

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lanjut usia (*lansia*) adalah seseorang yang telah berusia 60 tahun atau lebih (UU nomor 13 tahun 1998 Pasal 2 Ayat 1) dan merupakan tahap akhir dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai oleh penurunan kemampuan fisik, psikologis, dan sosial. Perubahan ini bersifat alami dan saling berkaitan, serta berdampak signifikan terhadap kondisi kesehatan individu lansia (Cabrera A.J., 2015 dalam Santoso, 2019).

Populasi lansia di Indonesia terus meningkat seiring naiknya harapan hidup dan turunnya angka kelahiran. Sejak 2021, Indonesia memasuki fase *ageing population* karena proporsi lansia telah melebihi 10% dari total penduduk. Menurut BPS, pada 2024 jumlah lansia mencapai 12% atau sekitar 29 juta jiwa. Kondisi ini menunjukkan pentingnya kesiapan layanan kesehatan dan sosial, mengingat rasio ketergantungan lansia juga meningkat setiap 100 penduduk usia produktif menanggung sekitar 17 lansia (Kemenkes RI, 2024). Seiring bertambahnya usia, terjadi penurunan fungsi fisiologis yang meningkatkan risiko munculnya berbagai penyakit degenerative salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang banyak diderita oleh lansia. (Suhadi dalam Murwani dkk., 2022).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia 18 tahun ke atas di Indonesia mencapai 34,1%. Angka ini terus meningkat seiring bertambahnya usia, dengan prevalensi tertinggi sebesar 55,2% pada kelompok usia 55–64 tahun. Bahkan, pada kelompok lansia, prevalensinya mencapai 60,3%, menjadikannya kelompok paling rentan terhadap penyakit hipertensi (Kemenkes RI, 2017). Pada tahun yang sama, diperkirakan jumlah penderita hipertensi di Indonesia mencapai 63.309.620 orang, dengan angka

kematian akibat hipertensi mencapai 447.218 jiwa. Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi bukan hanya masalah medis, tetapi juga tantangan serius dalam pelayanan kesehatan masyarakat (Riskesdas, 2018a).

Dalam praktik keperawatan, masalah hipertensi telah diformulasikan secara sistematis dalam *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) 2023* sebagai bagian dari paket 3S (SDKI–SLKI–SIKI) yang ditetapkan oleh PPNI. Beberapa diagnosis keperawatan yang umum ditegakkan pada pasien hipertensi antara lain perfusi perifer tidak efektif, risiko penurunan perfusi jaringan/kardiak, nyeri akut seperti sakit kepala akibat tekanan darah tinggi, intoleransi aktivitas, defisit pengetahuan terkait penyakit dan pengobatan, serta risiko cedera. Diagnosis ini berfungsi sebagai landasan bagi perawat dalam menentukan luaran (*SLKI*) dan intervensi (*SIKI*) yang tepat, sehingga asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dapat lebih terarah, terukur, dan sesuai standar. (PPNI, 2023).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah salah satu penyakit kronis yang paling umum dialami oleh lansia. Penyakit ini ditandai dengan peningkatan tekanan darah pada dinding arteri yang menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Tekanan yang terus-menerus meningkat dapat merusak pembuluh darah dan mengganggu aliran darah, yang pada akhirnya berisiko menimbulkan berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal (Sari, 2017). Pencegahan komplikasi penyakit hipertensi harus dilakukan secara komprehensif melalui pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Peran kuratif yang dapat dilakukan oleh perawat secara nonfarmakologis adalah dengan memberikan tindakan relaksasi, salah satunya melalui pijat kaki. Teknik pijat kaki ini terbukti efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kenyamanan pasien (Febriyanto et al., 2019; Fandizal, Astuti, & Sani, 2020).

Dalam praktik keperawatan, perawat memegang peranan penting sebagai pemberi asuhan yang holistik, terutama pada pasien lanjut usia dengan hipertensi dan keluhan nyeri akut. Proses asuhan keperawatan mencakup lima tahap utama: pengkajian, penetapan diagnosis keperawatan, perencanaan, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi. Pengkajian dilakukan untuk mengidentifikasi tanda dan gejala, riwayat kesehatan, tingkat nyeri, serta kondisi psikososial pasien. Diagnosis keperawatan yang sering muncul pada pasien lansia dengan hipertensi dan keluhan nyeri akut antara lain: Nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisik (tekanan darah tinggi atau gangguan sirkulasi) ditandai dengan verbal pasien mengenai nyeri, gelisah, dan respon autonomik seperti tekanan darah meningkat. Diagnosis lain yang mungkin adalah risiko perfusi jaringan tidak efektif, ketidakefektifan manajemen kesehatan, atau kecemasan (Doenges, M. & Murr, A. C .2019).

Setelah diagnosis ditegakkan, perawat merancang intervensi yang sesuai. Salah satu intervensi terapi nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah terapi pijat refleksi kaki yang bertujuan untuk merangsang sistem saraf parasimpatis, memperlancar aliran darah, menurunkan tekanan darah, serta mengurangi keluhan nyeri. Tindakan ini tidak hanya memberikan efek fisiologis, tetapi juga memberikan ketenangan psikologis bagi pasien (Hidayati, S., & Nurjanah, 2022).

