

PERAWATAN LANSIA PEREMPUAN DENGAN HIPERTENSI DI RUMAH OLEH KELUARGA DI DESA BEJI KECAMATAN UNGARAN TIMUR KABUPATEN SEMARANG

DewiSiyamti

Email: wwdewiq@yahoo.com
AKPER NgudiWaluyoUngaran
085741858827

Abstrak

Salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia yaitu hipertensi. Keluarga sebagai bagiani pemberi perawatan terhadap lansia dengan hipertensi harus mampu memberikan perawatansesuai kebutuhan, karena keluarga secara kuat mempengaruhi perilaku sehat setiap anggotanya, begitu juga status kesehatan dari setiap individu mempengaruhi fungsi unit keluarga dan kemampuan mencapai tujuan. Penelitian bertujuan mengetahui perawatan lansia dengan hipertensi di rumah oleh keluarga. Desain penelitian ini kualitatif dengan pendekatan dari sudut fenomenologis. Pengumpulan data menggunakan teknik wawancara mendalam yang dilakukan pada partisipan yang tinggal bersama lansia. Sampelsesuai kriteria mewakili seluruh konsep yang dibutuhkan dalam tujuan penelitian. Hasil penelitian menunjukkan cara keluarga merawat lansia dengan hipertensi dengan diit makanan, membatasi aktifitas berat, kegiatan sosial dan pemanfaatan pelayanan kesehatan. Kesulitan yang dialami dalam merawat lansia yaitu perilaku rewel dan lupa. Respon lansia yaitu menerima dengan baik dengan menyampaikan tujuan perawatan dan tahu tentang kondisi kesehatan. Peningkatan dan pengembangan perawatan lansia dengan hipertensi di rumah melibatkan keluarga serta didukung oleh tenaga kesehatan untuk meningkatkan koping adaptif lansia.

Kata kunci : perawatan, lansia, hipertensi

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat Indonesia yang penyebarannya cenderung meluas sejalan dengan meningkatnya kepadatan penduduk. Walaupun penyakit ini dapat menyerang baik orang dewasa maupun lansia, namun penyakit hipertensi lebih banyak ditemukan pada kelompok lansia, yang dapat memberikan dampak mulai dari komplikasi stroke, gangguan pada ginjal, kelemahan kerja jantung sampai dengan kematian (Depkes RI, 1995).

Pada tahun 2025, diproyeksikan jumlah penduduk Indonesia berjumlah 273 juta jiwa. Hampir seperempat dari jumlah itu atau 62,4 juta jiwa adalah lansia. Bahkan jika menggunakan proyeksi penduduk model PBB, jumlah lansia pada tahun 2050

meningkat dua kali lipat atau sekitar 120 juta jiwa. Ketika seseorang memasuki usia 50 tahun ke atas, penyakit degeneratif mulai menghadang. Sehingga kebutuhan untuk mendapatkan perawatan kesehatan semakin meningkat. Berdasarkan data penduduk terakhir, jumlah lansia di Indonesia sekarang sekitar 16 juta jiwa (Atmaji, 2007). Populasi pada usia lebih dari 60 tahun meningkat dengan cepat dalam kurun waktu kurang dari 50 tahun. Tekanan darah, terutama sistolik akan meningkat secara progresif sejalan dengan bertambahnya usia. Usia lanjut dengan hipertensi berisiko mendapat penyakit kardiovaskuler. Dengan bertambahnya usia, prevalensi hipertensi sistolik meningkat secara nyata dan keadaan ini dijumpai pada sekitar 25% populasi usia 80 tahun (Stockslager & Schaeffer, 2008).

Prevalensi hipertensi untuk Indonesia adalah 14%. Prevalensi hipertensi meningkat dengan bertambahnya umur. Untuk kelompok umur 45-54 tahun sebesar 22,5%, meningkat menjadi 27,9% pada kelompok umur 55-64 tahun dan pada kelompok umur 65 tahun menjadi 29%. Prevalensi tersebut pada perempuan 15,6% lebih tinggi daripada laki-laki 12% (SKRT, 2004).

