

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORITIS**

#### **2.1 Konsep Dasar Lansia**

##### **2.1.1 Definisi Lansia**

Usia lanjut merupakan tahap akhir dari fase kehidupan. Usia lanjut artinya bahwa seseorang akan mengalami kehidupan selanjutnya setelah dinyatakan usianya layak untuk pensiun. Semakin bertambah usia semakin banyak masalah kesehatan dan faktor risiko terhadap kejadian penyakit pun meningkat. Kondisi ini disebabkan karena sel-sel tubuh mengalami kemunduran sehingga mekanisme kerja sel tidak optimal serta daya tahan tubuh yang menurun (Puspitasari, Afiyanti, dan Farida 2021) .

Lansia atau lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas. Lansia lebih memiliki risiko atau memungkinkan untuk mengalami berbagai penyakit khususnya penyakit degeneratif jika dibandingkan dengan usia muda. Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronik menahun yang banyak mempengaruhi kualitas hidup serta produktivitas seseorang (Ariyanti, Preharsini, dan Sipolio 2020).

##### **2.1.2 Karakteristik Lansia Dan Proses Penuaan (*Aging Proses*)**

###### **1. Karakteristik lansia**

Lansia menurut *World Health Organisation* (WHO) adalah seseorang telah memasuki usia 60 tahun ke atas, dan akan mengalami perubahan struktur otak pada lansia, menyebabkan kemunduran terhadap kualitas hidup yang dapat berimplikasi terhadap kemandirian dalam beraktivitas sehari-hari (*Activity Daily Living/ADL*) (Siregar 2023) .

###### **2. Klasifikasi lansia**

Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO), ada empat tahapan klasifikasi lansia yaitu:

1. Usia Pertengahan (*middle age*) usia 45-59 tahun.
2. Lanjut Usia (*elderly*) usia 60 – 74 tahun.

3. Lanjut usia tua (*old*) usia 75-90 tahun.

4. Usia sangat tua (*very old*) usia >90 tahun.

Lanjut usia dikelompokkan menjadi usia lanjut (60 – 69 tahun) dan usia lanjut dengan resiko lebih tinggi (lebih dari 70 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan) (Depkes RI 2019) .

3. Proses penuaan yang terjadi pada lansia secara perlahan mengakibatkan kemunduran struktur dan fungsi organ, baik aspek fisik, psikis, mental dan sosial, lansia rentan terhadap berbagai penyakit seseorang mengalami sejumlah perubahan yang cenderung membatasi kemampuan atau kapasitas mereka di bidang fisik, kognitif, dan psikososial. Menua atau menjadi tua adalah suatu fase menghilangnya kemampuan jaringan secara perlahan untuk dapat memperbaiki, mengganti, dan atau mempertahankan fungsi normalnya. Fungsi fisik, seperti penurunan kepekaan panca indera, penurunan kepekaan terhadap penyakit, dan penurunan fungsi otak, akan membatasi kemampuan kognitif dan daya ingat (Gultom, Ginting, and Silalahi 2016) .

## 2.2 Hipertensi

### 2.2.1 Definisi

Hipertensi yaitu dimana kondisi tekanan darah seseorang menunjukkan nilai yang lebih tinggi dari batasan normal pada biasanya, dengan besar nilai sistolik  $\geq 140$  mmHg dan besar nilai diastolik  $\geq 90$  mmHg (Rahman et al. 2023) .

### 2.2.2 Etiologi

Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dapat digolongkan menjadi 2 yaitu:

#### a) Hipertensi essensial atau primer

Penyebab pasti dari hipertensi essensial sampai saat ini masih belum dapat diketahui. Namun, berbagai faktor diduga turut berperan sebagai penyebab hipertensi primer, seperti bertambahnya umur, stress psikologis, dan hereditas (keturunan). Kurang lebih 90%

penderita hipertensi tergolong hipertensi primer, sedangkan 10% nya tergolong hipertensi sekunder.

b) Hipertensi sekunder

Hipertensi sekunder adalah hipertensi yang penyebabnya dapat diketahui, antara lain kelainan pembuluh darah ginjal, gangguan kelenjar tiroid (hipertiroid), penyakit kelenjar adrenal (*hiperaldosteronisme*), dan lain lain. Karena golongan terbesar dari penderita hipertensi adalah hipertensi essensial, maka penyelidikan dan pengobatan lebih banyak ditujukan ke penderita hipertensi essensial.

c) Beberapa penyebab terjadinya hipertensi sekunder:

- 1) Penyakit ginjal
- 2) *Stenosis arteri renalis*
- 3) *Pielonefritis*
- 4) *Glomerulonefritis*
- 5) Tumor-tumor ginjal
- 6) Penyakit ginjal polikista (biasanya diturunkan)
- 7) Trauma pada ginjal (luka yang mengenai ginjal)
- 8) Terapi penyinaran yang mengenai ginjal
- 9) Kelainan hormonal
- 10) *Hiperaldosteronisme*
- 11) Sindroma cushing
- 12) *Feokromositoma*
- 13) Obat-obatan
- 14) Pil KB
- 15) Kortikosteroid
- 16) Siklosporin.

