

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA HIPERTENSI MELALUI PENERAPAN *ACCEPTANCE COMMITMENT THERAPY* UNTUK MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN DI WILAYAH KELURAHAN KELAPA DUA WETAN JAKARTA TIMUR

Nita Junita

Abstrak

Latar belakang : Lansia ialah individu berusia usia 60 tahun ke atas. Pada tahap ini ditandai dengan perubahan dan penurunan fungsi tubuh sebagai bagian dari proses penuaan. Penurunan fungsi tubuh meningkatkan risiko penyakit pada lansia, salah satunya hipertensi. Hipertensi merupakan gangguan kardiovaskuler yang menjadi penyebab utama kematian setiap tahunnya. Lansia dengan hipertensi memiliki risiko tinggi mengalami kecemasan akibat kondisi kronis, dan kekhawatiran terhadap masa depan. **Tujuan :** Studi kasus ini bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi yang mengalami kecemasan, melalui penerapan *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT). **Metode :** Penelitian menggunakan studi kasus dengan data diperoleh melalui kuesioner *Geriatric Anxiety Scale* (GAS). Intervensi diberikan sebanyak enam dalam 1 minggu. Sesi ini meliputi: *mindfulness, acceptance, cognitive defusion, observing self, values, dan committed action*. Setiap sesi dilakukan secara tatap muka dengan pendekatan reflektif dan penggunaan metafora serta latihan kesadaran diri. **Hasil :** Pada klien kelokaan menunjukkan penurunan tingkat kecemasan dengan skor *Geriatric Anxiety Scale* 22 (kecemasan sedang) menjadi 18 (kecemasan ringan). Oleh karenanya, *Acceptance and Commitment Therapy* terbukti memiliki pengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia dengan hipertensi. **Rekomendasi :** *Acceptance and Commitment Therapy* dapat diberikan kepada lansia hipertensi untuk menurunkan kecemasan. Terapi ini dapat memberikan efek jangka panjang selama 3 bulan mendatang. Penelitian selanjutnya perlu dilakukan dengan sampel lebih besar untuk memperkuat hasil.

Kata Kunci : *Acceptance Commitment Therapy*, Hipertensi, Kecemasan, Lansia

**ANALYSIS OF NURSING CARE FOR ELDERLY HYPERTENSION
THROUGH THE IMPLEMENTATION OF ACCEPTANCE
COMMITMENT THERAPY TO REDUCE ANXIETY LEVELS IN
THE KELAPA DUA WETAN VILLAGE AREA, EAST JAKARTA**

Nita Junita

Abstract

Background : *The elderly are individuals aged 60 years and over. This stage is characterized by change and decline in body function as part of the aging process. Decreased body function increases the risk of disease in elderly, one of which is hypertension. Hypertension is a cardiovascular disorder that is the leading cause of death every year. Elderly people with hypertension have a high risk of experiencing anxiety due to chronic conditions, and concerns about the future.*

Tujuan : *This study aims to analyze nursing care for the elderly with hypertension who experience anxiety, through the application of Acceptance and Commitment Therapy (ACT). **Methods :** Research using case studies with data obtained through the Geriatric Anxiety Scale (GAS) questionnaire. Intervention is given as much as 1 week. This session includes : mindfulness, acceptance, cognitive defusion, observing self, values, and committed action. Each session was conducted face-to-face with reflective approach and the use of metaphors and self-awareness exercises. **Results :** Client showed a decrease in anxiety levels with a Geriatric Anxiety Scale (GAS) score of 22 (moderated anxiety) to 18 (mild anxiety). Therefore, Acceptance and Commitment Therapy is proven to have an influence on decrease in anxiety levels in the elderly with hypertension. **Recommendation :** Acceptance and Commitment Therapy can be given to elderly people with hypertension to reduce anxiety. This therapy can provide long-term effects for the next three the coming month. Further research needs to be done with a larger sample to strengthen the results.*

Keywords : *Acceptance Commitment Therapy, Anxiety, Elderly, Hypertension*