Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta
2022

ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP PERKEMBANGAN USIA PERTENGAHAN

Sabrina Mayang Andini[1] Nurul Devi Ardiani[2]
[1]Mahasiswa Program Studi D3 Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
sabrinamayangandini@gmail.com
[2]Dosen Program Studi D3 Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
mama.ayla.zahra@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang sering muncul dalam masyarakat terutama pada tahap keluarga usia pertengahan. Penanganan hipertensi dapat menggunakan teknik relaksasi salah satunya dengan metode masasse atau pijat. *Back Masasse* merupakan salah satu terapi relaksasi untuk penderita hipertensi yang bertujuan membuat pembuluh darah menjadi relaks sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah turun. Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan usia pertengahan yang mengalami hipertensi. Jenis penelitian ini deskriptif menggunakan metode pendekatan studi kasus. Subjek yang digunakan pada kasus ini adalah 1 keluarga pada tahap perkembangan usia pertengahan yang mengalami masalah kesehatan hipertensi. Hasil studi menunjukkan bahwa pengelolaan asuhan keperawatan selama 4 kali kunjungan pada keluarga tahap perkembangan usia pertengahan dengan masalah kesehatan hipertensi yang dilakukan *Back Masasse* selama 3 hari dengan waktu 10 – 15 menit didapatkan hasil terjadi penurunan tekanan darah dari 170/70mmHg menjadi 140/80mmHg. Tindakan relaksasi *Back Masasse* efektif dilakukan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci : Asuhan keperawatan keluarga, tahap perkembangan usia pertengahan, hipertensi, *Back Masasse.*

Associate's Degree in Nursing Study Program
Faculty of Health Sciences
Kusuma Husada University of Surakarta
2022

FAMILY NURSING CARE AT THE MIDDLE AGE DEVELOPMENT STAGE

Sabrina Mayang Andini, Nurul Devi Ardiani
1 Student of Associate's Degree in Nursing Study Program of Faculty of Health Sciences of Kusuma Husada University of Surakarta
sabrinamayangandini@gmail.com
2 Lecturer of Associate's Degree in Nursing Study Program of Faculty of Health Sciences of Kusuma Husada University of Surakarta
mama.ayla.zahra@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension is a disease that often appears in society, especially in the middle age family stage. Handling hypertension can use relaxation techniques, one of which is massage or massage methods. Back Massage is a relaxation therapy for people with hypertension which aims to relax blood vessels so that vasodilation occurs which causes blood pressure to drop. The purpose of this case study is to describe the description of family nursing care in the developmental stage of middle age with hypertension. This type of research is descriptive using a case study approach. The subject used in this case is 1 family in the middle age development stage who has hypertension health problems. The results of the study showed that the management of nursing care for 4 visits to middle-aged families with hypertension health problems which was carried out by Back Massage for 3 days with a time of 10-15 minutes showed a decrease in blood pressure from 170/70mmHg to 140/80mmHg. Back massage is effective in reducing blood pressure in hypertensive patients.

Keywords: Family nursing care, middle age developmental stage, hypertension, Back Massage.

PENDAHULUAN

Keluarga adalah unit sosial terkecil dari masyarakat yang berupa kelompok primer yang terdiri dari dua orang atau lebih yang mempunyai hubungan darah, perkawinan, atau adopsi (Bakri, 2020)

Tahapan perkembangan keluarga meliputi : *no children (*keluarga baru menikah)*, child-bearing family* (keluarga kelahiran anak pertama usia 2,5 tahun), *family with preschool children* (keluarga dengan anak pertama memasuki usia pra sekolah 2,5 – 5 tahun), *family with school children* (keluarga dengan anak pertama memasuki usia sekolah usia 6 – 13 tahun), *family with teenagers* (keluarga dengan anak pertama masuk usia remaja 13 – 19/20 tahun), *family as launching center* (keluarga tahap melepas anak usia dewasa muda), *middle-anged family* (keluarga pada tahap orang tua di usia pertengahan) dan *aging family* (keluarga berada ditahap masa pensiun dan lansia) (Harmoko, 2013).

