

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan suatu proses alami yang ditentukan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Semua orang akan mengalami proses menjadi tua dan masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir. Dimasa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial secara bertahap (Azizah et al., 2016). World Health Organization (WHO) membagi lansia menjadi lanjut usia (60-74 tahun), usia tua (75-90 tahun), dan usia sangat tua (di atas 90 tahun). Penduduk lansia dapat digolongkan menjadi tiga, yaitu penduduk lansia muda (60-69 tahun), penduduk lansia madya (70-79 tahun), dan penduduk lansia tua (80 tahun ke atas) (Mirani et al, 2021).

Menurut WHO, di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah lansia sekitar 5,3 juta (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 mengalami peningkatan jumlah lansia yaitu 24 juta (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 mengalami peningkatan lagi jumlah lansia mencapai 28,8 juta (11,34%) dari total populasi (KEMENKES RI, 2021).

Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan di Indonesia terdapat sebanyak 273,87 juta jiwa pada tahun 2021. Dari jumlah penduduk tersebut, terdapat sekitar 29,3 juta penduduk lansia atau sekitar 10,82% dari jumlah penduduk. Pada tahun 2021, terdapat delapan provinsi yang telah memasuki struktur penduduk tua, yaitu persentase penduduk lanjut usia yang lebih besar dari 10%. Kedelapan provinsi tersebut adalah DI Yogyakarta (15,52 %), Jawa Timur (14,53 %), Jawa Tengah (14,17 %), Sulawesi Utara (12,74 %), Bali (12,71 %), Sulawesi Selatan (11,24 %), Jawa Barat (10,18 %), dan Sumatera Barat (10,22 %) (BPS Statistik Indonesia, 2021).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Sumbar tahun 2022, jumlah penduduk sekitar 5,53 juta jiwa dan penduduk lansia di Sumbar sebanyak 533.528 lansia (9,8) dari jumlah penduduk, yang terdiri dari laki-laki sebanyak 244.890 orang dan perempuan 288.638 orang. Jumlah penduduk tertinggi sepanjang 2021 yaitu kota padang sebanyak 909.040 (16,42%) (Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat, 2022).

Dengan bertambahnya umur fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degeneratif (penuaan) sehingga penyakit banyak muncul pada lansia. Dengan bertambahnya usia dan kemunduran fungsi organ tubuh khususnya pada lansia menyebabkan kelompok ini rawan terhadap serangan berbagai penyakit kronis seperti diabetes mellitus, stroke, gagal ginjal, kanker, hipertensi, dan jantung. Adapun jenis keluhan kesehatan yang paling banyak dialami lansia adalah keluhan kesehatan yang paling banyak dialami lansia adalah keluhan lainnya seperti asam urat, reumatik, diabetes, tekanan darah tinggi dan berbagai jenis penyakit kronis lainnya (Camalia, Iin Fitah, 2017).

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik diatas 140/90 mmHg. Diagnosis hipertensi tidak berdasarkan pada peningkatan tekanan darah yang hanya sekali. Tekanan darah harus diukur dalam posisi duduk dan berbaring (Priyanto et al., 2018). Banyak orang beranggapan bahwa keluhan dan tanda-tanda hipertensi tidak ada, padahal tidak demikian. Hipertensi tidak memiliki keluhan dan tanda yang khas karena itulah disebut sebagai *silent killer*. Bahkan fakta membuktikan bahwa satu dari empat penderita tidak mengetahui jika mereka menderita hipertensi. Karena itu penyakit ini cukup mengancam jiwa (Setyarini et al., 2020).

Hipertensi terjadi ketika tekanan darah terus-menerus tinggi dan bertahan selama satuan waktu tertentu. Aliran darah yang tetap tinggi, dinding arteri meregang melewati batas sehatnya. Semakin banyak tenaga yang digunakan untuk memompa darah keseluruh tubuh semakin banyak arteri yang meregang. Meregangnya arteri secara terus-menerus dapat menyebabkan pecahnya pembuluh darah yang bisa menyebabkan stroke (Setyarini et al., 2020).

Menurut WHO pada tahun (2020), satu milyar orang didunia menderita hipertensi atau 26,4% orang diseluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% ditahun 2025. Dari 1,6 milyar orang yang menderita hipertensi diseluruh dunia terdapat 29% penderita hipertensi lanjut. Di Indonesia berdasarkan data hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1% dimana mengalami kenaikan dari angka sebelumnya di tahun 2013 yaitu 25,8%. Prevalensi penderita hipertensi pada kelompok usia 45-54 tahun mencapai 45,9 pada kelompok usia 55-64 mencapai 57,6% pada usia 65 tahun mencapai 74% dan pada usia 75 tahun mencapai angka 63,8% (KEMENKES RI, 2021). Berdasarkan data dari profil kesehatan provinsi sumatera barat tahun 2020 penderita hipertensi pada lansia di kota padang pada tahun 2021 yaitu sebanyak 17.694 orang (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2020).

Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya hipertensi menurut American Heart Association (AHA), (2016) yaitu gen usia, obesitas, mengonsumsi sodium (garam) terlalu banyak, mengonsumsi alkohol terlalu banyak, diabetes dan tidak beraktivitas fisik. Dampak yang muncul pada lansia yang mengalami hipertensi yaitu menurunnya kualitas tidur, akan berdampak buruk terhadap kesehatan, karena dapat menyebabkan kerentanan terhadap penyakit, stress, konfusi, disorientasi, gangguan mood, kelelahan, menurunnya kemampuan berkonsentrasi dan kemampuan membuat keputusan. Dampak lebih lanjut dari penurunan kualitas ini menyebabkan menurunnya kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang nantinya akan berujung pada penurunan kualitas hidup pada lansia. Dampak lebih lanjut jika hipertensi tidak ditangani dengan baik dan tidak dikontrol dengan baik, akan mengakibatkan pengentalan darah jantung, vertigo, penyakit arteri perifer, angina pectoris, infark miokard, gagal jantung, lebih lanjut jatuh kepada stroke dan berakibat pada kematian (Potter, 2017).

Penatalaksanaan hipertensi ada dua macam yaitu farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi harus dilakukan dengan obat-obatan, jenis ini bekerja dengan cara mengeluarkan cairan tubuh melalui urin. Dengan

demikian, volume cairan dalam tubuh berkurang sehingga daya pompa jantung lebih ringan agen vasodilator bekerja langsung pada pembuluh darah dengan merileksasi otot pembuluh darah. Selain itu dengan penatalaksanaan nonfarmakologis sebagai alternative lain dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Selain sari pengobatan bahan kimia pemanfaatantumbuh-tumbuhan yang dipercayai dan berkhasiat dalam pengobatan hipertensi. Masyarakat dapat mengendalikan lingkungan sekitar untuk memenuhi kebutuhan hidup. Masyarakat telah lama mengenal dan menggunakan tumbuh-tumbuhan berkhasiat obat sebagai salah satu upaya dalam menanggulangi masalah kesehatan lansia dengan hipertensi seperti pemanfaatan daun alpukat (Camalia, Iin Fitah, 2017).

Penatalaksanaan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi yang dapat dilakukan dengan dua jenis yaitu penatalaksanaan farmakologis atau obat-obatan, jenis ini bekerja dengan cara mengeluarkan cairan tubuh melalui urin. Dengan demikian, volume cairan dalam tubuh berkurang sehingga daya pompa tubuh lebih ringan. Agen vasodilator bekerja langsung pada pembuluh darah dengan merelaksasi otot pembuluh darah. Selain itu dengan penatalaksanaan non farmakologis, ada beberapa pencegahan yang dapat dilakukan agar terhindar dari penyakit hipertensi diantaranya adalah cara berhenti merokok, menurunkan berat badan yang berlebihan mengurangi konsumsi alkohol, latihan fisik, mengurangi asupan garam dan meningkatkan konsumsi buah dan sayur (Leny joice sianturi, 2022).

Pengobatan farmakologis dengan menggunakan obat-obatan yang mengandung banyak bahan kimia secara berlebihan akan menimbulkan dampak lain dibandingkan pengobatan dengan obat-obatan nonfarmakologis, disamping biaya pengobatan tradisional lebih murah dibandingkan dengan obat-obatan yang lain. Obat tradisional dapat digunakan sebagai alternatif lain dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Selain dari pengobatan bahan kimia pemanfaatan tumbuh-tumbuhan yang dipercayai dan berkhasiat dalam pengobatan hipertensi. Masyarakat dapat mengandalkan lingkungan

sekitar untuk memenuhi kebutuhan hidup. Masyarakat telah lama mengenal dan menggunakan tumbuh-tumbuhan berkhasiat obat salah satu upaya dalam menanggulangi masalah kesehatan lansia hipertensi seperti pemanfaatan pengobatan menggunakan jus belimbing, jus semangka, rebusan daun salam, dan rebusan daun alpukat (Paramawati R, 2016).

Daun alpukat memiliki kandungan kalium yang tinggi. Kalium diperlukan untuk keseimbangan elektrolit dan mengontrol tekanan darah. Hal ini dapat menjadi dasar penggunaan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Daun alpukat memiliki aktifitas antioksidan dan membantu dalam mencegah atau memperlambat kemajuan berbagai oksidatif stres yang berhubungan dengan penyakit. Konsumsi ekstrak daun alpukat diketahui dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi secara signifikan, menurunkan kadar glukosa darah serta dapat menurunkan kadar ureum dan kreatinin pada ginjal (Leny joice sianturi, 2022).

