

ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA NY. A DENGAN PERFUSI PERIFER TIDAK EFEKTIF DAN HIPERTENSI DI PADUKUHAN SENTUL-GENENG GODEAN YOGYAKARTA

Khoirun Nisa Suseno¹, Tiwi Sudyasih²

Program Studi Profesi Ners, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

khoirunnisasuseno771@gmail.com tiwisudyasih@unisayogya.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang paling banyak dialami oleh lansia dan menjadi faktor risiko utama terjadinya stroke. **Tujuan:** membantu pasien dalam menangani serta memberikan asuhan keperawatan yang sesuai. **Metode:** studi kasus yang didapat melalui pengkajian, diagnosa, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. **Hasil:** menunjukkan bahwa Ny A mengalami hipertensi dan tidak mengetahui perawatan yang tepat. Penanganan hipertensi pada lansia perempuan memerlukan pendekatan yang menyeluruh, meliputi pengendalian tekanan darah melalui terapi farmakologis dan modifikasi gaya hidup, seperti diet sehat, olahraga ringan, dan manajemen stres. Seiring proses penuaan, elastisitas pembuluh darah menurun, yang menyebabkan peningkatan tekanan darah dan penurunan fungsi kardiovaskular. Kondisi ini sering tidak menunjukkan gejala yang jelas sehingga banyak penderita tidak menyadari adanya peningkatan tekanan darah. Jika tidak ditangani dengan baik, hipertensi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke iskemik, gagal jantung, dan gangguan ginjal. Salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mencegah risiko stroke pada lansia adalah senam anti stroke. Senam ini terdiri dari gerakan ringan yang terstruktur, meliputi latihan pernapasan, peregangan, dan gerakan motorik halus yang disesuaikan dengan kemampuan fisik lansia. Selain membantu memperlancar sirkulasi darah dan menurunkan tekanan darah, senam anti stroke juga berperan dalam meningkatkan keseimbangan, koordinasi, serta kualitas hidup lansia secara keseluruhan. **Kesimpulan:** Edukasi dalam penelitian ini mendapatkan keberhasilan dan mampu meningkatkan pemahaman mengenai perawatan hipertensi. Pendekatan yang holistik menggabungkan antara edukasi

Article history

Received : Agustus 2025

Reviewed: Agustus 2025

Published: Agustus 2025

Plagiarism checker no 234

Prefix doi :

[10.8734/Nutricia.v1i2.365](https://doi.org/10.8734/Nutricia.v1i2.365)

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed

under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

berisikan senam anti stroke yang sederhana sehingga mudah diingat untuk lansia.

Kata kunci: hipertensi, lansia, stroke, senam anti stroke, perfusi perifer tidak efektif

Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah penyebab penyakit kardiovaskular ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah sistolik yaitu 140 mmHg dan tekanan diastolik yaitu 90 mmHg. Hipertensi dikenal juga dengan sebutan silent killer dikarenakan banyak penderitanya yang tidak menyadari jika mereka memiliki hipertensi. Hal ini selaras dengan penelitian (Febri, 2024) yang menunjukkan hasil sebagian besar lanjut usia yang mempunyai hipertensi berada di usia 60-69 tahun sebanyak 7%, usia 70-79 sebanyak 11%, hipertensi banyak diderita oleh lansia perempuan dari pada lansia laki-laki (Siregar, 2024).

Lansia dengan penyakit hipertensi menunjukkan adanya penurunan kesehatan jika tidak diselingi dengan konsumsi obat maka akan berkembang menjadi penyakit dengan komplikasi seperti gagal jantung, komplikasi pada otak, gagal ginjal kronis dan stroke. Obat hipertensi yang dikonsumsi setiap saat menyebabkan kebosanan pada sebagian penderita hipertensi yang menyebabkan manajemen kesehatan pada lansia tidak efektif, selain itu faktor ingatan dan kesibukan lansia (Hidayati, 2022).