Tugas perkembangan keluarga pada tahap usia pertengahan adalah berfokus dalam mempertahankan kesehatan juga mempererat hubungan antar pasangan, keluarga, dan teman sebaya. Penyakit yang biasa terjadi pada keluarga usia pertengahan seperti gastritis, PPOK, arthitis, stroke, hipertensi dan Diabetes Melitus (Friedman, 2017).

Masalah kesehatan yang sering dijumpai dalam masyarakat adalah hipertensi atau biasa disebut penyakit darah tinggi, masalah kesehatan ini rata – rata menyerang masyarakat yang berusia 45 tahun ke atas dimana usia ini berada pada tahap keluarga di usia pertengahan. Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah diatas normal yang bisa mengakibatkan naiknya angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) (Sumartini, Zulkifli, dan Adhitya, 2019).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menderita hipertensi. Dengan jumlah penderita yang terus meningkat, diperkirakan tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun, dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara yang 1/3 populasinya menderita hipertensi (WHO, 2017). Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥18 tahun mengalami peningkatan pada tahun 2013 prevelensi hipertensi 25,8%, kemudian pada tahun 2018 mengalami peningkatan dengan prevalensi 34.1% . Prevelansi hipertensi dengan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥18 tahun menurut karakteristik, laki-laki 31,3% sedangkan perempuan 36,9% kemudian untuk di pedesaan 33.7% sedangkan di perkotaan lebih tinggi yaitu 34.4% (Riskesdas, 2018).

Prevalensi di Jawa Tengah jumlah penduduk berisiko Hipertensi pada tahun 2016 tercatat sebanyak 5.292.052 atau 20,16%. Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 611.358 orang atau 11,55% dinyatakan hipertensi/tekanan darah tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, persentase hipertensi pada kelompok perempuan sebesar 11,85% lebih tinggi dibanding kelompok laki-laki yaitu 11,16% (Dinkes, 2016). Hipertensi banyak terjadi pada usia 35-44 tahun (6,3%), 45-54 tahun (11,9%), dan 55-64 tahun (17,2%) (Kemenkes, 2017).

Penanganan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologi dan nonfarmakologi. Penanganan secara farmakologi menggunakan obat antihipertensi dalam kerjanya mempengaruhi tekanan darah, obat yang digunakan untuk mengontrol

hipertensi seperti ACE inhibitor, *Beta-bloker*, *Calcium Chanel Bloker*, *Direct renin inhibitor*, *Dieuretuk*, *Vasolidator* (Triyanto, 2014). Untuk penanganan nonfarmakologi dapat dilakukan terapi relaksasi kepada penderita hipertensi yang bertujuan membuat pembuluh darah menjadi relaks sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah turun atau kembali normal. Terapi relaksasi bisa dilakukan dengan beberapa cara seperti terapi musik klasik, yoga, teknik nafas dalam, dan terapi masase (Suarni, 2019).

Sejumlah studi menunjukkan bahwa terapi masase/pijat yang dilakukan secara teratur dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar hormone stress cortisol, menurunkan kecemasan sehingga tekanan darah akan turun dan fungsi tubuh semakin membaik (Arman, Rahayuningrum, dan Yanti 2019). Massase refleksi adalah pijat dengan melakukan penekanan pada titik syaraf di kaki, tangan atau bagian tubuh lainnya untuknmemberikan rangsangan bio-elektrik pada organ tubuh tertentu yang dapat memberikan perasaan rileks dan segar karena aliran darah dalam tubuh menjadi lebih lancar (Trionggo, 2013).

Masase punggung dapat melancarkan sirkulasi aliran darah, serta melemaskan ketegangan otot. Beberapa penelitian membuktikan bahwa metode ini dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi berat maupun sedang (Ardiansyah, 2020). Penelitian terapi masase punggung pada penderita hipertensi menemukan bahwa masase/pijat dapat memiliki hasil yang positif menurunkan tekanan darah (Helena, 2015). Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk menulis Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Hipertensi pada Keluarga Tahap Perkembangan Usia Pertengahan".

METODE PENELITAN

Studi kasus ini merupakan studi yang mengeksplorasi asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan usia pertengahan yang mengalami masalah kesehatan hipertensi. Data dikumpulkan dengan metode wawancara, observasi dan dokumentasi.