### 2.2.3 Klasifikasi

Menurut ESC tahun 2018 Hipertensi dapat dibedakan menjadi 5 Kategori:

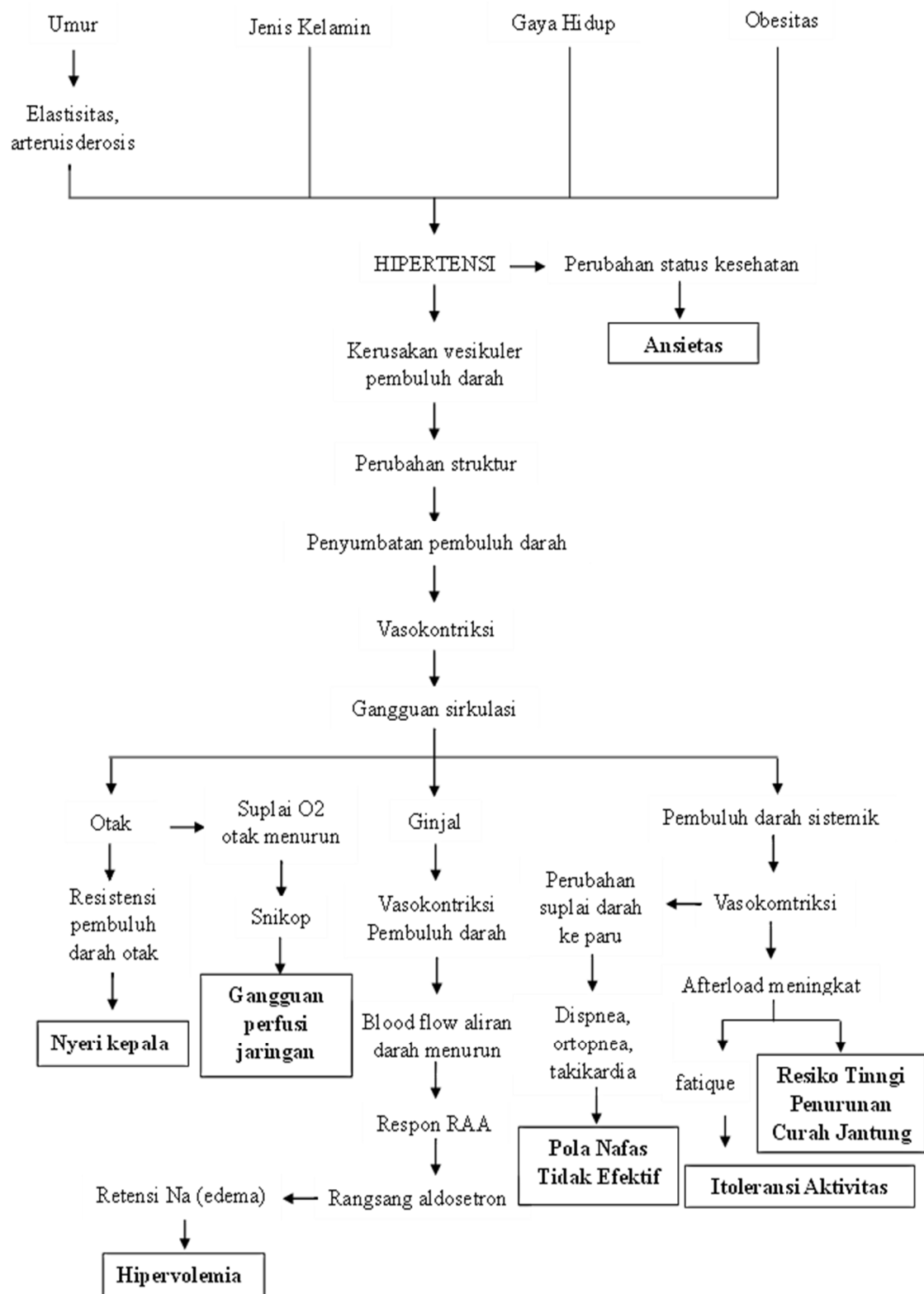
1. Tekanan darah Normal, dimana tekanan darah sistolik/diastolik <120/<80 mmHg.

2. Prehipertensi tekanan darah sistolik/diastolik 120-139/80-89 mmHg.
3. Hipertensi stadium I tekanan darah sistolik/diastolik (140-159/90-99) mmHg.
4. Hipertensi stadium II tekanan darah sistolik/diastolik ( $>160/100-109$ ) mmHg.
5. Hipertensi stadium III tekanan darah sistolik/diastolik ( $>180/>110$ ) mmHg (Octaviane et al. 2022) .