Terapi pijat refleksi kaki merupakan metode pemijatan pada titik-titik refleksi di kaki yang dilakukan dengan usapan pelan dan teratur untuk meningkatkan relaksasi. Teknik dasar yang digunakan meliputi massage, penekanan dengan ibu jari, gerakan memutar pada satu titik, serta pemberian tekanan yang ditahan beberapa saat. Penekanan dan pemijatan tersebut mampu menimbulkan gelombang relaksasi yang menyebar ke seluruh tubuh (Aditya & Khoiriyah, 2021).

Terapi pijat mampu memberikan efek relaksasi yang dapat melancarkan aliran darah serta cairan tubuh melalui stimulasi titik-titik saraf pada kaki. Hal ini membantu tubuh mencapai kondisi normal, yaitu tercapainya keseimbangan aliran energi, sehingga fungsi tubuh dan tekanan darah dapat kembali berada pada ambang normal. Prinsip utama pijat pada penderita hipertensi adalah melancarkan jalur energi dan mengurangi hambatan akibat ketegangan otot, sehingga dapat meminimalkan risiko hipertensi maupun komplikasinya (Umamah & Paraswati, 2019).

Pentingnya patuh dalam mengontrol tekanan darah secara rutin maupun melakukan terapi non farmakologi seperti pijat kaki merupakan syarat penting dalam keberhasilan menjaga kestabilan tekanan darah pada lansia. Melalui intervensi yang tepat dan berbasis bukti, perawat berperan aktif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien, mencegah komplikasi lebih lanjut, serta mendukung pasien dalam mengelola penyakit hipertensi nya secara mandiri dan berkelanjutan (Kemenkes RI , 2021).

Berdasarkan teori dan penelitian yang telah dilakukan, terapi pijat kaki diketahui memberikan manfaat dalam mengurangi nyeri akut pada lansia. Intervensi pijat kaki juga baik untuk diajarkan kepada lansia agar dapat dilakukan secara mandiri, sehingga efektivitasnya dapat dipertahankan dalam jangka panjang. Keuntungan dari intervensi ini adalah mudah dipelajari, tidak memerlukan alat khusus, relatif aman dilakukan tanpa pengawasan ketat tenaga kesehatan, serta dapat diterapkan kapan saja sesuai kebutuhan. Selain memberikan manfaat fisiologis, penerapan pijat kaki sebagai bagian dari edukasi keperawatan memiliki peran penting dalam meningkatkan kemandirian lansia, memperkuat keterlibatan mereka dalam upaya pengelolaan kesehatan, serta mendukung keberhasilan jangka panjang dalam mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi hipertensi.

Namun, hingga saat ini terapi tersebut belum banyak diterapkan secara khusus pada lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur. Hal ini mendorong penulis untuk tertarik mengangkat topik tersebut dalam bentuk karya ilmiah dengan judul: *“Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Nyeri Kronis melalui Pemberian Terapi Pijat Kaki di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur.”*

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Karya Imiah Akhir Ners ini bertujuan sebagai bentuk laporan berupa informasi penerapan asuhan keperawatan pada lansia dengan nyeri kronis melalui pemberian terapi pijat refleksi kaki di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur.

2. Tujuan Khusus

- a. Teridentifikasinya hasil pengkajian keperawatan dan analisis data pengkajian pada lansia dengan nyeri kronis di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur.
- b. Teridentifikasinya diagnosis keperawatan pada lansia dengan nyeri kronis di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur.
- c. Tersusunnya rencana keperawatan pada lansia dengan nyeri kronis di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur.
- d. Terlaksanakannya intervensi utama dalam mengatasi lansia dengan nyeri kronis melalui terapi pijat refleksi kaki di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur.
- e. Teridentifikasi hasil evaluasi keperawatan pada lansia dengan nyeri kronis melalui terapi pijat refleksi kaki di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur.
- f. Teridentifikasinya faktor-faktor pendukung dan penghambat serta

solusi alternatif dalam pelaksanaan asuhan keperawatan pada lansia dengan nyeri kronis melalui pemberian terapi pijat refleksi kaki di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur.

C. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Bagi Mahasiswa

Dengan pemberian asuhan keperawatan ini, mahasiswa memperoleh landasan yang kuat dalam pengembangan pengetahuan dan pengalaman di bidang kesehatan, khususnya terkait asuhan keperawatan pada lansia dengan nyeri akut di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur. Selain itu, mahasiswa juga mendapatkan pengalaman langsung sekaligus meningkatkan kemampuan berpikir kritis dalam menerapkan asuhan keperawatan pada lansia dengan nyeri kronis melalui intervensi pijat kaki.

2. Manfaat Bagi Lahan Praktik

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan program kesehatan bagi lansia di Panti Tresna Werdha Budi Mulia 1 Jakarta Timur, khususnya sebagai upaya penatalaksanaan nyeri kronis melalui penerapan terapi pijat refleksi kaki.

3. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Karya Ilmiah Akhir Ners dapat menjadi informasi bagi lembaga pendidikan untuk mengembangkan, meningkatkan mutu pendidikan, mengevaluasi materi untuk memahami sejauh mana mahasiswa mampu melakukan perawatan gerontik, tambahan wacana atau masukan dalam proses pengajaran tentang pemberian pelayanan gerontik dengan asuhan keperawatan pada pasien lansia dengan nyeri kronis melalui intervensi terapi pijat refleksi kaki.

4. Manfaat Bagi Profesi Keperawatan

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam praktik asuhan keperawatan pada pasien lansia yang mengalami nyeri kronis melalui intervensi terapi pijat refleksi kaki.