Subjek pada kasus ini menggunakan satu klien yang berada pada tahap keluarga usia pertengahan yang mengalami masalah keshatan hipertensi. Tempat dan waktu pelaksanaan studi kasus berada di wilayah kerja puskesmas Gondangrejo, Karanganyar dengan pengambilan kasus asuhan keperawatan dimulai dari 20 - 23 Januari 2022 dengan total 4 kali kunjungan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian didapatkan Tipe keluarga Ny. S adalah *nuclear family* yang saat ini berada pada tahap perkembangan usia pertengahan. Klien sering mengeluh sering pusing dan cengeng, klien jarang memeriksakan kesehatan terkait hipertensi. Klien telah menderita hipertensi sejak puluhan tahun. Tugas perkembangan keluarga dalam mempertahankan kesehatan belum terpenuhi, dikarenakan Ny.S mengatakan masih sering merasakan pusing dan cengeng akibat hipertensi dan hanya melakukan istirahat tidur dan membeli obat di apotek untuk menangani hipertensi. Hasil pengukuran tekanan darah 170/70mmHg, nadi 80x/menit, respirasi 20x/menit, dan suhu 36,5^{o}C.

Data subyektif Ny.S dan keluarga mengatakan belum mengerti cara mencegah hipertensi selain istirahat tidur dan minum obat, klien mengeluh sering merasa pusing dan cengeng. Data obyektif tekanan darah 170/70mmHg, nadi 80x/menit, respirasi 20x/menit, dan suhu 36,5^{o}C. Berdasarkan data tersebut didapatkan kesesuaian dengan batasan karakteristik

dari diagnosa defisit pengetahuan (D.0111) dan menjadi diagnosa prioritas dengan skoring 4⅔.

Sifat masalah : Aktual dengan skoring 1, kemungkinan masalah dapat diubah : mudah dengan skoring 2, kemungkinan masalah dapat dicegah : cukup dengan skoring 2/3, dan menonjolnya masalah : maslah dirasa dan harus segera ditangani dengan skoring 1.

Berdasarkan fokus diagnosa keperawatn defisit pengetahuan yang akan dibahas maka penulisa menyusun intervensi keperawatan berupa bimbingan sistem kesehatan, edukasi perilaku upaya kesehatan, edukasi program pengobatan berupa terapi nonfarmakologi *back masasse.*

Berdasarkan intervensi yang telah direncanakan, maka oada tanggal 20 Januari 2022 dalam kunjungan ini penulis memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan, dan membina hubungan saling percaya dengan klien dan keluarga klien, mendapat respon subjektif dari keluarga mau menerima dengan senang hati. Melakukan pengukuran tekanan darah kepada klien dengan hasil 170/70mmHg.

Kemudian di 3 kali kunjungan berikutnya pada tanggal 21-23 Januari 2022 sekitar pukul 12.20 WIB melakukan monitor tekanan darah sebelum terapi back masasse, setelah itu memberikan klien terapi back masasse selama 10-15menit, dan memonitor ulang tekanan darah setelah dilakukannya terapi. Selain itu, penulis melakukan edukasi mengenai hipertensi, tanda gejala hipertensi, penanganan hipertensi, dan makanan yang harus dihindari juga penerapan diet rendah garam bagi penderita hipertensi kepada klien dan keluarga klien.

Tekanan darah klien mengalami penurunan saat setelah dilakukannya terapi *back masasse* dari awal kunjungan tekanan darah 170/70mmHg menjadi 140/80mmHg pada kunjungan keempat.Terapi yang diajarkan memberikan rasa rileks pada otot dan melancarkan peredaran darah pada penderita hipertensi sehingga dapat menurunkan tekaan darah dan mengurangi rasa cengeng pada klien.

