

# KEPERAWATAN GERONTIK



mycrazytown.com

# Proses Menua



- **Proses menua** merupakan tahap lanjut dari suatu kehidupan yang ditandai dengan menurunnya kemampuan tubuh untuk beradaptasi terhadap stres atau pengaruh lingkungan, dimulai dari kemunduran secara fisik maupun psikis (kejiwaan), atau yang lazim dikatakan adalah keuzuran



- Pada zaman dahulu, usia lanjut diidentikkan/dicirikan sebagai suatu masa dimana seseorang sudah tidak mampu melakukan apapun, tidak menyenangkan, dianggap bodoh sehingga ditertawakan, loyo, sulit hidup dengan orang lain, tidak bermanfaat dan berbagai pendapat lain yang menyudutkan usia lanjut.
- Pada perkembangan sekarang ini, pendapat tersebut mulai tergeser dengan suatu pengertian bahwa masa tua merupakan suatu hal yang wajar dan tetap dapat menjalani sisa hidupnya dengan tenang, aman, sejahtera dan berguna bagi lingkungannya.



- Kemampuan regeneratif pada lansia terbatas, sehingga mereka lebih rentan terhadap berbagai penyakit.
- Proses menua merupakan proses yang terus menerus atau berkelanjutan secara alamiah dan umumnya dialami oleh semua makhluk hidup

# Teori-Teori Proses Menua



## A. Teori biologi

Berfokus pada proses fisiologis dalam kehidupan seseorang dari lahir sampai meninggal

### 1. Teori genetik

Menua terjadi sebagai akibat dari perubahan biokimia yang diprogram oleh molekul-molekul DNA & setiap sel pada saatnya akan mengalami mutasi.

Ex : (terjadi penurunan kemampuan fungsional sel)

### 2. Dipakai dan rusak (wear and tear)

Manusia ibarat mesin dan penuaan adalah hasil dari penggunaan yang berulang.



### 3. Teori Imunitas

penurunan imunitas tubuh

### 4. Teori neuroendokrin

keterlambatan sekresi hormon yang berpengaruh terhadap sistem saraf

# Teori Psikososial



1. Activity theory

lansia sukses adalah lansia yang aktif dan ikut banyak dalam kegiatan sosial.

2. Teori kontinuitas (continuity theory)

Perubahan yang terjadi pada lansia sangat dipengaruhi oleh tipe personality yang dimiliki

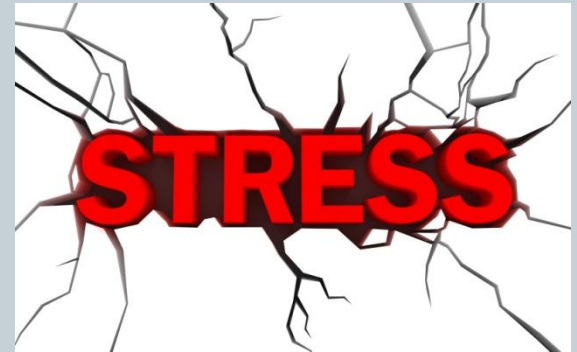
3. Teori kebebasan (Disengagement Theory )

Dengan bertambahnya usia, seseorang secara berangsur-angsur mulai melepaskan diri dari kehidupan sosialnya.

# Faktor-faktor yang mempengaruhi proses menua



1. Penurunan imunitas, hormon dan genetik
2. Nutrisi (diet yang tidak sehat)
3. Status kesehatan
4. Kebiasaan hidup yang salah
5. Sinar UV
6. Lingkungan
7. Stres



# Perubahan yang terjadi pada lansia



- a. Perubahan Fisik
- b. Perubahan Psikososial
- c. Perubahan Spritual

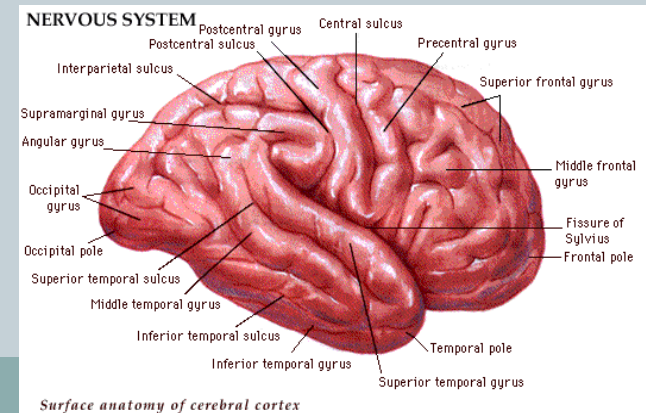
## A. Perubahan fisik

1. Sistem Indra
2. Sistem Intergumen
3. Sistem Muskuloskeletal
4. Sistem kardiovaskuler
5. Sistem respirasi (Kel 1)
6. Pencernaan dan Metabolisme
8. Sistem saraf
9. Sistem reproduksi