#### **2.2.4 Faktor yang mempengaruhi**

Hipertensi mempunyai beberapa faktor risiko yang dapat mempengaruhi kejadian hipertensi, antara lain usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik (perubahan/faktor risiko yang tidak terkendali), kebiasaan merokok, asupan garam, konsumsi lemak jenuh, penggunaan minyak jelantah, dan gaya hidup seperti minum-minuman keras, Obesitas, Kurang Olahraga (aktivitas fisik), Stres, Penggunaan Estrogen (Melda Azizah, Siska Dhewi, dan Ahmad Zacky Anwary 2023) .

### 2.2.5 Pathways



Gambar 1 Pathway Hipertensi

### 2.2.6 Patofisiologi

Tubuh memiliki metode pengendalian tekanan darah. Pertama yaitu tekanan di berbagai orang yang dapat mendeteksi perubahan kekuatan maupun kecepatan kontraksi jantung, serta resistensi total terhadap tekanan tersebut. Kedua yaitu ginjal yang bertanggung jawab atas penyesuaian tekanan darah dalam jangka panjang melalui sistem renin-angiotensin yang melibatkan banyak senyawa kimia. Kemudian sebagai respons terhadap tingginya kadar kalium atau angiotensin, steroid aldosteron dilepaskan dari kelenjar adrenal, yang salah satunya berada di setiap puncak ginjal, dan meningkatkan retensi (penahanan) natrium di dalam tubuh (Madyasari 2015) .

Darah yang mengalir ditentukan oleh volume darah yang dipompakan oleh ventrikel kiri setiap kontraksi dan kecepatan denyut jantung. Tahanan vaskuler perifer berkaitan dengan besarnya lumen pembuluh darah perifer. Makin sempit pembuluh darah, makin tinggi tahanan terhadap aliran darah, makin besar dilatasinya makin tinggi kurang tahanan terhadap aliran darah. Jadi, semakin menyempit pembuluh darah, semakin meningkat tekanan darah. Dilatasi dan kontraksi pembuluh-pembuluh darah dikendalikan oleh sistem saraf simpatis dan sistem renin-angiotensin. Apabila sistem saraf simpatis dirangsang, ketekolamin, seperti epinefrin dan norepineprin akan dikeluarkan, kedua zat kimia ini menyebabkan kontraksi pembuluh darah, meningkatnya curah jantung dan kekuatan kontraksi ventrikel. Sama halnya pada sistem renin-angiotensin, yang apabila distimulasi juga menyebabkan vasokonstriksi pada pembuluh-pembuluh darah (Madyasari 2015) .

Tubuh memiliki sistem yang berfungsi mencegah perubahan tekanan darah secara akut yang disebabkan oleh gangguan sirkulasi dan mempertahankan stabilitas tekanan darah dalam jangka panjang. Sistem pengendalian tekanan darah sangat kompleks, pengendalian dimulai dari enam sistem reaksi cepat seperti refleksi kardiovaskuler melalui sistem saraf, reflex kemoreseptor, respons iskemia, susunan saraf pusat yang

berasal dari atrium, dan arteri pulmonalis otot polos, sedangkan sistem pengendalian reaksi lambat melalui perpindahan cairan antara sirkulasi kapiler dan rongga interstitial yang dikontrol oleh hormon angiotensin dan vasopressin.

Kemudian dilanjutkan sistem poten dan berlangsung dalam jangka panjang yang pertahankan oleh sistem pengaturan jumlah cairan tubuh yang melibatkan berbagai organ. Jantung secara terus-menerus bekerja memompakan darah ke seluruh organ tubuh. Namun, akan meningkat begitu ada hambatan, itulah yang menyebabkan tekanan darah meningkat. Semakin besarnya hambatan, tekanan darah akan semakin tinggi (Madyasari 2015) .

### **2.2.7 Komplikasi**

Hipertensi merupakan salah satu faktor penyebab mortalitas di seluruh dunia. Komplikasi yang dapat terjadi pada penderita hipertensi yaitu:

a) Stroke

Stroke dapat terjadi karena adanya tekanan darah tinggi di otak akibat dari embolus yang terlepas dari pembuluh non otak.

b) Infark miokard

Infark miokard dapat terjadi jika arteri koroner yang aterosklerosis tidak dapat menyuplai cukup oksigen ke miokardium atau bila terbentuk thrombus menghambat aliran darah melalui pembuluh darah.

c) Gagal ginjal

Gagal ginjal dapat terjadi akibat kerusakan progresif karena tekanan darah tinggi pada kapiler-kapiler ginjal dan glomerulus. Rusaknya glomerulus akan mengakibatkan darah mengalir ke unit fungsional pada ginjal, sehingga nefron menjadi terganggu dan berdampak menjadi hipoksia dan kematian.