Evaluasi hasil penulisan sesuaai dengan teori yang ada yaitu menggunakan evaluasi sumatif yang disusun menggunakan S.O.A.P (Subyektif, Obyektif, Assesment, Planning). Berdasarkan hasil studi kasus mengenai defisit pengetahuan klien menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan penurunan tekanan darah pada klien. S : *Subyektif:* klien mengatakan sudah mengerti cara untuk menurunkan tekanan darah dengan terapi *back masasse*, Klien mengatakan sudah paham manfaat dari tindakan *back masasse*. *Obyektif*: Klien tampak kooperatif mengenai penjelasan terapi *back masasse.* Tekanan darah pada pemeriksaan akhir Tekanan darah : 140/80mmHg, nadi : 88x/menit, respirasi : 20x/menit, suhu : 36,5^0 C. Analisa: keluarga dan klien mampu melaksanakan 5 fungsi keperawatan keluarga yaitu sudah mengetahui pengertian hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, cara mengendalikan hipertensi, keluarga paham setelah diberikan edukasi mengenai tindakan *back masasse* dan mampu mengurangi makanan mengandung garam, keluarga mampu melakukan tindakan yang dapat menurunkan tekanan darah dengan mengajarkan terapi *back masasse* , setelah keluarga diberikan edukasi keluarga mampu mengontrol tekanan darah klien dengan melakukan pemeriksaan rutin tekanan darah ke pelayanan kesehatan terdekat dan melakukan terapi *back masasse*, keluarga dapat berperan dalam mengambil keputusan dan merawat serta mengontrol kesehatan anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

Planning: intervensi dipertahankan, keluarga dapat memodifikasi lingkungan dengan melakukan diet rendah garam, keluarga mampu mengendalikan hipertensi menggunakan terapi *back masasse*, keluarga mampu memanfaatkan fasilitas kesehatan dalam memeriksakan kesehatan dan mengontrol hipertensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pengelolaan pada klien hipertensi dalam keperawatan keluarga pada tahap perkembangan keluarga usia pertengahan dengan defisit pengetahuan yang dilakukan tindakan keoerawatan terapi nonfarmakologi *back masasse* selama 3 hari dengan 10-15menit perlakuan setiap terapi didapatkan hasil terjadi penurunan tekanan daraha dari 170/70mmHg menjadi 140/80mmHg.

Saran

Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan referensi dan informasi untuk meningkatkan pengetahuan pada keperawatan keluarga tahap usia pertengahan yang mengalami hipertensi untuk mengambil langkah dalam upaya peningkatan mutu pelayanan kesehatan pada klien.

Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan dapat meningkatkan kualitas dalam asuhan keperawatan keluarga pada tahap perkembangan usia pertengahan yang mengalami hipertensi.

Bagi Keluarga

Diharapkan dapat memberikan pengetahuan, wawasan dan penatalaksanaan pada tahap keluarga usia pertengahan yang mengalami hipertensi dengan melakukan penatalaksanaan khususnya terapi *back masasse*.

DAFTAR PUSTAKA

Ardiansyah. (2020). Pengaruh Pijat Punggung Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 4. (2): 101-105.

Bakri, M. H. (2020). *Asuhan Keperawatan Keluarga.* Yogyakarta: Pustaka Baru.

Friedman. 2012. *Keperawatan Keluarga.* Yogyakarta: Gosyen Publishing.

Harmoko. (2013). *Asuhan Keperawatan Keluarga.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Helena, M., Cachoni, L. F., Costa-, J.R., Nascimento, P., & Abreu, L. C. De.(2015). Effect of a single-session massage for sedentary older women with prehypertension: a pilot study. IMedPub Journals International, Vol. 8 No.(ISSN: 1755-7682 2015), 1-5.https://doi.org/10.3823/1757.

Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riskesdas. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. KEMENKES RI.

Suarni, L. (2019). HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TERJADINYA HIPERTENSI PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT PTPN 11 BANGKATAN BINJAI TAHUN 2017. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam 1/BB Medan.* https://doi.org/10.34008/jurhesti.v2i2.74

Sumartini, N. P., Zulkifli, Z., & Adhitya, M, M. A. P. (2019). Pengaruh Senam Hipertensi Lansia Terhadap Tekanan Darah LansiaDengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cakranegara Kelurahan Turida Tahun 2019. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, *1*(2), 47.

https://doi.org?10.32807?jkt.vli2.37

Trionggo, Ira & A. Ghofar. 2013. *Panduan Sehat Sembuhan Penyakit Dengan Pijat&Herbal.Yogyakarta: Inoliterasi*.

Triyanto. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu.* Graha Ilmu.