

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
GANGGUAN POLA TIDUR DI PUSKESMAS BANTUR KABUPATEN MALANG**

KARYA ILMIAH AKHIR



**OLEH :
AFRIANTO ALOYSIUS BILI
2021611019**

**PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADDEWI
MALANG
2022**

a. ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI PUSKESMAS BANTUR KABUPATEN MALANG

Hipertensi didefinisikan sebagai kenaikan tekanan darah sistolik minimal 140 mmHg atau penurunan tekanan darah diastolik minimal 90 mmHg. Sylvia A. Price (2015) menemukan bahwa hipertensi meningkatkan risiko penyakit ginjal, pembuluh darah, dan saraf selain penyakit jantung. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan asuhan keperawatan pada pasien lanjut usia hipertensi di Puskesmas Bantur Kabupaten Malang yang juga memiliki masalah gangguan tidur. Teknik deskriptif penelitian ini menggunakan metodologi studi kasus. Pasien melaporkan mengalami sakit kepala, pusing, ketidaknyamanan leher, dan perasaan berat, menurut temuan asuhan keperawatan untuk hipertensi pada pasien yang lebih tua dengan pola tidur yang terganggu selama tahap penelitian. Skala nyeri 5–6, digambarkan datang dan pergi, mengaku tidak pernah melihat posyandu lama, belakangan ini sulit tidur karena sakit kepala, dan mengkhawatirkan kesehatannya. Sedangkan hasil observasi pasien Suhu : 36,5 derajat Celcius, Nadi : 118 kali per menit, dan RR : 28 kali per menit. Gangguan pola tidur adalah diagnosis yang diterima. Untuk mengatasi sebagian temuan dari asuhan keperawatan yang diberikan pada pasien dengan kelainan pola tidur. Untuk menjaga tekanan darah dalam kisaran normal, disarankan dari studi kasus ini untuk memiliki gaya hidup yang teratur.

Kata Kunci: Asuhan Keperawatan, Gangguan Pola Tidur, Hipertensi

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Orang lanjut usia atau orang dewasa yang sedang tumbuh biasanya membutuhkan 6 hingga 8 jam tidur setiap hari. Tetapi banyak orang lanjut usia dengan hipertensi sekarang diketahui hanya tidur 3 sampai 4 jam sehari. Orang yang berusia di atas 55 tahun lebih cenderung memiliki pasien hipertensi. Orang dewasa yang lebih tua lebih rentan terhadap hipertensi karena tekanan darah mereka cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Jika dibandingkan dengan individu lanjut usia dengan kesehatan prima, mereka yang menderita hipertensi dan penyakit jantung seringkali memiliki durasi tidur yang lebih pendek dan kualitas tidur yang lebih rendah. Pola tidur yang tidak mencukupi menyebabkan ketidakseimbangan dalam sistem fisiologis dan psikologis. Seiring bertambahnya usia, mereka memiliki masalah kesehatan yang lebih besar. Proses degeneratif pada lanjut usia menyebabkan penurunan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial mereka. Salah satu dampak perubahan fisik yang sering dialami lansia adalah sulit tidur (Madeira et al., 2019). Pola tidur merupakan salah satu faktor risiko hipertensi. Keseimbangan fisiologis dan psikologis seseorang mungkin terganggu oleh kebiasaan tidur yang tidak teratur dan kualitas tidur yang buruk. Hipertensi juga dapat bermanifestasi sebagai peningkatan denyut jantung, tekanan darah, aktivitas sistem saraf simpatik, dan retensi garam karena kehilangan tidur jangka pendek yang berkelanjutan. Selain itu, akan mengubah komponen struktural sistem kardiovaskular, meningkatkan tekanan darah (Martini et al., 2018).

WHO memperkirakan bahwa 972 juta orang, atau 26,4% dari populasi dunia, memiliki tekanan darah tinggi. Proporsi ini diperkirakan akan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2025. 333 juta dari 972 juta penderita hipertensi tinggal di negara maju dan berkembang. Di antara 639 sisanya adalah negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata & Satria, 2016). Arum (2019), prevalensi hipertensi pada lansia berkisar antara 45,9% antara usia 55 dan 64 hingga 57,6% antara usia 65 dan 74 hingga 63,8% antara usia 75 tahun ke atas. Menurut statistik Riskesdas, hipertensi diderita oleh 34,1% penduduk di Provinsi Jawa Timur. Anwar (2010) menemukan bahwa 67% orang lanjut usia dilaporkan mengalami gangguan tidur saat berada di tempat tidur, menunjukkan prevalensi besar pola tidur yang terganggu pada kelompok ini. 3.587 (30,2%) dan 404,7%, masing-masing, dari 10.308 peserta penelitian Bansil

dari tahun 2005 hingga 2008 memiliki riwayat hipertensi. Menurut hasil studi percontohan yang dilakukan di Puskesmas Bantur, tiga orang lansia yang memiliki riwayat tekanan darah tinggi dan mengeluh sulit tidur akibat faktor penyakit seperti sakit kepala, leher kaku, gelisah, rejimen pengobatan yang tidak efektif, dan ketidaktahuan pilihan terapi independen.