Dalam melakukan perawatan pada lansia, setiap anggota keluarga mempunyai peran yang penting. Diantaranya yaitu memberi dorongan untuk tetap mengikuti kegiatan-kegiatan di luar rumah termasuk pengembangan hobi, mengupayakan sarana transportasi, memeriksakan kesehatan secara teratur, memberi dorongan untuk hidup sehat dan mencegah terjadinya kecelakaan baik di dalam maupun di luar rumah (Maryam, 2008). Dari studi pendahuluan yang dilakukan, perawatan lansia di rumah dengan hipertensi masih kurang. Bentuk perawatan yang dilakukan yaitu mengurangi asupan garam, mengurangi makanan berkolesterol seperti sate kambing dan mengurangi aktivitas berat. Sedangkan untuk pemeriksaan atau kontrol kesehatan belum dilakukan secara rutin.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, penulis ingin mengetahui “Bagaimana perawatan keluarga terhadap lansia yang menderita hipertensi di rumah di Desa Beji Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang”.

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum
Mengetahui bagaimana perawatan lansia yang menderita hipertensi di rumah oleh keluarga di Desa Beji Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang.
2. Tujuan Khusus
 - a. Mengetahui cara perawatan lansia yang menderita hipertensi di rumah oleh keluarga di Desa Beji Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang.
 - b. Mengetahui kesulitan keluarga dalam merawat lansia dengan

hipertensi di rumah di Desa Beji Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang.

- c. Mengetahui respon lansia terhadap perawatan yang diberikan keluarga di rumah di Desa Beji Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang

2. METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Penelitian bersifat deskriptif, dengan teknik wawancara mendalam. Pengambilan sampel sesuai dengan kriteria. Variable penelitian yaitu keluarga dan lansia dengan hipertensi. Definisi operasional yang digunakan yaitu perawatan, cara perawatan, kesulitan dalam perawatan, dan toleransi dalam perawatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah anggota keluarga yang merawat dan tinggal bersama lansia yang menderita hipertensi di rumah. Partisipan berjumlah lima orang dengan kisaran umur 22-45 tahun. Semua partisipan perempuan dan merupakan anak kandung dari lansia yang menderita hipertensi. Tingkat pendidikan partisipan bervariasi dari sekolah dasar, sekolah lanjutan tingkat pertama dan sekolah lanjutan tingkat atas.

Tema Hasil Penelitian

- a. Cara keluarga merawat lansia dengan hipertensi di rumah di Desa Beji Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang
Tujuan ini terjawab dengan sub tema menjaga tekanan darah normal lansia. Sub tema ini teridentifikasi pada kategori pola makan, aktifitas, pelayanan kesehatan dan kegiatan social
- b. Kesulitan keluarga dalam merawat lansia dengan hipertensi di rumah di Desa Beji

Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang

Tujuan tersebut terjawab dalam sub tema respon lansia dengan perawatan yang diberikan keluarga. Sub tema tersebut teridentifikasi pada kategori rewel dan lupa.

- c. Respon lansia terhadap perawatan hipertensi yang diberikan keluarga di rumah di Desa Beji Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang
Tujuan tersebut terjawab pada sub tema koping lansia yang teridentifikasi pada kategori penerimaan

Konsumsi sodium yang berlebihan dapat meningkatkan tekanan darah, karena meningkatkan retensi cairan dalam tubuh. Oleh karena itu penderita hipertensi disarankan untuk mengonsumsi makanan rendah sodium (Christensen, 2006). Makanan yang baik bagi lansia adalah makan yang berserat seperti sayuran dan buah. Sebetulnya lansia tidak perlu menambah suplemen makanan asal setiap makan terdapat sayur dan buah (Depkes, 2012).

Seperti yang dikemukakan oleh Reaven et.al (1991), hubungan antara aktifitas fisik dan waktu luang terhadap tekanan darah pada lansia wanita. Rata-rata hipertensi sistolik dan diastolik mengalami penurunan secara signifikan pada wanita yang mengikuti aktifitas fisik ringan, sedang hingga berat dibandingkan hanya duduk. Tekanan darah menurun seiring dengan intensitas aktifitas dengan tekanan darah sistolik lebih rendah kurang lebih 20mmHg. Aktifitas fisik seperti olahraga penting bagi lansia dengan hipertensi. Dengan aktivitas yang rutin dapat membantu menurunkan tekanan darah. Yang perlu diperhatikan adalah tidak dilakukan secara berlebihan sehingga menjadi kelelahan.

4. KESIMPULAN

- Cara keluarga dalam merawat lansia dengan hipertensi dengan pola makan, aktifitas, pelayanan kesehatan, dan kegiatan sosial.
- Kesulitan yang dialami keluarga dalam merawat lansia yaitu rewel dan lupa.

- c. Respon lansia terhadap perawatan yang diberikan keluarga menerima dengan baik dengan menyampaikan tujuan dari perawatan dan tahu kondisi kesehatan.