d) Gagal jantung

Gagal jantung dapat terjadi akibat ketidakmampuan jantung dalam memompa darah untuk kembali ke jantung dengan cepat sehingga

mengakibatkan cairan menjadi terkumpul di paru, kaki, dan jaringan lain atau disebut juga dengan edema. Cairan yang ada didalam paru-paru akan mengakibatkan sesak nafas, dan cairan di tungkai menyebabkan edema pada kaki atau kaki bengkak.

e) Retinopati hipertensi

Retinopati hipertensi terjadi dengan ditandai adanya kelainan pada vaskuler retina pada penderita hipertensi. Penyempitan arteriolar secara general dan fokal, perlengketan atau niking arteriovenosa, perdarahan retina, edema papilla (Madyasari 2015).

## 2.3 Ansietas

### 2.3.1 Definisi

Ansietas adalah kekhawatiran yang tidak jelas, menyebar, berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik (Rahman et al. 2023).

Ansietas adalah perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan menghadapi ancaman (Lidiana, Hartutik, dan Mustikasari 2022). Secara fisiologis lansia yang mengalami kecemasan akan merasakan, jantungnya berdebar lebih cepat, sesak nafas, penurunan nafsu makan, dan pusing. Berdasarkan respon perilaku lansia akan tampak gelisah, sering mondar-mandir, menghindar, dan bahkan menarik diri dari hubungan interpersonal (Kulsum 2022) .

Lansia berusia 60 tahun keatas memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi, dengan tekanan darah sering kali mencapai atau melebihi 140/90 mmHg. Hal ini terjadi akibat proses degeneratif yang menyebabkan penurunan elastisitas pembuluh darah, sehingga arteri menjadi kaku dan menyempit. Kondisi ini memaksa darah mengalir melalui jalur yang lebih sempit, meningkatkan tekanan darah pada setiap denyut jantung. Hipertensi pada lansia juga dapat memicu stress dan kecemasan karena adanya kekhawatiran terhadap komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit kardiovaskular lainnya

Mekanisme terjadinya kecemasan dengan hipertensi sangat kompleks. Secara umum, peningkatan kecemasan pada tekanan darah, karena terjadinya resisten pada sistem vascular, aktifitas simpatik, aktifitas plasma renin, model hemostatis, dan gula dalam darah. Kecemasan terjadi pada saat meningkatnya tekanan darah berada pada waktu yang pendek dan merupakan suatu efek dari jenis tertentu dan merupakan sebuah contoh gejala yang khas. (Ilma Hidayati et al. 2025).

Kecemasan dapat menyebabkan hipertensi melalui aktivasi sistem saraf simpatis yang berakibat pada naiknya tekanan darah secara intermiten (tidak menentu). Ketika individu berada dalam kondisi stres, maka hormon adrenal akan dilepaskan kemudian akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri (*vasokonstriktis*) dan akan berdampak pada peningkatan denyut jantung. Apabila stres berlanjut, tekanan darah akan tetap tinggi, sehingga orang tersebut akan mengalami hipertensi. Semakin besar kondisi stres yang dialami penderita hipertensi akan berdampak pada peningkatan tekanan darah yang cenderung menetap atau bertambah tinggi sehingga menyebabkan kondisi. Semakin berat kondisi seseorang maka akan semakin tinggi tekanan darahnya (Ilma Hidayati et al. 2025) .

### **2.3.2 Tingkat Ansietas**

1. Ansietas ringan: berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan dapat menyebabkan seseorang menjadi waspada.
2. Ansietas sedang: memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. Sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif namun dapat melakukan sesuatu yang lebih terarah.
3. Ansietas berat: memusatkan pada sesuatu yang terlihat dan spesifik dan tidak dapat berfikir tentang hal ini. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Orang tersebut memerlukan banyak pengarahan untuk dapat memusatkan pada suatu area lain.

4. Tingkat panik: berhubungan dengan terperangah, ketakutan dan teror. Rincian terpecah dari proporsinya, karena mengalami kehilangan kendali.

### **2.3.3 Alat ukur geriatric *anxiety scale***

Geriatric *Anxiety Scale* (GAS) adalah alat ukur laporan diri (self-report) yang terdiri dari 30 item yang dirancang khusus untuk menilai dan mengukur gejala kecemasan pada orang dewasa yang lebih tua (lansia). Skala ini dikembangkan untuk mengatasi keterbatasan skala kecemasan yang dibuat untuk populasi yang lebih muda ketika digunakan pada lansia, terutama dengan meminimalkan penekanan pada gejala somatik yang mungkin tumpang tindih dengan masalah kesehatan fisik yang umum pada kelompok usia (Mueller et al. 2015).