Daun alpukat memiliki kandungan flavonoid yang berfungsi untuk menurunkan tekanan darah. Daun alpukat (*Persea Americana Mill*) adalah salah satu tanaman yang dapat dimanfaatkan untuk menurunkan tekanan darah. Kandungan Senyawa kimia dalam daun alpukat yang telah diketahui berperan aktif dalam mekanisme antihipertensi antara lain flavonoid, saponin dan alkaloid.. Mekanisme kerja dari flavonoid untuk melancarkan peredaran darah dan mencegah terjadinya penyumbatan pada pembuluh darah, sehingga darah dapat mengalir dengan normal. Saponin memiliki khasiat diuretik dengan menurunkan volume plasma dengan cara mengeluarkan air dan elektrolit terutama natrium, sehingga pada akhirnya cardiac output menurun. Cara kerja alpukat dengan mengeluarkan sejumlah cairan dan elektrolit maupun zat-zat yang bersifat toksik. Dengan berkurangnya jumlah air dan garam di dalam tubuh maka pembuluh darah akan longgar sehingga tekanan darah perlahan-lahan mengalami penurunan (Priyanto et al., 2018).

Peran perawat terhadap hipertensi yaitu sebagai edukator dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang pengertian, penyebab, tanda dan gejala, makanan yang tidak di anjurkan sampai dengan perawatan dan

komplikasi hipertensi, sebagai *care provider* yaitu dengan cara memberi kenyamanan dan keamanan bagi klien, memfasilitasi klien dengan anggota tim kesehatan lainnya dan berusaha mengembalikan kesehatan klien, sebagai *change agent* yaitu dengan cara memberikan perawatan dan pengobatan tradisional dengan memanfaatkan bahan-bahan herbal yang terdapat di lingkungan sekitar rumah (Setyarini et al., 2020).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh beberapa peneliti yaitu Fifi Ishak (2022) Yusri (2019) Priyanto (2018) mengenai pengaruh pemberian rebusan daun alpukat Terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi didapatkan hasil penelitian yaitu terdapat pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Diantara ketiga jurnal tersebut memiliki perbedaan masing-masing dalam segi metode penelitian, kelompok inervensi serta banyak intervensi yang diberikan kepada lansia penderita hipertensi. Namun pada hasil penelitian ketiga jurnal sama-sama didapatkan penurunan tekanan darah setelah pemberian intervensi rebusan daun alpukat selama 1 minggu mengonsumsi rebusan daun alpukat.

Berdasarkan penjelasan diatas penulis tertarik untuk mengangkat masalah yang dituangkan dalam yang Karya Ilmiah Ners (KIN) yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny.J dengan Masalah Hipertensi dan Evidance Based Practice Air Rebusan Daun Alpukat untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah kerja Puskesmas air dingin.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana penerapan air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mampu melakukan analisis praktek keperawatan pada Ny.J dengan hipertensi yang diberikan air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Wilayah kerja Puskesmas air dingin.

2. Tujuan khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan pada Ny.J dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin yang diberikan *Evidence Based Practice* air rebusan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah.
- b. Mampu merumuskan diagnosa keperawatan pada Ny.J dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin yang diberikan *Evidence Based Practice* air rebusan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah.
- c. Mampu menyusun rencana tindakan keperawatan pada Ny.J dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin yang diberikan *Evidence Based Practice* air rebusan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah.
- d. Mampu melakukan tindakan keperawatan pada Ny.J dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin yang diberikan *Evidence Based Practice* air rebusan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah.
- e. Mampu melakukan evaluasi asuhan keperawatan pada Ny.J dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin yang diberikan
- f. Mampu melakukan pendokumentasian asuhan keperawatan pada Ny.J dengan hipertensi yang diberikan air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Wilayah kerja Puskesmas air dingin.
- g. Mampu menganalisa *Evidence Based Practice* air rebusan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah pada Ny.J dengan hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Air Dingin Padang.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Karya ilmiah ini diharapkan mengembangkan pengetahuan dalam bidang pengetahuan dalam bidang keperawatan khususnya

penanganan pada hipertensi dengan mengaplikasikan terapi non farmakologis dengan menggunakan air rebusan daun alpukat sebagai salah satu intervensi terhadap penurunan tekanan darah pada Ny.J.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi penulis

Mahasiswa mampu mengaplikasikan atau menerapkan ilmu yang telah didapat dalam menyelesaikan masalah kesehatan melalui asuhan keperawatan lansia dengan masalah hipertensi yang diberikan air rebusan daun alpukat.

b. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan dapat menambah data dan sebagai bahan masukkan kepustakaan yang berkaitan dengan keperawatan lansia untuk meningkatkan dan pengembangan pendidikan serta ilmu pengetahuan tentang asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi dengan air rebusan daun alpukat

c. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menambah wawasan masyarakat dan dapat mengetahui perawatan hipertensi dengan air rebusa daun alpukat.