# 1. Sistem Persarafan

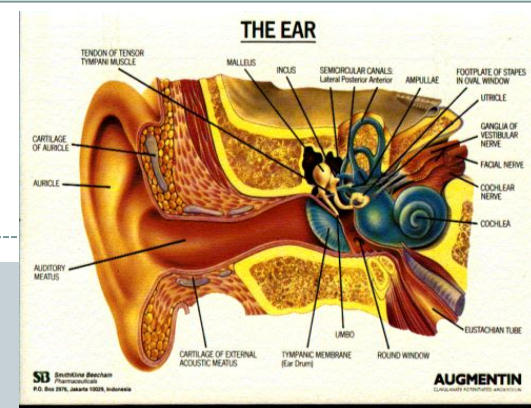
- ❖ Berat otak berkurang 10 – 20 %
- ❖ menurunnya hubungan persarafan
- ❖ Lambat dlm respon & waktu u/ bereaksi terutama stress
- ❖ Mengecilnya saraf panca indra
- ❖ (-) sensitif t'hdp sentuhan



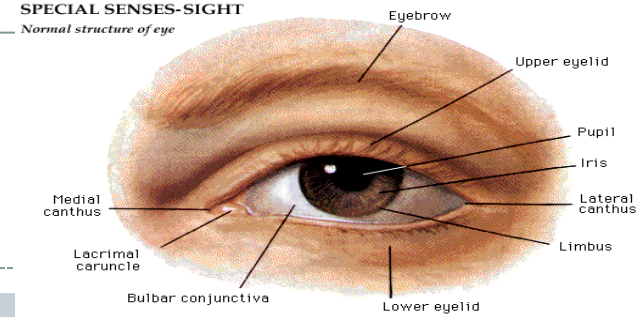
## 2. Sistem Pendengaran



- Terjadinya gangguan pendengaran.
- Hilangnya daya pendengaran pada telinga dalam, terutama pada bunyi suara nada tinggi.
- Fungsi pendengaran semakin menurun pada lanjut usia yang mengalami ketegangan jiwa/ stres
- Membran timpani menjadi atrofi sehingga sehingga menyebabkan otosklerosis



# 3. Sistem Penglihatan



- Sfingter pupil timbul sklerosis dan respon terhadap sinar menghilang
- Kornea lebih berbentuk sferis
- Lensa lebih suram menimbulkan katarak, menyebabkan gangguan penglihatan
- Susah melihat dalam kegelapan, daya adaptasi terhadap kegelapan lebih lambat
- Sulit melihat dekat dikarenakan berkurangnya elastisitas lensa
- Lapang pandang menurun
- Daya membedakan warna menurun.