5. REFERENSI

- Agustinus. (1991). *Hipertensi pada lansia*. Jakarta: EGC.
- Andra. (2007). Edisi Juni. *Hipertensi pada lansia kontrol ketat cegah komplikasi*. Farmacia. Jakarta.
- Arief, Irfan. (2008). *Meredam hipertensi dengan aerobik*. Diakses 21 Agustus 2012. <http://www.phjnk.go.id>
- Astawan, Prof.Dr. Made. (2008). *Cegah hipertensi dengan pola makan*. at <http://www.depkes.go.id>. Diakses 02 Februari 2013.
- Atmaji, Dwi Wahyu. (2007). Forum Jakarta: *Jumlah lansia 2025 diproyeksikan 62,4 juta jiwa*. Jakarta. Diakses 12 November 2012. at <http://www.bappenas.go.id>.
- Black & Matassarin. (1997). *Medical surgical nursing clinical management for continuity of care*. Fifth Edition. Philadelphia: W.B. Saunders Company.
- Creswell, J.W. (1998). *Qualitatif inquiry and research design; choosing among five tradition*. United States America. Sage Publication Inc.
- Dempsey, Ann & Dempsey. (2002). *Riset keperawatan buku ajar & latihan*. Alih Bahasa: Palupi Widyastuti. Edisi 4. Jakarta: EGC.
- Depkes RI. (1995). *Rencana aksipangan dan gizinasional*. Jakarta: Pemerintah RI kerjasama dengan WHO.
- Fain, J.A. (1999). *Reading understanding and applying nursing research: a text and wokbook*. 2nd Edition. Philadelphia: F.A Davis Company.
- Firdaus, Indra. (2008). *Hipertensi pada lansia*. Diakses April 24th 2012. At [http://www.gugunblogspot.com/hiperten si+pada+lansia/rtk](http://www.gugunblogspot.com/hiperten+si+pada+lansia/rtk).
- Friedman, M. (1998). *Keperawatan keluarga teori dan praktek*. Edisi 3. Jakarta:EGC.

- Gord. (2002). *Penatalaksanaan hipertensi ringan menurut women in motion*. Jakarta: EGC
- Gunadi, Paul Ph.D. (2008). *Kepribadian telaga*. Edisi 47. Diakses 05 September 2012. at <http://c3i.sabda.org/47>
- Hardywinoto.(2005). *Panduan gerontologi tinjauan dari berbagai aspek*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hinchliff, Sue.(2002). *Kamus keperawatan*. Edisi 27. Jakarta: EGC.
- Irawan, Taufik.(2002).*Konsep dasar sistem informasi*.Diakses 08 November 2012. At http://kamii_yogyakarta.tripod.com/taufik/nw.
- Koenig, H.G. et al. (1998). *The relationship between religius activities and blood pressure in older adult. International journal of psychciatry in medicine*. Vol 28. 189-213. Diakses 16 Februari 2013. <http://www.ncbi.nih.gov/pub.med/9724889>.
- Kurniawan, A. (2001). *Gizi seimbang untuk mencegah hipertensi*. Diakses 16 Februari 2012. At [http://www.gizi.net/makala/GiziSeimbang Untuk Mencegah Hipertensi.pdf](http://www.gizi.net/makala/GiziSeimbangUntukMencegahHipertensi.pdf).
- Kusnanto, H. (2004). *Metode kualitatif dalam riset kesehatan*. Yogyakarta: Program Magister Manajemen Pelayanan Kesehatan UGM.
- Kusuma, RJ. (2009). *Daging kambing dan hipertensi*. Diakses 16 Februari 2013. <http://www.scribd.com/doc/23692944/Daging-Kambing-dan-Hipertensi>.
- Kuswardhani, RA Tuty.(2006).*Penatalaksanaan hipertensi pada lansia*. UPT FK Sanglah Denpasar.Diakses tanggal 17 November 2012.at <http://www.ejournal.unud.ac.id>.
- Maryam, R. Siti.(2008). *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*.Jakarta: Salemba Medika.
- Moleong, Lexy J. (2010). *Metode penelitian kualitatif*. Edisi Revisi. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Morse, J. M and Field, P. A. (1996). *Nursing research: The application of qualittaif approaches*. 2nd Edition. London: Chapman & Hall.
- Mulyadi, Reni. (2003). *Kenalilah rasa cemas yang tidak rasional*. Diakses 10 Januari 2013. At <http://www.sinarharapan.com>.
- Nia. (2008). *Pentingnya pendidikan*. at <http://www.psigoblog.com/nia/pend> Diakses 27 Oktober 2012.
- Notoatmodjo, S. (2002). *Metodologi penelitian kesehatan*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho,W. (2000). *Keperawatan gerontik*. Edisi 2. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2003). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu kesehatan pedoman skripsi, tesis, dan instrumen penelitian keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pangastuti, Retno. (2012). *Santapan para lansia*. 16 Februari 2013. <http://gizi.depkes.go.id/wpcontent/up;oads/2012/os/santapan-para-lansia.pdf>.
- Polit, D.F & Hungler, B.P. (1999). *Nursing research: principles and method*. 2nd edition. Philadelphia: Lippincot Williams & Wilkins.
- Potter, P.A., & Perry, AG. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan: Konsep, proses, dan praktik*. Edisi Keempat. Editor Monica et.al. Jakarta: EGC.
- Pradono, Kusumawardhani, Lubis, Hapsari, dkk.(2004). *Survei kesehatan rumah tangga. status kesehatan masyarakat Indonesia*. Volume 2. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. at Diakses 15 Sepetember 2012. <http://www.depkes.go.id>.
- Rahbari. (2008). *Agama dan keluarga yang sehat*. At <http://indonesian.irib.ir>. Diakses 23 Oktober 2008.
- Rambulang, J.(2003). *Beberapa cara prediksi hipertensi*. Jakarta: Cermin Dunia Kedokteran.
- Ratnasuharti. (2006). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kemandirian lansia*. Diakses 20 Februari 2012. at <http://www.fk.unair.ac.id>.
- Reaven, P.D., Connor, E.B., Edelstein, S. (1994). *Relation between leisure time pyhsical activity and blood pressure in*