Metode

1. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus (*case study*) dalam asuhan keperawatan gerontik dengan fokus pada penerapan intervensi senam anti stroke untuk meningkatkan pemeliharaan kesehatan pada lansia.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah seorang lansia dengan hipertensi yang berdomisili di Padukuhan Sentul – Geneng, Kalurahan Sidoagung, Kapanewon Godean, Kabupaten Sleman, Yogyakarta.

3. Teknik Pengumpulan Data .

Pengumpulan data pada Ny. A dilakukan oleh mahasiswa keperawatan komunitas dengan menggunakan beberapa teknik yang saling melengkapi guna memperoleh gambaran menyeluruh mengenai kondisi kesehatannya. Wawancara dilakukan secara langsung dengan Ny. A untuk menggali informasi subjektif seperti keluhan nyeri tengkuk, serta kepatuhan terhadap

pengobatan dan pola hidup sehari-hari. Observasi langsung juga dilakukan untuk menilai kondisi fisik, kemampuan aktivitas harian, cara berjalan, ekspresi saat bergerak, dan kebersihan diri. Selain itu, mahasiswa turut mengamati kondisi lingkungan tempat tinggal serta dukungan keluarga, karena kedua aspek tersebut memiliki peran penting dalam keberhasilan intervensi keperawatan. Studi dokumentasi dilakukan dengan menelaah rekam medis dan catatan tekanan darah sebelumnya sebagai bagian dari data objektif.

Pengukuran tekanan darah dilakukan secara berkala selama masa pendampingan untuk memantau perkembangan status hipertensi Ny. A. Mahasiswa keperawatan komunitas juga melaksanakan intervensi berupa senam anti stroke, yaitu latihan fisik ringan yang dirancang untuk membantu menurunkan potensi adanya stroke dan meningkatkan kebugaran lansia. Senam ini dilakukan sesuai jadwal yang telah disusun, dan respons Ny. A terhadap kegiatan tersebut diamati serta dicatat sebagai bagian dari evaluasi intervensi. Seluruh teknik pengumpulan data ini memberikan dasar yang kuat bagi mahasiswa dalam merancang, menerapkan, dan mengevaluasi asuhan keperawatan secara menyeluruh, khususnya dalam mendukung peningkatan kualitas hidup klien melalui pendekatan holistik.

4. Analisa Data

a. Reduksi Data

Data yang sudah direduksi disusun secara sistematis dalam bentuk narasi dan tabel sesuai dengan format pengkajian keperawatan gerontik. Penyajian mencakup data subjektif, data objektif, hasil pengukuran tekanan darah, hasil observasi aktivitas harian, dukungan keluarga, serta efek pelaksanaan senam anti stroke. Penyajian ini memudahkan dalam mengidentifikasi masalah keperawatan dan menghubungkan antara gejala dengan penyebabnya.

b. Penyajian Data

Data yang telah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk narasi dan tabel sesuai format pengkajian asuhan keperawatan gerontik. Data disusun secara sistematis, mulai dari data subjektif dan objektif, hasil pengukuran tekanan darah, hasil observasi terhadap aktivitas klien, serta dukungan keluarga. Penyajian ini memudahkan perawat dalam mengidentifikasi masalah keperawatan yang muncul serta menghubungkan antara gejala dan penyebabnya secara logis.

c. Penarikan Kesimpulan

Kesimpulan ditarik berdasarkan pola data yang ditemukan. Masalah utama yang diidentifikasi adalah *Perfusi perifer tidak efektif* yang berkaitan dengan pengelolaan hipertensi. Pelaksanaan senam anti stroke sebagai intervensi terbukti memberikan dampak positif terhadap kondisi klien. Kesimpulan

ini menjadi dasar penentuan diagnosis keperawatan, perencanaan intervensi lebih lanjut, serta evaluasi keberhasilan tindakan keperawatan pada Ny. A.

