

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia atau lanjut usia merupakan kelompok populasi yang mengalami proses penuaan secara alami, ditandai dengan menurunnya fungsi fisiologis, psikologis, dan sosial. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), seseorang dikategorikan lansia ketika berusia 60 tahun ke atas. Proses penuaan ini menyebabkan terjadinya perubahan pada sistem tubuh, seperti penurunan elastisitas pembuluh darah, berkurangnya massa otot, penurunan fungsi kognitif, serta meningkatnya kerentanan terhadap berbagai penyakit degenerative (Sovianti, 2025).

Salah satu penyakit degeneratif yang paling banyak dialami lansia adalah hipertensi. Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg yang berlangsung secara persisten. Penyakit ini dikenal sebagai *silent killer* karena sering tidak menimbulkan gejala, namun dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, penyakit ginjal kronis, dan gangguan perfusi serebral (Monding, 2025). Pada lansia, hipertensi menjadi faktor risiko utama terjadinya risiko perfusi serebral tidak efektif akibat penurunan elastisitas pembuluh darah dan peningkatan resistensi vaskular (Lefkowitz, 2020).

Pertumbuhan jumlah lansia di Indonesia terus meningkat. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2026, jumlah penduduk lanjut usia (≥ 60 tahun) mencapai sekitar 35,5 juta jiwa atau 12,4% dari total populasi nasional. Kondisi ini menunjukkan bahwa Indonesia telah memasuki fase *ageing population* yang berdampak pada meningkatnya berbagai masalah kesehatan. Lansia mengalami perubahan fisiologis, seperti penurunan elastisitas pembuluh darah dan fungsi organ, sehingga meningkatkan risiko penyakit degeneratif. Salah satu masalah yang dapat terjadi adalah risiko perfusi serebral tidak efektif, yaitu gangguan aliran darah ke otak yang dapat menyebabkan penurunan fungsi kognitif, stroke, hingga kecacatan permanen.

Perfusi serebral merupakan proses aliran darah yang membawa oksigen dan nutrisi ke jaringan otak. Pada lansia, perubahan fisiologis berupa penurunan elastisitas pembuluh darah, peningkatan tekanan darah, dan terbentuknya plak aterosklerosis dapat menghambat aliran darah menuju otak sehingga meningkatkan risiko terjadinya gangguan perfusi serebral (Apriliyani et al., 2024; Musfira et al., 2025). Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tidak hanya berfokus pada pengendalian tekanan darah, tetapi juga mampu meningkatkan relaksasi dan menurunkan stres sebagai faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, khususnya lansia. SEFT merupakan terapi komplementer yang menggabungkan teknik ketukan pada titik meridian tubuh dengan doa dan afirmasi positif, sehingga menciptakan relaksasi, menurunkan stres, dan memperbaiki keseimbangan energi tubuh. Penelitian kuasi-eksperimen yang dilakukan (Musfira et al., 2025) menemukan adanya penurunan signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pasien hipertensi diberikan intervensi SEFT secara rutin. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Nadila & Nisa (2023), di mana lansia dengan hipertensi mengalami penurunan tekanan darah setelah beberapa sesi SEFT yang dilakukan secara terstruktur. Mekanisme utama keberhasilan SEFT adalah menurunnya hormon stres (kortisol) dan meningkatnya relaksasi psikologis, sehingga resistensi vaskular berkurang dan tekanan darah menjadi lebih stabil. Dengan demikian, SEFT dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi non-farmakologis yang mendukung pengendalian hipertensi pada lansia, sekaligus meningkatkan kualitas hidup mereka (Adawiyah et al., 2025). Penatalaksanaan hipertensi pada lansia meliputi terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu terapi nonfarmakologis yang berkembang adalah *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). Terapi ini mengombinasikan ketukan pada titik-titik meridian tubuh dengan doa dan afirmasi positif sehingga membantu menciptakan respons relaksasi, menurunkan hormon stres, serta membantu mengendalikan tekanan darah (Adawiyah et al., 2025). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa SEFT efektif menurunkan tekanan darah

pada lansia hipertensi. Penelitian Musfira et al. (2025) melaporkan adanya penurunan signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pemberian terapi SEFT. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Nadila dan Nisa (2023) yang menunjukkan bahwa terapi SEFT mampu menurunkan tekanan darah serta meningkatkan kenyamanan psikologis pada lansia hipertensi..

Berdasarkan uraian tersebut, terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) berpotensi menjadi intervensi keperawatan komplementer dalam membantu mengendalikan tekanan darah dan mencegah komplikasi hipertensi, khususnya risiko perfusi serebral tidak efektif pada lansia. Oleh karena itu, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Analisis Asuhan Keperawatan Lansia Hipertensi dengan Masalah Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif melalui Penerapan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) di UPT Pesanggrahan PMKS Majapahit Mojokerto."

1.2 Rumusan masalah

1. Bagaimanakah asuhan keperawatan lansia hipertensi dengan masalah resiko perfusi serebral melalui penerapan terapi *SEFT* di UPT Pesanggrahan PMKS Majapahit Mojokerto?
2. Bagaimanakah penerapan terapi *SEFT* untuk mengatasi resiko perfusi serebral tidak efektif pada lansia penderita hipertensi di UPT Pesanggrahan PMKS Majapahit Mojokerto?

1.3 Tujuan

1.2.1 Tujuan Umum

Melakukan asuhan keperawatan lansia hipertensi dengan masalah resiko perfusi serebral melalui penerapan terapi *SEFT* di UPT Pesanggrahan PMKS Majapahit Mojokerto

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis asuhan keperawatan lansia hipertensi dengan masalah resiko perfusi serebral melalui penerapan terapi *SEFT* di UPT Pesanggrahan PMKS Majapahit Mojokerto

2. Menganalisis penerapan terapi SEFT untuk mengatasi resiko perfusi serebral tidak efektif pada lansia penderita hipertensi di UPT Pesanggrahan PMKS Majapahit Mojokerto.

1.3 Manfaat

1.3.1 Manfaat akademik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi wacana ilmiah dan menambah pengetahuan serta wawasan dalam keperawatan terutama dalam melakukan asuhan keperawatan pada lansia penderita hipertensi.

1.3.2 Manfaat bagi instansi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan menjadi referensi dalam pembuatan asuhan keperawatan pada lansia penderita hipertensi dengan masalah resiko perfusi serebral tidak efektif melalui penerapan intervensi terapi *SEFT*.

1. Manfaat Bagi Lansia

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan sebagai referensi untuk terapi alternatif yang dapat dilakukan oleh lansia penderita hipertensi untuk meredakan resiko perfusi serebral tidak efektif yang dialami dengan melakukan terapi SEFT.

2. Manfaat Bagi Penulis

Hasil penelitian ini dapat menjadikan peneliti untuk mengembangkan keilmuan intervensi non-farmakologis pada lansia penderita hipertensi dalam mengatasi masalah resiko perfusi serebral tidak efektif yaitu intervensi terapi SEFT, sehingga dapat menerapkan ilmu yang telah diperoleh.