Menurut penelitian Adela Miqia wati menggunakan metode gas (geriatric anxiety scale untuk mengukur tingkat kecemasan pada lansia. Dari 25 item pertanyaan, masing-masing item diberi skor 0-3, yang artinya: 0 = tidak pernah, 1= pernah, 2 = jarang, 3 = sering. Kemudian masing-masing skor tersebut di jumlahkan dan Dari 25 item pertanyaan, yaitu:

1. Nilai 0-18 = level minimal dari kecemasan
2. Nilai 19-37 = kecemasan ringan
3. Nilai 38-55 = kecemasan sedang
4. Nilai 56-75 = kecemasan berat (Beno, Silen, dan Yanti 2022).

## **2.4 Konsep Inhalasi Esensial *Oil Lavender***

### **2.4.1 Definisi Inhalasi Esensial *Oil Lavender***

Aromaterapi lavender adalah suatu cara perawatan tubuh atau penyembuhan penyakit dengan menggunakan minyak esensial. Aromaterapi lavender bekerja dengan mempengaruhi tidak hanya fisik tetapi juga tingkat emosi. Manfaat pemberian aromaterapi lavender bagi seseorang adalah dapat menurunkan kecemasan, nyeri sendi, tekanan darah tinggi, frekuensi jantung, laju metabolik, dan gangguan tidur (insomnia), stress dan meningkatkan produksi hormon melatonin dan serotonin (Rahman et al. 2023).

Minyak atsiri (*Essential oil*) adalah minyak dengan sifat mudah menguap yang berasal tumbuh-tumbuhan, sifat fisiknya pada suhu kamar berwujud cair dan mudah menguap. Banyak tumbuhan memberikan aroma yang khas, dan minyak ini juga disebut sebagai Minyak eterik (*aetheric oil*), minyak esensial (*essential oil*), minyak terbang (*volatile oil*), serta minyak aromatik (*aromatic oil*). Minyak atsiri merupakan bahan dasar dari wangi-wangian atau minyak gosok (untuk pengobatan) alami. Minyak atsiri juga disebut essential oil (minyak essen) karena bersifat khas sebagai pemberi aroma/bau (esen) sehingga digunakan sebagai bahan dasar kosmetik, parfum, aromaterapi, obat, suplemen dan makanan. Beberapa macam minyak Essensial yang dapat bermanfaat untuk perawatan kulit yaitu Zaitun, Essential Oil, Tea Tree Essential Oil, Lemon Essensial Oil, dan Rose Essential Oil (Azizah 2022).

Aromaterapi telah dikenal sebagai salah satu metode pengobatan alternatif melalui media wangi-wangian yang sangat aman dan telah dipercaya sejak ribuan tahun lalu. Aromaterapi menggunakan minyak atsiri atau biasa dikenal juga dengan istilah minyak esensial yang merupakan hasil ekstraksi dari jenis tanaman tertentu yang berkonsentrasi tinggi. Aromaterapi yang sudah digunakan akan diserap ke dalam kulit lalu masuk kedalam darah dan akhirnya mengalir ke seluruh tubuh. Dengan begitu aromaterapi akan memberikan khasiatnya secara langsung pada kulit. Aromaterapi sangat berperan penting dalam menenangkan pikiran, mempengaruhi suasana hati, dan juga memiliki pengaruh positif pada peningkatan kondisi fisik tubuh maupun psikologis manusia, salah satunya yaitu meredakan stres. Dalam hal perawatan kulit, aromaterapi yang digunakan adalah tentang penggunaan esensial oil/Minyak atsiri ataupun krim aromaterapi khusus perawatan tubuh (Azizah 2022).

Tabel 2.1 Gap Penelitian

| No | Nama peneliti         | Judul penelitian                                                                           | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Nur Halimah<br>(2023) | Penerapan inhalasi aroma terapi lavender untuk mengatasi kecemasan pada lansia             | Berdasarkan hasil studi kasus yang telah dilakukan, terlihat bahwa semua subjek mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah penerapan inhalasi aromaterapi lavender. Setelah dilakukan studi kasus penulis memperoleh hasil adanya penurunan tingkat kecemasan setelah melakukan penerapan terapi inhalasi aromaterapi lavender selama 3 hari pada lansia yang mengalami kecemasan                                                                                |
| 2  | Eni Kusyati<br>(2021) | Kombinasi relaksasi napas dalam dan aroma terapi lavender efektif menurunkan tekanan darah | hasil analisis tekanan darah sistole sebelum diberikan relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender pada penderita hipertensi rata-rata-rata adalah 148.38 mmHg dan tekanan darah sesudah diberikan rata-rata-rata adalah 145.54 mmHg. Tekanan darah diastole sebelum diberikan relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender pada penderita hipertensi rata-rata-rata adalah 92.00 mm/Hg dan tekanan darah sesudah diberikan rata-rata-rata adalah 90.54 mm/Hg. |

