

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Fase lanjut usia menjadi fase terakhir dalam proses pertumbuhan dan perkembangan di dunia ini. Pada fase ini akan terjadi penurunan kekuatan dan fungsi tubuh serta akan terjadi kehilangan jati diri pada seorang lansia (Pusdatin lansia, 2020). Pada Fase Lanjut Usia (Lansia) banyak sekali perubahan yang akan dialami oleh seseorang dengan usia lanjut. Dampak yang terjadi pada seseorang dengan usia lanjut adalah gangguan metabolisme fungsi organ tubuh yang dapat menjadi pemicu munculnya penyakit degeneratif seperti hipertensi, obesitas, glukosa darah, kolesterol, asam urat, kanker dan lain-lain. Tekanan Darah tinggi atau Hipertensi mengisi posisi pada urutan ke dua penyakit yang paling banyak di derita usia lanjut di Indonesia (Rizka et al. 2022).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi dalam beberapa tahun terakhir ini telah menjadi salah satu penyakit kronis yang paling sering ditemukan pada lansia (Dewi 2023). Peningkatan tekanan darah atau hipertensi ditandai dengan peningkatan tekanan darah yang melebihi normal yang harusnya tekanan darah sistolik dibawah dari angka 140 mmHg, dan tekanan darah diastolik dibawah angka 90 mmHg. Hipertensi kerap kali menjadi keadaan yang berbahaya bahkan mengancam nyawa dikarenakan kemunculannya biasanya tidak dirasakan bahkan tidak ditemukan tanda gejalanya, dan bahkan seorang penderita langsung menyadarinya ketika terjadi komplikasi pada tubuhnya seperti pada ginjal, jantung, otak, pembuluh darah atau organ lain di dalam tubuh (Tulak and Munawira Umar 2017).

Menurut World Health Organization (WHO) prevalensi hipertensi secara global pada tahun 2019 adalah sebesar 22% dari penduduk di dunia (WHO 2020). Hipertensi ditemukan pada semua populasi dengan angka kejadian yang berbeda yang berhubungan dengan faktor genetik, ras, regional, sosio budayadan gaya hidup serta resiko meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Ada sekitar 422 juta orang penyandang hipertensi yang berusia lebih dari 18 tahun di seluruh dunia. Menurut Kemenkes (2018) hipertensi yang tidak mendapat penanganan yang baik menyebabkan komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, diabetes, gagal ginjal, dan kebutaan. Stroke (51%) dan penyakit jantung koroner (45%) merupakan

penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Riskesdas (2018) menyatakan perkiraan jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian tertinggi di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (Rahayu, Hayati, and Asih 2020).

Persentase Penderita hipertensi berdasarkan karakteristik usia yaitu usia 18-24 tahun (13,2%), 25-34 tahun (20,13%), 35-44 tahun (31,61%), 45-54 (32%), 55-64 (55,23%), 65-74 (63,2%) dan tertinggi pada usia > 75 tahun (69,5%). Berdasarkan jenis kelamin prevalensi hipertensi pada perempuan lebih tinggi (36,85%) dibandingkan laki-laki sebesar 31,3% (Riskesdas 2018). Sedangkan angka prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Timur masih diatas rata rata jika dibandingkan dengan angka prevalensi di Indonesia, yaitu sebesar 20,43% (Kemenkes RI 2017). Sementara pada tahun 2018 prevalensi tekanan darah tinggi di Jawa Timur sebesar 22,71% (Dinkes Jatim 2018). Jumlah pasien hipertensi terbanyak di Jawa Timur berada di Kota Surabaya yaitu sebanyak 313.960 penduduk. Adapun prevalensi hipertensi dengan diagnosis dokter sebanyak 62,63% berusia 55-75 tahun ke atas, Adapun prevalensi hipertensi dengan diagnosis dokter sebanyak 62,63% dengan usia 55-75 tahun ke atas (Tina, Handayani, and Monika 2021). Berdasarkan data profil kesehatan Kota Malang pada tahun 2019 terdapat sekitar 58.046 lansia yang terkena hipertensi, tahun 2020 menjadi sebanyak 35.641 kasus dengan prevalensi 18% (Dinas Kesehatan Kota Malang 2021).

Tekanan darah pada lanjut usia (lansia) akan cenderung tinggi sehingga lansia lebih besar beresiko terkena hipertensi (tekanan darah tinggi). Bertambahnya umur mengakibatkan tekanan darah meningkat, karena dinding arteri pada usia lanjut (lansia) akan mengalami penebalan yang mengakibatkan penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku (Tulak and Munawira Umar, 2017). Untuk menghindari atau menurunkan resiko penumpukan zat kolagen dan aterosklerosis yang merupakan salah satu penyebab hipertensi, maka diperlukan olahraga yang teratur (Cut Rahmiati and Tjut Irma Zurijah, 2020).