- older woman*. Diakses 03 Maret 2013 jam 7.30 WIB.
<http://circ.ahajournals.org/cgi/content/short/83/2/559>.
- Ria. (2008). Pertemuan Caregiver di Sanatorium Dharmawangsa, Jakarta. *Demensia, sang pencuri ingatan*. Diakses 10 Feb 2012 10.30 WIB.at
<http://www.sehatgroup.web.id./news+demensia/>
- Riyadi, Hendar.(2007).*Toleransi*.Diakses 29 Agustus 2012.at
<http://serbaserbikehidupan.blogspot.com/toleransi/art/news>
- Robbin, M.A, Elias, M.F, Croog, S., Colton, T. (1994). *Unmedicated blood pressure level and quality of life in elderly hypersensitive women*. 16 Februari 2013 pukul 10.40 WIB.
[.http://www.psychosomaticmedicine.org/cgi/reprint/56/3/251.pdf](http://www.psychosomaticmedicine.org/cgi/reprint/56/3/251.pdf).
- Ryff, C. D. (1989) dalam Eva (2008). *Happiness is everything, or is it? Exploration on the Meaning of Psychological Well-being*. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 6 & 57. Diakses 10 Februari 2012.
<http://evapalupi.blogspot.com/journals/lin/psychology.pdf>
- Sampurna. (2008). *Konsep keluarga*. at
<http://www.sampurna.blogspot.com>.
Pada Diakses 10 Februari 2012 pukul 09.00 WIB.
- Setiawan, Zamhir. (2004). *Prevalensi dan determinan hipertensi di pulau jawa*.
- Sidabutar, R.P. & Wiguno, P. (1996). *Hipertensi esensial: Ilmu penyakit dalam*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Smeltzer & Bare. (2002). *Buku ajar keperawatan medikal bedah*. Volume 2. Edisi 8. Jakarta: EGC.
- Stockslager, Jaime L.dan Schaeffer, Lis. (2003). *Buku saku asuhan eperawatan Geriatrik*. Edisi 2. Alih Bahasa: Nike Budi Subekti. Jakarta: EGC.
- Suprajitno. (2004). *Asuhan keperawatan keluarga aplikasi dalam praktek*. Jakarta:EGC.
- Tjokronegoro, A. (2001). *Buku ajar ilmu penyakit dalam*. Jilid II. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Tsu, Daniel Young. (2012). *Nutrisi untuk lansia*. Diakses 16 Februari 2013 pukul 09.30 WIB.
<http://www.artikelkesehatanwanita.com/nutrisi-untuk-lansia.html>.
- Yuliana. (2002).*Upaya keluarga dalam perawatan anggota keluarga yang mempunyai penyakit hipertensi*.UPT Universitas Muhammadiyah: Malang.