### 2.4.2 Mekanisme Kerja Aroma Terapi Lavender

Aroma terapi lavender bekerja dengan merangsang sel saraf penciuman (olfaktorius) dan mempengaruhi sistem kerja limbik dengan meningkatkan perasaan positif dan rileks (Suriyati, Adriana, & Murtilita, 2016). Mekanisme kerja aroma terapi didasarkan pada teori inhalasi yakni aroma terapi yang digunakan melalui cara inhalasi atau dihirup akan masuk ke dalam sistem limbik. Pada saat kita menghirup suatu aroma, pertama akan masuk ke rongga hidung. Dibagian atas rongga hidung terdapat epitelium penciuman (olfaktori). Olfaktori memegang peranan penting untuk mendeteksi aroma. Setelah berhasil mengenali bau, reseptor mengirim sinyal ke saraf penciuman dan komponen kimianya akan masuk ke bulbus olfactory, kemudian ke sistem limbik pada otak. Limbik adalah struktur bagian dalam dari otak yang berbentuk seperti cincin yang terletak dibawah cortex cerebral, tersusun 35 ke dalam 53 daerah dan 35 saluran atau tractus yang berhubungan dengannya, termasuk amygdala dan hipocampus.

Sistem limbik sebagai pusat nyeri, senang, marah, takut, cemas, depresi dan berbagai emosi lainnya. Sistem limbik menerima semua informasi dari sistem pendengaran, sistem penglihatan dan sistem penciuman. Amygdala sebagai bagian dari sistem limbik bertanggung jawab atas respon emosi kita terhadap aroma. Hipocampus bertanggung jawab atas memori dan pengenalan terhadap bau juga tempat dimana bahan kimia pada aroma terapi merangsang gudang-gudang penyimpanan memori otak kita terhadap pengenalan bau-bauan. Respon bau yang dihasilkan akan merangsang kerja sel neurokimia otak, seperti bau yang menyenangkan akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan enkefalin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan tenang (Nisa 2023).

Terapi ini diberikan melalui proses inhalasi, aplikasi topikal, maupun dalam bentuk mandi aromatik, namun metode inhalasi merupakan cara yang paling umum digunakan dalam intervensi keperawatan. Melalui inhalasi, senyawa volatil dalam minyak esensial

masuk ke dalam tubuh melalui saluran pernapasan dan diteruskan ke sistem limbik melalui reseptor penciuman. Sistem limbik merupakan bagian otak yang berperan penting dalam regulasi emosi, ingatan, dan fungsi otonom seperti denyut jantung dan tekanan darah, sehingga aromaterapi dapat memberikan efek relaksasi dan memperbaiki keseimbangan emosional serta fisiologis individu (Bialon et al. 2019) .

#### **2.4.3 Tujuan Pemberian Inhalasi Esensial Oil Lavender**

Aromaterapi lavender merupakan suatu cara perawatan tubuh atau penyembuhan dengan menggunakan minyak esensial. Aromaterapi lavender bekerja dengan mempengaruhi fisik dan juga emosi. Manfaat dan tujuan pemberian aromaterapi lavender menurut adalah:

1. Dapat menurunkan kecemasan
2. Dapat menurunkan tekanan darah tinggi
3. Frekuensi jantung
4. Menurunkan tingkat stress
5. Serta meningkatkan produksi hormon melatonin dan serotonin (Nisa 2023) .

#### **2.4.4 Manfaat Pemberian Inhalasi Esensial Oil Lavender**

Aromaterapi sangat efektif untuk mempengaruhi emosi seseorang dan meredakan gejala penyakit. Penggunaan minyak esensial diyakini oleh para ahli terapi dapat mencegah berkembangnya beberapa penyakit. Berbagai kondisi yang dapat diredakan dengan aromaterapi antara lain gigitan dan sengatan serangga, sakit kepala, tekanan darah tinggi, sakit demam, peredaran darah tidak lancar dapat disembuhkan dengan aromaterapi (Hendrawati 2017) .

#### **2.4.5 Cara pemberian Inhalasi Esensial Oil Lavender**

- a) Atur posisi pasien senyaman mungkin, pastikan posisi pasien nyaman dan rileks.
- b) Buka tutup diffuser lalu isi dengan air.
- c) Teteskan minyak esensial (3-5 tetes), kemudian tutup diffuser.
- d) Tancapkan kabel diffuser ke stop kontak, atur kecepatan keluarnya uap pada diffuser.

- e) Anjurkan klien untuk menghirup aromaterapi dan rileks serta beri afirmasi positif pada klien.
- f) Untuk penggunaannya, 3-5 tetes essential oil dalam 30- 40ml air dalam diffuser (15 menit) dengan jarak pemberian adalah 50-100 cm dari lokasi pasien.
- g) Waktu pemberian terapi 1 hari sekali diberikan selama 3 hari berturut-turut (Halimah, Andas, and Fauji 2023) .