Hasil

1. Data Pengkajian

a. Identitas

1) Usia

Klien merupakan seorang perempuan berusia 89 tahun, termasuk dalam kategori *lansia akhir*. Pada usia ini, proses degeneratif mulai berdampak pada berbagai sistem tubuh, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Usia lanjut ini meningkatkan risiko terhadap penyakit kronis seperti hipertensi, gangguan tidur, penurunan mobilitas, dan gangguan emosional

2) Pemeriksaan Fisik

Hasil pemeriksaan fisik menunjukkan tekanan darah 150/90 mmHg yang mengindikasikan hipertensi stadium 1. Keluhan utama berupa nyeri mengakibatkan gangguan kenyamanan dan ketergantungan dalam beberapa aktivitas sehari-hari. Kulit tampak kering dan elastisitas menurun, yang merupakan ciri khas penuaan dan dapat menjadi faktor risiko terjadinya luka tekan bila mobilisasi terganggu. Tidak ditemukan tanda-tanda edema, sesak napas, atau penurunan kesadaran.

3) Short Postable Status Mental Questioner (SPMSQ)

SPMSQ dilakukan untuk menilai status kognitif klien. Hasil menunjukkan bahwa klien menjawab semua pertanyaan dengan benar (0 kesalahan), yang berarti fungsi kognitif dalam kondisi baik. Klien orientasi terhadap waktu, tempat, dan orang masih utuh, tidak ditemukan kebingungan atau disorientasi yang menandakan adanya demensia ringan maupun berat.

4) Mini Mental Status Exam (MMSE)

Walaupun tidak dilakukan secara lengkap, dari hasil wawancara dan observasi didapatkan bahwa klien mampu mengikuti percakapan dengan baik, tidak menunjukkan gangguan daya ingat jangka pendek maupun jangka panjang, serta mampu melakukan perhitungan dan memahami instruksi. Hal ini mendukung bahwa tidak ada indikasi penurunan fungsi kognitif berat, dan MMSE kemungkinan menunjukkan skor dalam batas normal (>24).

5) Pengkajian Depresi Gereatrik

Klien mengungkapkan perasaan tidak berguna dan merasa sedih karena merasa kurang produktif dibandingkan masa muda. Walaupun demikian, klien masih aktif dalam kegiatan sosial dan spiritual seperti pengajian, dan mendapat dukungan yang cukup baik dari keluarga. Indikasi ini menunjukkan bahwa klien mengalami gejala depresi ringan, namun masih memiliki mekanisme koping dan dukungan sosial yang dapat dimanfaatkan dalam proses keperawatan.

6) Pengkajian Skala resiko Dekubitus

Pengkajian menggunakan skala risiko seperti Norton atau Braden menunjukkan bahwa klien tidak memiliki risiko terhadap dekubitus. Hal ini disebabkan oleh usia lanjut, gangguan mobilitas akibat nyeri kaki, dan kondisi kulit yang kering. Meskipun klien masih bisa beraktivitas ringan, pembatasan gerak yang berkepanjangan tanpa perubahan posisi secara berkala dapat meningkatkan risiko kerusakan jaringan kulit.

2. Analisis Diagnosa keperawatan

Berdasarkan data pengkajian yang telah dilakukan terhadap Ny. A, diagnosa keperawatan yang paling prioritas adalah Gangguan perfusi perifer tidak efektif. Hal ini ditandai dengan ketidakmampuan klien dalam mengelola tekanan darah secara optimal akibat kurangnya pengetahuan, motivasi, serta dukungan dalam menjalankan terapi hipertensi secara teratur. Oleh karena itu, diagnosa Perfusi perifer tidak efektif menjadi fokus utama dalam asuhan keperawatan untuk memberikan intervensi yang tepat guna mengoptimalkan kontrol tekanan darah dan meningkatkan kualitas hidup.