Sebagian besar faktor yang berkontribusi terhadap perkembangan hipertensi masih belum jelas. Usia tua, jenis kelamin, karir, gaya hidup yang buruk, makanan yang buruk, stres, gangguan tidur, dan durasi tidur yang tidak cukup adalah beberapa kemungkinan penyebab hipertensi. Gangguan tidur pada penderita hipertensi dapat berdampak buruk karena kerusakan pembuluh darah pada pembuluh darah yang menyebabkan kelainan struktur dan gangguan aliran darah ke otak (Nurarif et al., 2015). Akibatnya, rasa tidak nyaman di kepala dapat mengganggu siklus tidur dan membuat pembuluh darah di otak menjadi lebih tebal. Banyak efek berbahaya yang mungkin timbul dari kualitas tidur yang buruk. Menurut Alfi dkk. (2018), kurang tidur kronis dapat meningkatkan indeks massa tubuh dan depresi.

Pasien mungkin mengalami pola tidur yang tidak normal, sakit kepala, pusing/migren, rasa berat di belakang leher, rasa tidak nyaman, sulit tidur, jantung berdebar, lemas, dan kelelahan akibat gejala hipertensi familial. Hipertensi geriatri dengan gangguan pola tidur dapat ditangani dengan berbagai pendekatan keperawatan non farmakologis. Penatalaksanaan nonfarmakologis untuk masalah tidur meliputi psikoterapi suportif, terapi perilaku kognitif, keluarga dan relaksasi, interpersonal, psikoreligius, konseling, dan dukungan sosial (Ani, 2012). Relaksasi otot bertahap dapat digunakan untuk mengatasi gangguan pola tidur, menurut berbagai penelitian ilmiah. Menurut temuan penelitian, derajat insomnia pada orang tua berbeda sebelum dan sesudah mendapatkan perawatan relaksasi otot progresif (Manurung & Adriani, 2017). Hipertensi dapat diobati dan dihindari dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat dan mendorong pola hidup sehat, yang akan meningkatkan kualitas hidup masyarakat dan menghentikan masalah sosial. Misalnya, mengurangi konsumsi alkohol, mengurangi natrium, berolahraga, dan tidur yang cukup (Nurarif, 2013). Penulis tertarik untuk menyusun Karya Ilmiah Akhir dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Di Puskesmas Bantur Kabupaten Malang”.

I.2 Tujuan

I.2.1 Tujuan umum

Diskusi asuhan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dan masalah keperawatan terkait gangguan pola tidur di Puskesmas Bantur Kabupaten Malang.

I.2.2 Tujuan khusus

1. Mendeskripsikan hasil evaluasi gangguan pola tidur pada nasabah geriatri hipertensi
2. Mendeskripsikan diagnosa keperawatan gangguan pola tidur pada pasien lansia hipertensi.
3. Garis strategi perawatan perawat untuk orang tua dengan hipertensi.
4. Mendeskripsikan bagaimana asuhan keperawatan pada pasien geriatri hipertensi dilaksanakan.
5. Jelaskan bagaimana intervensi keperawatan untuk klien dengan hipertensi senior dievaluasi sesuai dengan rencana keperawatan.

I.3 Manfaat

I.3.1 Teoritis

Hasil dari pekerjaan ini diantisipasi untuk memberikan pengetahuan dan saran untuk bidang keperawatan gerontologi sehubungan dengan asuhan keperawatan untuk pasien hipertensi senior yang memiliki masalah keperawatan gangguan tidur.