## **2.5 Konsep Asuhan Keperawatan**

### **2.5.1 Pengertian Asuhan Keperawatan lansia**

Asuhan keperawatan gerontik adalah asuhan keperawatan yang ditunjukkan bukan hanya pada lansia yang sakit tetapi bagi lansia yang sehat juga, baik lansia yang tinggal bersama keluarga maupun yang tinggal dipanti.

### **2.5.2 Tujuan Asuhan Keperawatan lansia**

- 1.) Membantu memahami setiap individu lansia terhadap perubahan-perubahan yang terjadi di usia lanjut.
- 2.) Memberikan dukungan dan motivasi kepada masyarakat dalam Upaya meningkatkan kesejahteraan pada lansia yang berada dilingkungannya.
- 3.) Membantu mempertahankan kesehatan dan kemampuan pada lansia dengan melakukan perawatan, pencegahan serta meminimalisir resiko jatuh pada lansia.
- 4.) Melakukan asuhan keperawatan yang komperhensif pada lansia yang menderita penyakit dan mengalami gangguan tertentu baik kronis maupun akut serta gangguan mental pada lansia.
- 5.) Mempertahankan serta memiliki semangat hidup yang tinggi.

### **2.5.3 Fokus Asuhan Keperawatan lansia**

Pada dasarnya fokus dari asuhan keperawatan pada lanjut usia meliputi:

- 1. Peningkatan kesehatan (Health Promotion).
- 2. Pencegahan penyakit (Preventif).
- 3. Mengoptimalkan fungsi mental.
- 4. Mengatasi gangguan kesehatan yang umum.

#### 2.5.4 Proses Pengkajian Asuhan Keperawatan Lansia

Proses keperawatan mencakup 5 tahap: pengkajian, diagnose keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Tujuan dari proses keperawatan yaitu untuk mengidentifikasi dan mendapatkan data dari kebutuhan perawatan kesehatan untuk klien. Menentukan prioritas, menetapkan tujuan dan hasil asuhan yang diperkirakan, menetapkan dan mengkomunikasikan rencana asuhan yang berpusat pada klien, dan mengevaluasi keefektifan asuhan keperawatan dalam mencapai hasil dan tujuan yang diharapkan klien (Rahman et al. 2023) .

##### 1. Pengkajian

Pengkajian adalah sebuah proses untuk mengenal dan mengidentifikasi faktor-faktor (baik positif maupun negatif) pada usia lanjut, baik individu maupun kelompok, yang dapat bermanfaat untuk mengetahui masalah dan kebutuhan dari usia lanjut, serta untuk mengembangkan strategi promosi kesehatan.

##### a) Identitas klien

Meliputi nama, umur, jenis kelamin, status perkawinan, alamat, suku, agama, pekerjaan, pendidikan terakhir. Pada lansia umur mempengaruhi gambaran individu terhadap dirinya sangat mempengaruhi kebersihan diri, pekerjaan mempengaruhi karena pada perawatan diri memerlukan alat dan bahan seperti sabun, alat mandi, dll yang semuanya memerlukan uang untuk menyediakannya, pendidikan mempengaruhi pengetahuan dari dalam perawatan diri.

##### b) Riwayat kesehatan

Meliputi riwayat penyakit saat ini, riwayat penyakit yang lalu/dahulu, riwayat penyakit keluarga.

##### c) Pemenuhan kebutuhan sehari-hari (ADL)

Meliputi mandi yang berdampak pada fisik dan psikososialnya, makan/minum, berpakaian, berhias, aktifitas mobilisasi.

##### d) Pengkajian status fungsional dan intelektual

Pengkajian status fungsional yaitu suatu pengukuran kemampuan pada seseorang untuk melakukan aktifitas kehidupan sehari-hari secara mandiri.

e) Pengkajian fisik

Pengkajian kebutuhan dasar, kemandirian dalam melakukan aktifitas, pengkajian keseimbangan (perubahan posisi atau gerakan keseimbangan, gaya berjalan atau gerakan), pengkajian Head To Toe atau pengkajian persistem. Bagaimana postur tulang belakang pada lansia apakah: 1. Tegap; 2. Membungkuk; 3. Kifosis; 4. Skoliosis; 5. Lordosis. Tanda-tanda vital dan status gizi: 1. Suhu; 2. Tekanan darah; 3. Nadi; 4. Respirasi; 5. Berat badan; 6. Tinggi badan.

