

Penerapan intervensi keperawatan liga tensi untuk menurunkan tekanan darah dan stres pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Curug, Kecamatan Cimanggis, Kota Depok = Application of the nursing intervention liga tensi to reduce blood pressure and stress of older people with hypertension in Curug Village, Cimanggis District, Depok City

Sutrisno, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20522639&lokasi=lokal>

Abstrak

Hipertensi merupakan masalah kesehatan utama bagi lansia baik secara nasional maupun global. Dampak dari hipertensi penyumbang peringkat pertama terbesar kerugian kesehatan. Hal ini perlunya menjadi perhatian, sehingga dikembangkan Inovasi Liga Tensi untuk mengontrol tekanan darah dan stres lansia di Kelurahan Curug, Kota Depok. Tujuan inovasi ini yaitu memberi gambaran tentang pengaruh Intervensi Keperawatan Liga Tensi terhadap penurunan tekanan darah dan stres pada lansia. Metode yang digunakan adalah studi kasus keluarga dan agregat dengan pendekatan asuhan keperawatan keluarga dengan melibatkan 10 keluarga dan 38 lansia yang ada di Kelurahan Curug menggunakan convenience sampling. isometric handgrip exercise (latihan IHG) dan latihan autogenik, terdiri atas 6 sesi selama 12 kali pertemuan. Data sebelum dan setelah intervensi diukur menggunakan sphygmomanometer digital, instrumen perilaku (pengetahuan sikap dan keterampilan) keluarga dan lansia dalam mengelola hipertensi dimodifikasi oleh penulis, pengukuran nilai stres menggunakan DASS 21 dan pengukuran tingkat kemandirian keluarga. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, sikap, keterampilan lansia ($p < 0,05$) dan penurunan nilai stres secara bermakna ($p < 0,05$), penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik ($p < 0,05$) serta peningkatan kemandirian keluarga. Simpulan terjadi penurunan tekanan darah, penurunan stres dan peningkatan perilaku serta tingkat kemandirian keluarga setelah implementasi Liga Tensi. Diharapkan hasil studi ini dapat diaplikasikan oleh perawat dalam penatalaksanaan dan pengendalian hipertensi lansia di komunitas.

.....Hypertension is a major health problem for the older people, both nationally and globally. The impact of hypertension is the first largest contributor to health losses. This needs to be a concern, so that the Tension League Innovation was developed to control blood pressure and stress in the older people in Curug Village, Depok City. The purpose of this innovation is to provide an overview of the effect of the Nursing Intervention Liga Tensi on reducing blood pressure and stress in the older people. The method used is a family case study and aggregated with a family care approach involving 10 families and 38 older people in Curug Village using convenience sampling. The Liga Tensi innovation is an integration of Isometric Handgrip Exercise and Autogenic Training, consisting of 6 sessions for 12 meetings. Data before and after the intervention were measured using a digital sphygmomanometer and an instruments for measuring behaviours (knowledge, attitudes and skills) of families and the older people in managing hypertension were modified by the author, an instrument for measuring stress values using DASS 21 and measuring family independence. The results showed an increase in knowledge, attitudes, skills of the older people ($p < 0.05$) and a significant decrease in stress values ($p < 0.05$), a decrease in systolic and diastolic blood pressure ($p < 0.05$) and an increase in family independence. The conclusion is that there is a decrease in blood pressure, a decrease in stress and an increase in behaviour and family independence after the implementation

of the Liga Tensi. It is hoped that the results of this study can be applied by nurses in the treatment and control of hypertension in the older people in the community.