Ada beberapa cara upaya pencegahan dan pengendalian Hipertensi, bisa dengan menggunakan cara farmakologi dengan meminum rutin obat yang diberikan oleh dokter, akan tetapi pada pemberian pengobatan terdapat kontra indikasi yang akan dialami untuk efek jangka panjang efek samping seperti pusing, jantung berdebar debar, lunglai, gangguan fungsi hati, jantung, mual, gangguan penglihatan (Wiyati et

al. 2023). Untuk Upaya penatalaksanaan hipertensi secara non farmakologi bisa menggunakan senam hipertensi yang dimana tidak menyebabkan efek samping ketika melakukan nya(Kemenkes RI,2017).

Senam hipertensi merupakan olahraga yang ditunjukkan untuk penderita hipertensi dan usia lanjut untuk mengurangi berat badan dan mengelola stres (faktor yang dapat memicu hipertensi) yang bisa dilakukan selama 30 menit dan dilakukan seminggu minimal(Rismayanthi,2015). Tujuan lain nya yaitu untuk meningkatkan aliran darah dan pasokan oksigen ke dalam otot-otot dan rangka yang aktif khususnya terdapat otot jantung sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Senam hipertensi juga merupakan olahraga yang mudah, murah, dan bisa dilakukan secara mandiri oleh lansia. Senam hipertensi dapat memelihara kebugaran jasmani lansia. Senam hipertensi juga bermanfaat untuk menguatkan otot, meningkatkan kelenturan, dan menjaga keseimbangan dalam melakukan aktivitas sehari-hari(Rizka et al. 2022).

Berdasarkan survei pendahuluan yang didapatkan dari kader lansia dari dusun Genitri sebanyak 27 lansia yang memeriksakan diri posyandu lansia di Kecamatan Pakis Desa Kedungrejo Dusun Genitri 15 diantaranya memiliki tekanan darah yang tinggi dan yang lainnya memiliki keluhan lain seperti nyeri sendi,patah tulang, kolesterol, dan flu batuk. Ny. M (65 tahun) adalah pasien hipertensi. Saat penelitian dilakukan, ditemukan TD 180/90 mmHg, pasien sering mengalami pusing yang datang secara tiba-tiba dan mata keliyengan. Saat diwawancarai pada waktu kunjungan pasien menceritakan bahwa hipertensi yang dialami sudah lebih dari 10 tahun, Klien jarang mengkonsumsi obat kecuali pada saat nyeri dirasa sangat hebat, klien langsung meminta anaknya untuk membelikan obat di apotek terdekat jika terjadi keluhan utamanya. Saat peneliti ke rumah pasien, klien tampak kooperatif dengan tetangga nya. Pada saat wawancara klien mengatakan jarang mengikuti posyandu lansia, klien hanya mau diperiksa ketika petugas posyandu mendatangi klien di rumah, klien juga mengatakan sangat sulit menjaga pola makan nya dan sering minum kopi, klien tidak rutin mengkonsumsi obat, tidak rutin melakukan aktivitas fisik dan belum pernah mendapatkan edukasi senam hipertensi. Oleh sebab itu peneliti tertarik melakukan pemberian senam hipertensi pada lansia dengan hipertensi sebagai salah satu upaya penatalaksanaan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. M.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas mengenai jumlah penderita hipertensi di Indonesia khususnya Jawa Timur dapat dirumuskan pertanyaan yaitu: “Bagaimana Asuhan Keperawatan Yang Dapat Diberikan Pada Lansia Ny. M dengan Masalah Hipertensi ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini ialah untuk mengidentifikasi Asuhan Keperawatan Gerontik Ny.M (65thn) dengan Hipertensi

1.3.2 Tujuan Khusus

Untuk mengetahui intervensi dapat menurunkan hipertensi dengan menggunakan senam hipertensi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penulisan laporan ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya padaklien Hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Perawat

Karya tulis ini diharapkan bisa memberikan wawasan dan informasi untuk perawat dalam memberikan Asuhan Keperawatan pada pasien dengan Hipertensi

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penulisan laporan ini diharapkan dapat digunakan dan bermanfaat sebagai referensi untuk mengembangkan ilmu pengetahuan tentang asuhan keperawatan gerontik pada pasien Hipertensi.

3. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil laporan tulis ini diharapkan pasien dan keluarga bisa memahami serta perawatan penyakit Hipertensi yang benar dan gaya hidup untuk mengurangi resiko komplikasi serta memperoleh perawatan yang tepat.