Pengkajian Head To Toe yang meliputi:

- 1.) Pada pemeriksaan kepala dan leher meliputi pemeriksaan bentuk kepala, penyebaran rambut, warna rambut, struktur wajah, warna kulit, kelengkapan dan kesimetrisan mata, kelopak mata, kornea mata, konjungtiva dan sclera, pupil dan iris, ketajaman penglihatan, tekanan bola mata, cuping hidung, lubang hidung, tulang hidung, dan septum nasi, menilai ukuran telinga, ketegangan telinga, kebersihan lubang telinga, ketajaman pendengaran, keadaan bibir, gusi dan gigi, keadaan lidah, palatum dan orofaring, posisi trakea, tiroid, kelenjar limfe, vena jugularis serta denyut nadi karotis.
- 2.) Pada pemeriksaan payudara meliputi inspeksi terdapat atau tidak kelainan berupa (warna kemerahan pada mammae, oedema, papilla mammae menonjol atau tidak, hiperpigmentasi aerola mammae, apakah ada pengeluaran cairan pada puting susu), palpasi (menilai apakah ada benjolan, pembesaran kelenjar getah bening, kemudian disertai dengan pengkajian nyeri tekan).
- 3.) Pada pemeriksaan thoraks meliputi inspeksi terdapat atau tidak kelainan berupa (bentuk dada, penggunaan otot bantu

pernafasan, pola nafas), palpasi (penilaian vocal premitus), perkusi (menilai bunyi perkusi apakah terdapat kelainan), dan auskultasi (penilaian suara nafas dan adanya suara nafas tambahan).

- 4.) Pada pemeriksaan jantung meliputi inspeksi dan palpasi (mengamati ada tidaknya pulsasi serta ictus kordis), perkusi (menentukan batas-batas jantung 26 untuk mengetahui ukuran jantung), auskultasi (mendengar bunyi jantung, bunyi jantung tambahan, ada atau tidak bising/murmur).
- 5.) Pada pemeriksaan abdomen meliputi inspeksi terdapat atau tidak kelainan berupa (bentuk abdomen, benjolan/massa, bayangan pembuluh darah, warna kulit abdomen, lesi pada abdomen), auskultasi (bising usus atau peristaltik usus dengan nilai normal 5-35 kali/menit), palpasi (terdapat nyeri tekan, benjolan/masa, benjolan/massa, pembesaran hepar dan lien) dan perkusi (penilaian suara abdomen serta pemeriksaan asites). Pemeriksaan kelamin dan sekitarnya meliputi area pubis, meatus uretra, anus serta perineum terdapat kelainan atau tidak.
- 6.) Pada pemeriksaan muskuloskeletal pemeriksaan kekuatan dan kelemahan eksremitas, kesimetrisan cara berjalan. Pada pemeriksaan integument meliputi kebersihan, kehangatan, warna, turgor kulit, tekstur kulit, kelembaban serta kelainan pada kulit serta terdapat lesi atau tidak.
- 7.) Pada pemeriksaan neurologis meliputi pemeriksaan tingkatan kesadaran (GCS), pemeriksaan saraf otak (NI-NXII), fungsi motorik dan sensorik, serta pemeriksaan reflex (Rahman et al. 2023) .

## 2. Diagnosa keperawatan

Diagnosa keperawatan merupakan suatu penilaian klinis atas respon klien terhadap permasalahan kesehatan atau proses kehidupan yang dialami baik secara actual maupun potensial, bertujuan untuk

mengidentifikasi respon klien individu, keluarga, dan komunitas terhadap situasi yang berkaitan dengan kesehatan. Melalui diagnosa actual, risiko dan promosi kesehatan. Pada lansia juga muncul kemungkinan diagnosa akibat faktor umur dan terjadinya penurunan fungsi tubuh.

### 3. Intervensi Keperawatan

Perencanaan adalah tahap dimana intervensi diidentifikasi untuk mengurangi, menyelesaikan atau mencegah masalah pasien sambil mendukung kekuatan pasien dengan cara yang terarah pada tujuan yang terorganisir. Ada dua langkah dalam tahap perencanaan yaitu menetapkan tujuan dan mengidentifikasi tindakan yang akan dilakukan (Rahman et al. 2023) .

### 4. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan merupakan suatu proses pelaksanaan yang telah direncanakan sebelumnya atau melaksanakan intervensi yang telah disusun sebelumnya sesuai dengan kriteria hasil dan intervensi yang telah ditetapkan. Implementasi keperawatan sesuai dengan rencana keperawatan dari setiap diagnose keperawatan yang telah disusun dengan berdasarkan pada konsep asuhan keperawatan gerontic (Rahman et al. 2023) .

### 5. Evaluasi keperawatan

Evaluasi keperawatan merupakan suatu tahapan akhir dari proses keperawatan yang sistematis dan terencana antara hasil yang teramati dan tujuan atau kriteria hasil yang dibuat pada tahap perencanaan sesuai. Evaluasi ada dua jenis yaitu evaluasi formatif merupakan respon hasil segera setelah dilakukan implementasi, sedangkan evaluasi sumatif yaitu menilai respon akhir pada waktu tertentu berdasarkan tujuan yang ingin dicapai yang telah ditentukan sebelumnya (menggunakan metode SOAP) (Rahman et al. 2023) .