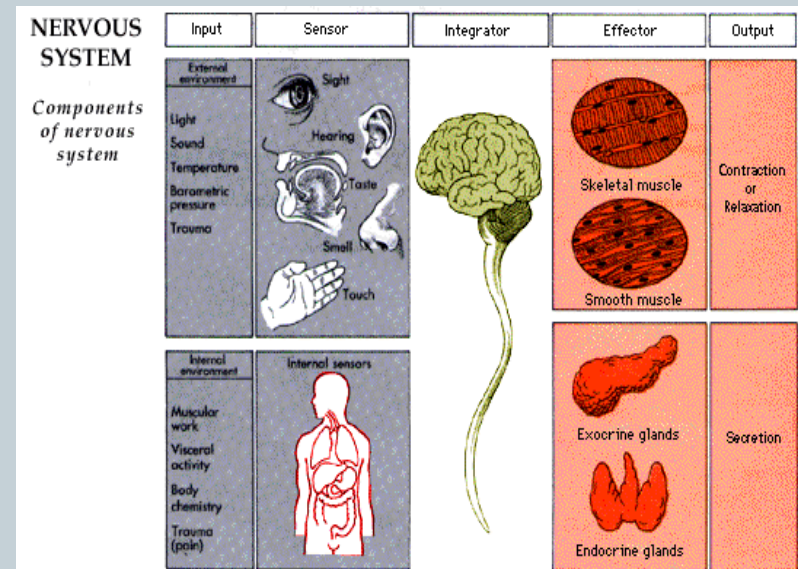
## 4. Sistem Kardiovaskuler



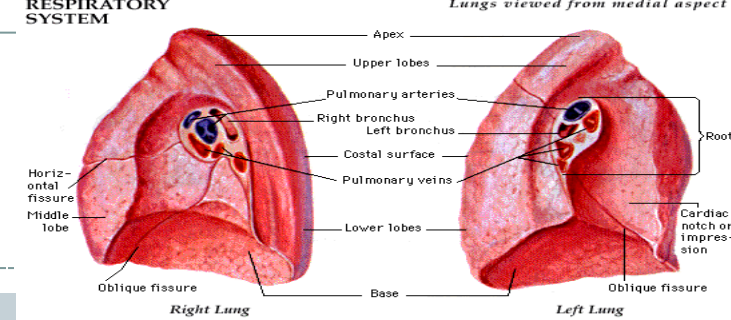
- ❖ Katup Jantung menebal dan menjadi kaku
- ❖ Elastisitas dinding aorta menurun
- ❖ Kemampuan jantung memompa darah menurun 1% setiap tahun sesudah 20 tahun sehingga menyebabkan berkurangnya kontraksi dan volumenya
- ❖ Kehilangan elastisitas pembuluh darah, efektivitas pembuluh darah perifer untuk oksigen berkurang sehingga mengakibatkan pusing mendadak
- ❖ Tekanan darah tinggi akibat resistensi pembuluh perifer meningkat, sistole norma 170 mmhg diastol < 95 mmhg

# 5. Sistem Pengaturan Suhu Tubuh

- ❖ Temperatur tubuh menurun  $< 35\text{ C}$  akibat metabolisme yang menurun
- ❖ Keterbatasan refleks m'gigil & tdk dpt m'produksi panas yg banyak, sehingga rendahnya aktifitas otot



# 6. Sistem Pernafasan



- ❖ Otot2 p'nafasan kehilangan kekuatan & m'jadi kaku, menurunnya aktivitas dari silia
- ❖ Paru2 kehilangan elastisitas, kapasitas residu meningkat , menarik nafas > berat, kapasitas p'nafasan maksimum menurun & kedalaman b'nafas menurun
- ❖ Alveoli ukurannya melebar & jumlahnya ber(-)
- ❖ Oksigen pada arteri berkurang menjadi 75 mmhg
- ❖ Refleks dan kemampuan untuk batuk berkurang
- ❖ CO<sub>2</sub> pd arteri tdk b'ganti
- ❖ Kemampuan pegas, dinding, dada & kekuatan otot p'nafasan akan menurun seiring dgn ber(+) usia

# 7. Sistem Pencernaan



- ❖ Kehilangan gigi  
akibat periodontal disease, t'jadi stlh umur 30 thn a/  
kesehatan gigi yg buruk & gizi buruk
- ❖ Indra pengecap adanya iritasi yg kronis dari selaput  
lendir, atrofi indra pengecap ( $\pm 80\%$ ), hilangnya sensitifitas  
saraf p'ecap di lidah t'utama manis, asin, asam & pahit
- ❖ Esofagus melebar  
Rasa lapar menurun, asam lambung menurun
- ❖ Peristaltik lemah menimbulkan konstipasi
- ❖ Fungsi absorpsi melemah terutama karbohidrat
- ❖ Liver makin mengecil, ber(-) aliran darah