I.3.2 Praktis

b. Bagi Perawat

Diharapkan hasil studi ini akan memberikan ringkasan strategi keperawatan mandiri untuk pengobatan pasien hipertensi lanjut usia yang mengalami masalah keperawatan terkait dengan gangguan tidur.

c. Bagi puskesmas bantur

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada Puskesmas Bantur atau organisasi kesehatan lainnya sebagai salah satu bekal untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan, khususnya untuk pengobatan pasien hipertensi lanjut usia yang memiliki masalah keperawatan.

d. Bagi Institusi Pendidikan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

Hal ini dimaksudkan bahwa penelitian ini akan berfungsi sebagai sumber bagi pendidik dan mereka yang melakukan studi masa depan tentang asuhan keperawatan pada pasien hipertensi senior dengan gangguan tidur.

e. Bagi Klien

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan pemahaman klien dalam upaya mengontrol penyembuhan pada lansia penderita hipertensi yang memiliki masalah keperawatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Z. (2010). Pengantar Keperawatan Keluarga. Jakarta: EGC
- Anonim. (2013). Penyakit Hipertensi Dan Cara Penanganannya. Diakses 5 Maret 2019
- Arum, Y. (2019). Hipertensi pada Penduduk Usia Produktif (15-64 Tahun). *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 3(3), 345-356
- Ani Maharaeni. (2019) *Asuhan Keperawatan Pada Keluarga Tn. S Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Meo Meo Kota Baubau*. Karya Tulis Ilmiah thesis, Poltekkes Kemenkes Kendari.
- Alfi, N.W., & Yuliwar, R. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. 6(1), 18-26
- Aryatiningsih, D. S. dan Silaen, J. Br. (2018). Hipertensi Pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru. *Jurnal IPTEKS Terapan Research of Applied Science and Education*. 12(1) : 64-77.
- Agnesia Nuarima Kartikasari. (2012). Faktor Resiko Hipertensi Pada Masyarakat Di Desa Kabongan Kidul, Kabupaten Rembang.
- Anwar, A.H. (2010). Sebuah Pandangan Konsepsual Dalam Ansietas. Jakarta: Yayasan Dharma Usada.
- Brunner, Suddarth. (2013). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8. Vol 2. Jakarta: EGC
- Bansil, P. (2011). Associations Between Sleep Disorders, Sleep Duration, Quality of Sleep, and Hypertension: Results From the National Health and Nutrition Examination Survey, 2005 to 2008. Division for Heart Disease and Stroke Prevention, Centers for Disease Control and Prevention: Atlanta.
- Black & Hawk. (2014). Medikal Surgical Nursing Clinical Management for Positive outcomes (Ed. 7). St. Louis : Missouri Elsevier Saunders.
- Brunner & Suddarth. (2015). Keperawatan Medikal Bedah Edisi 12. Jakarta : EGC.
- Bustan, M.N. (2007). Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Cetakan 2. Jakarta: Rineka Cipta
- Darmawan, E.S., Junadi, P., Bachtiar, A., Najib, M. (2012). Mengukur Tingkat Pemberdayaan Masyarakat dalam Sektor Kesehatan. *J. Kesehat. Masy. Nas.* 7, 91–96.
- Doengoes. M. E, Et. Editor Monica, E. (2010). Nursing Care Plans Guidelines for Planning and Documenting Patient Care, Edisi 3. Alih Bahasa: Kariasa IM. Jakarta: EGC
- Friedman, Marilyn M dkk. (2010). Buku Ajar : Keperawatan Keluarga Riset, Teori & Praktik. Jakarta : EGC
- Kemenkes RI. Promosi Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta : Kemenkes RI; (2016).

- Madeira, Albertina., Wiyoni, Joko & Arianti, Nia Lukita. 2019 Hubungan Gangguan Pola Tidur dengan Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*.
- Martini, S., Roshifanni, S., dan Marzela, F. (2018). Pola Tidur Yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi. *Jurnal MKMI*. 7, 297-303
- Manurung, Rostinah, and Tri U. Adriani. Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, vol. 3, no. 2, 2017, pp. 294-306
- Nurarif, Amin Huda & Kusuma, Hardhi (2013). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan diagnose Medis dan Nanda. Edisi Revisi Jilid 2. Yogyakarta: Mediacion.
- Nanda. (2014). *Diagnosis Keperawatan Definisi dan Klasifikasi 2012-2014*. Jakarta : EGC
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2013. Laporan Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. hal. 8990.
- Silvia A. price, Lorraine M. Wilson. (2015). *Patofisiologi (Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit) Edisi 6 Volume 1*. Editor huriawati hartanto dkk. Jakarta: EGC
- Triyanto, Endang. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tyani, Endar S., dkk. Efektifitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Esensial. *Jurnal Online Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*, vol. 2, no. 2, Oct. (2016), pp. 1068-1075.
- WHO. (2018). Hypertension. *World Health Organization*.
- Yonata, A., Satria, A. (2016). Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke. *Majority Vol. 5 No. 3*.