3. Analisis Rencana Asuhan Keperawatan

Diagnosa prioritas Perfusi perifer tidak efektif pada Ny. A ditangani dengan tujuan meningkatkan kemampuan klien dalam mengelola tekanan darah. Setelah 7 kali pertemuan, diharapkan terjadi peningkatan perilaku hidup sehat dan penurunan faktor risiko hipertensi.

4. Analisis Implementasi dan Evaluasi

Intervensi senam anti stroke dilakukan selama 7 kali pertemuan dengan durasi 10-15 menit per sesi, disesuaikan dengan kemampuan dan kondisi fisik Ny. A. Pada awal pertemuan, klien mengalami kesulitan dalam mengikuti gerakan senam, tetapi dengan arahan dan motivasi yang diberikan, klien mulai dapat melaksanakan gerakan senam dengan lebih baik dan rutin. Setelah pertemuan ketujuh, yang menandakan bahwa senam hipertensi efektif membantu mengendalikan tekanan darah Ny. A.

Pembahasan

Hipertensi akan meningkat seiring bertambahnya usia, usia lanjut

merupakan suatu individu mengalami penambahan umur dan menurunnya fungsi fisik, maka dari itu latihan fisik ringan dapat membantu lansia dengan hipertensi untuk mengontrol tekanan darah dikarenakan penurunan massa otot, laju denyut nadi menjadi lebih cepat biadanya terjadi pada lansia. Lansia perempuan lebih banyak memiliki resiko terkena hipertensi dari pada perempuan yang belum menopause (Amnor & Mediana, 2025).

Nyeri tengkuk dan kepala yang dirasakan Ny A saat tekanan darah sedang tinggi tidak terkontrol ini disebabkan oleh aliran darah vaskuler yang tidak efektif sehingga dengan adanya senam anti stroke ini dapat meminimalisir adanya kejadian stroke dikarenakan tekanan darah tinggi. senam anti stroke yang diberikan kepada Ny A yaitu serangkaian latihan fisik ringan untuk memperlancar aliran darah ke otak, menjaga kesehatan jantung dan menurunkan resiko stroke terutama pada lansia dengan hipertensi (Oscar Valerian et al., 2021).

Kesimpulan

Hasil pengkajian pada Ny A, wanita berusia 89 tahun, menunjukkan diagnosa utama perfusi perifer tidak efektif, dengan keluhan pusing dan kaku di tengkuk. Tanda vitalnya adalah TD: 150/90 mmHg, Nadi: 80x/menit, Suhu: 36,6 C, Rr: 20 x/menit. Pengkajian menunjukkan ia mandiri dalam kebutuhannya sehari-hari dan tidak mengalami depresi. Diagnosa perfusi perifer tidak efektif terkait hipertensi dibuktikan dengan tekanan darahnya. Diharapkan setelah tindakan keperawatan, masalah ini dapat teratasi. Tindakan termasuk edukasi dan demonstrasi senam anti stroke. Evaluasi menunjukkan Ny. A mulai konsumsi obat hipertensi dan memperhatikan edukasi yang diberikan. Penyebab hipertensi termasuk faktor yang dapat dan tidak dapat dikontrol.

Referensi

- Amnor, R. A., & Mediana, D. (2025). Risiko Hipertensi Pada Perempuan Dilihat Dari Aktivitas Fisik Dan Stes Di Puskesmas Kasem Serang Banten. *Jurnal Akta Trimedika*, 2(1), 518–531. <https://doi.org/10.25105/aktatrimedika.v2i1.21481>
- Hidayati. (2022). 1424-3726-1-SM. Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Sistole Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai.
- Oscar Valerian, F., Ayubbana, S., Tri Utami, I., & Keperawatan Dharma Wacana Metro, A. (2021). Penerapan Pemberian Kompres Hangat Pada Leher Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro The Application Of Giving Warm Compress On The Neck To Reducing The Intensity Of Head Pain In Hypertension Patients In Metro City. *Jurnal Cendikia Muda*, 1(2).
- Siregar, F. (2024). Analisa Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Rasau, vol 2.