# 8. Sistem Reproduksi

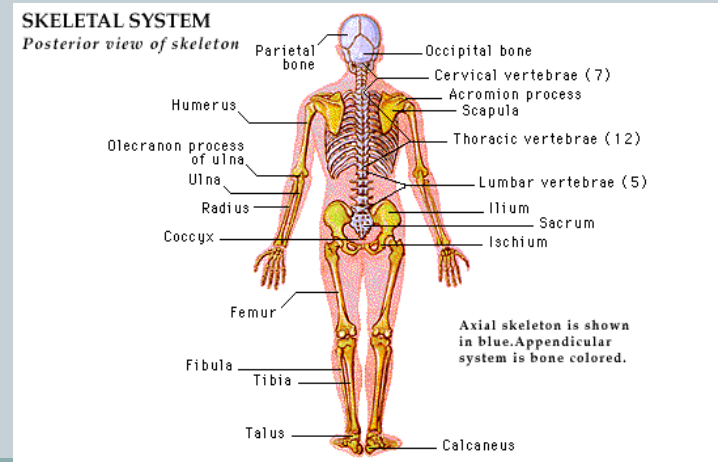


- ✿ Menciutnya ovarium & uterus
- ✿ Atrofi payudara
- ✿ Pada laki-laki produksi spermatozoa pada testis berangsur-angsur menurun
- ✿ Dorongan seksual menetap sampai usia > 70 tahun
- ✿ Selaput lendir vagina menurun permukaan menjadi halus, sekresi menjadi berair, sifatnya menjadi alkali & terjadi perubahan warna

# 9. Sistem Muskuloskeletal



- Tulang kehilangan density & makin rapuh
- Kifosis
- Pinggang, lutut & jari2 p'gelangan t'batas
- Discus intervertebralis menipis & m'jadi pendek
- P'sendian m'besar & m'jadi kaku
- Tendon mengerut & mengalami sklerosis



# 10. Sistem Integumen



- ❖ Kulit mengerut atau keriput akibat kehilangan jaringan lemak
- ❖ Permukaan kulit cenderung kusam, kasar, dan bersisik (kehilangan proses keratinisasi serta perubahan ukuran dan bentuk sel epidermis)
- ❖ Timbul bercak pigmentasi akibat proses melanogenesis yang tidak merata
- ❖ Timbulnya keriput halus pada ujung mata akibat lapisan kulit menipis
- ❖ Kulit kepala dan rambut menipis dan bewarna kelabu.



- ❖ Pertumbuhan kuku lebih lambat
- ❖ Kuku jari menjadi keras dan rapuh
- ❖ Kuku menjadi pudar dan kurang bercahaya
- ❖ Kelenjar keringat b'kurang jumlahnya & fxnya

# 11. Sistem Endokrin



- ✿ Produksi hormon menurun
- ✿ Fx paratiroid & sekresinya tdk b'ubah
- ✿ Pituitari
- ✿ hipofisis pertumbuhan hormon ada tapi > rendah & hanya di dlm p'buluh darah, ber(-) produksi ACTH, TSH, FSH & LH
- ✿ menurunnya aktifitas tiroid
- ✿ menurunnya produksi aldosteron
- ✿ menurunnya sekresi hormon kelamin, ex : progesteron, estrogen & testosteron

# Perubahan Mental



Faktor2 yg m'pengaruhi p'ubahan mental

- Perubahan fisik, khususnya organ perasa
- Kesehatan umum
- Tingkat pendidikan
- Herediter (Keturunan)
- Lingkungan

# Perubahan Psikososial



Perubahan yang sering diukur melalui produktivitasnya dan identitasnya yang dikaitkan dengan peranan dalam pekerjaannya.

1. Kesepian
2. Duka cita (Bereavement)
3. Depresi



1. Kehilangan Finansial
2. Kehilangan status ( mempunyai jabatan dengan fasilitas yang lengkap )
3. Kehilangan teman dan relasi
4. Kehilangan pekerjaan
5. Merasakan atau sadar terhadap kematian
6. Adanya penyakit kronis
7. Timbulnya kesepian akibat pengasingan dari lingkungan sosial
8. Adanya gangguan saraf panca indra
9. Hilangnya kekuatan dan ketegapan fisik( perubahan konsep diri)

# Perubahan Spritual



- ❖ agama atau kepercayaan semakin terintegritas dalam hidupnya
- ❖ ( maslow 1970)
- ❖ Lansia semakin matur dalam kehidupan keagamaannya , terlihat dalam berfikir dan bertindak sehari-hari ( murry dan zentner 1970)
- ❖ Pada usia 70 tahun perkembangan yang dicapai pada tingkat ini adalah bertindak dan berfikir dengan cara memberi contoh cara mencintai dan keadilan.



Terima Kasih

