC