

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua (lanjut usia) merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungannya, ditandai dengan kegagalan seseorang individu untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis dan juga berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk kehidupan serta peningkatan kepekaan secara individual (Muhit, 2016).

Penduduk lansia di dunia mengalami peningkatan dari 8 % pada tahun 1950 menjadi 18 % pada tahun 2018 dan diperkirakan akan terus meningkat dengan cepat hingga mencapai 27 % pada tahun 2040. Populasi lansia pada tahun 2018 di dunia sebanyak 1054 juta jiwa atau sekitar 12 % dari total populasi. (WHO, 2018). Sedangkan, jumlah lansia yang berumur 60-74 tahun di Indonesia berdasarkan data Kemenkes RI tahun 2018 diperkirakan mencapai 20,24 juta jiwa atau setara dengan 8,03 % dari keseluruhan jumlah penduduk. Berdasarkan jenis kelamin, jumlah lansia perempuan lebih banyak dibandingkan dengan jumlah lansia laki – laki, yaitu 10,77 juta lansia perempuan dan 9,47 juta lansia laki – laki (Kemenkes,2018).

Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat (2018) selama dalam kurun waktu hampir 50 tahun dari 1971 sampai 2018 persentase lansia di Sumatera Barat meningkat dua kali lipat. Persentase lansia mencapai 9,27% atau sekitar 24,49 juta orang, adapun persentase lansia di Sumatera Barat di dominasi oleh lansia muda yaitu kelompok umur 45 sampai 59 tahun yang persentasenya mencapai 63,39 %, sisanya adalah lansia madya (lansia usia pertengahan) yaitu kelompok umur dari 60 – 69 tahun sebesar 27,92 % dan lansia tua yaitu kelompok umur 70 tahun keatas sebanyak 8,69 % dari jumlah populasi tersebut. Di Kabupaten Pesisir selatan tahun 2020 jumlah lansia yaitu 56.593 orang dan di wilayah kerja puskesmas Tarusan pada tahun 2020 berjumlah 3.037 orang (Disdukcapil, 2020).

Lansia merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap penyakit degeneratif. Salah satu penyakit yang sering dialami lansia adalah hipertensi (Utama, 2009). Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Saputra, 2014). Hipertensi atau dikenal sebagai tekanan darah tinggi menjadi masalah kesehatan yang mendunia (Mills et al, 2016). Hipertensi salah satu terjadinya penyakit kardiovaskuler pada lanjut usia. Pada usia lanjut tekanan darah cenderung tinggi sehingga lansia lebih beresiko mengalami hipertensi. Hipertensi salah satu penyakit degenerative yang perlu diwaspadai bagi kesehatan, tetapi tidak secara langsung membunuh penderitanya. Apabila tidak ditangani dengan baik, dapat memicu penyakit tergolong berat seperti stroke, infark miokard, gagal jantung, demensia, gagal ginjal, dan gangguan penglihatan (Arifin & Weta, 2016).

Hipertensi terjadi Ketika tekanan darah sistolik mengalami kenaikan melebihi 140 mmHg atau diastolic melebihi 90 mmHg, setelah melalui dua kali pengukuran atau lebih (Hinkle & Cheever, 2018). Hipertensi merupakan masalah yang perlu diwaspadai, karena tidak ada tanda gejala khusus pada penyakit hipertensi dan beberapa orang masih merasa sehat untuk beraktivitas seperti biasanya. Hal ini yang membuat hipertensi sebagai silent killer (Kemenkes, 2018).

World Health Organization (WHO) (2019) melaporkan angka kejadian hipertensi pada lansia di Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27 % dan Asia Tenggara berada diposisi ketiga dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. Sebanyak 1,13 miliar kasus dimana satu dari lima perempuan terkena hipertensi dan satu dari empat laki-laki terkena hipertensi, diperkirakan meningkat pada tahun 2025 sebanyak 1,5 miliar kasus. Di Indonesia, hipertensi memiliki pravalensi 45,9% pada kelompok usia 55-64 tahun, meningkat menjadi 57,6% pada kelompok usia 65-74 tahun dan meningkat menjadi 63,8% pada usia lebih dari 75 tahun. Data Riskesdas tahun (2018) menunjukkan prevalensi hipertensi yakni 34,1% mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 25,8% (Kementerian

Kesehatan RI, 2018).

Kabupaten Pesisir Selatan merupakan salah satu Kabupaten yang terletak di Sumatera Barat yang termasuk dalam 10 besar Kabupaten dengan angka Hipertensi yang tinggi yaitu 8,4 % pada lansia. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pesisir Selatan di bidang PTM Tahun 2022 penyakit Hipertensi berada pada posisi dua besar dari 10 penyakit terbanyak yaitu 24,5 % dari jumlah penduduk. Sedangkan di Puskesmas Tarusan penderita hipertensi 3 bulan terakhir (Januari-Mei 2023) sebanyak 452 orang atau 14,25 % dari jumlah penduduk, sedangkan jumlah lansia yang ada di Puskesmas Tarusan 2.974 orang yang menderita Hipertensi sebanyak 353 orang (11,3 %).

Merubah gaya hidup pada lansia tentu saja tidak dapat dilakukan sendiri. Keluarga memiliki peran penting dalam mengubah gaya hidup lansia, keluarga sangat dibutuhkan dalam perawatan lansia untuk memberikan perawatan kepada lansia. Keluarga merupakan perawat primer bagi anggotanya (Dewi, Bakri, & Dari, 2017). Tinggi lemak dan natrium atau garam merupakan salah satu faktor penyebab hipertensi, kemudian pada rokok terdapat kandungan nikotin yang memicu kelenjar adrenal melepaskan epinefrin atau adrenalin menyebabkan terjadinya penyempitan pembuluh darah dan membuat jantung memompa lebih berat karena tekanan yang lebih tinggi (Yanti, Murni, & Oktarina, 2021).

Menurut (WHO, 2012), dari 50% penderitanya Hipertensi yang diketahui, 25% mendapat pengobatan dan hanya 12,5% yang diobati dengan baik. Pengobatan penderita Hipertensi belum efektif karena sering terjadi kekambuhan serta menimbulkan efek samping berbahaya dalam jangka waktu yang panjang (Dicky, 2011). Pemakaian obat antihipertensi dalam jangka panjang dapat mengakibatkan ketergantungan akan obat, penurunan metabolisme pada lansia, penurunan fungsi ginjal, penurunan kemampuan jantung dan pembuluh darah, menyebabkan kerusakan fungsi kognitif yang tidak baik bagi kesehatan lansia (Lutfiyati et al., 2017). Hal ini yang mendorong para ilmuwan untuk mengembangkan terapi non farmakologis.

Terapi rendam kaki air hangat menggunakan penerapan panas ke tubuh sebagai intervensi untuk meningkatkan aliran darah, merevitalisasi tubuh, dan meningkatkan relaksasi. Air panas mengaktifkan saraf baroreseptor, yang mendorong impuls ke pusat vasomotor dan menyebabkan dilatasi pembuluh darah dan arteriol, menghasilkan efek relaksasi terapi rendam kaki. Vasodilatasi yang terjadi di arteriol menurunkan resistensi perifer, yang menurunkan aliran balik vena dan menurunkan curah jantung. Selain itu, terapi rendam kaki merangsang produksi bahan kimia endorfin dari kelenjar hipofisis, yang mengaktifkan sistem saraf parasimpatis dan menurunkan aktivitas daripada saraf simpatik. Hal ini menyebabkan vasodilatasi menyeluruh, yang menurunkan tekanan darah dan menurunkan resistensi perifer. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa pada lansia hipertensi yang telah menjalani terapi rendam kaki terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai BP pretest dan posttest ($P = 0,001$) (Ignasimuthu & Parimala, 2022)

Merendam kaki air hangat dapat memperlancar efek relaksasi bagi tubuh dan dapat menurunkan peredaran darah. Racun dalam tubuh dapat terserat oleh air hangat pada suhu $38^0 - 40^0$ C sehingga dapat meringankan sakit dan tegang pada otot dan membuat aliran peredaran darah lancar (Darmayanti & Windyastuti, 2022; Dinkes, 2014). Terapi rendam kaki menggunakan air juga bermanfaat menghilangkan rasa lelah dan mengatasi nyeri (Ulinuha et al., 2018). Terapi rendam kaki menggunakan air hangat termasuk ke dalam jenis hidroterapi yang berperan penting dalam efektivitas proses sirkulasi darah, mengatasi pembengkakan, merileksasikan otot, mengurangi rasa nyeri dan sakit pada otot, meningkatkan permeabilitas kapiler melalui adanya transfer rasa hangat dari air menuju tubuh. Sejalan dengan Ambarsari et al (2020) Kalor yang dihasilkan dari proses rendam kaki air hangat membuat pembuluh darah menjadi lebar, saraf yang berada di kaki terangsang sehingga sistem saraf parasimpatis dapat diaktifkan dan tekanan darah mengalami penurunan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Astutik & Mariyam (2021)

menunjukkan bahwa adanya penurunan tekanan darah pada lansia yang diberikan terapi rendam kaki dengan air hangat sebanyak tiga kali dan setiap intervensi berlangsung selama 20 menit, rata-rata tekanan darah berkurang sebesar 7,21 mmHg sistolik dan 1,1 mmHg diastolik. Proses terapi rendam kaki air hangat terasa lebih berkhasiat karena energi panas dari air hangat memiliki sifat mendilatasi sehingga membantu efektivitas sirkulasi darah juga memberi rangsangan pada saraf-saraf kaki agar saraf parasimpatis dapat diaktifkan serta mengendalikan tekanan darah (Astutik & Mariyam, 2021).

Berdasarkan hasil pengkajian dan wawancara yang dilakukan di Puskesmas Tarusan dengan mewawancari 1 orang Lansia dengan Hipertensi sudah pernah melakukan terapi non farmakologi dengan rebusan daun salam dan belum pernah dengan terapi non farmakologi terapi rendam kaki menggunakan air hangat. Untuk itu penulis tertarik mengambil pasien kelolaan yaitu “Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny.E Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarusan Dan *Evidence Based Practice* Rendam Kaki Air Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah karya tulis ilmiah akhir adalah: “Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny.E Dengan Hipertensi Yang Diberikan *Evidence Based Practice* Rendam Kaki Air Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarusan ”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny.E Dengan Hipertensi Yang Diberikan *Evidence Based Practice* Rendam Kaki Air Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarusan”

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada lansia dalam keluarga yang komprehensif pada Ny.E dengan penyakit hipertensi di wilayah kerja

Puskesmas Tarusan.

- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada Ny.E dengan penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tarusan.
- c. Membuat perencanaan keperawatan pada Ny.E dengan penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tarusan.
- d. Melakukan implementasi kepada pada Ny.E dengan penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tarusan.
- e. Melakukan evaluasi kepada pada Ny.E dengan penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tarusan.
- f. Melakukan Analisis *Evidence Based Praticce* terapi rendam kaki menggunakan air hangat pada lansia untuk menurunkan tekanan darah di Wilayah kerja Puskesmas Tarusan.

D. Manfaat Penelitian

Penulisan Karya Ilmiah Ners (KIN) ini diharapkan dapat bermanfaat dalam dua aspek yaitu :

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Klien

Intervensi yang diberikan pada klien yaitu merendam kedua kaki menggunakan air hangat diharapkan dapat diimplementasikan menjadi tindakan non farmakologi untuk klien dan keluarga untuk membantu penurunan tekanan darah di rumah.

b. Bagi Perawat dan Tenaga Kesehatan Lainnya

Temuan penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan peran perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada klien dengan masalah hipertensi sebagai pelengkap intervensi penurun tekanan darah, dan diharapkan intervensi terapi rendam kaki menggunakan air hangat sebagai salah satu pemecahan masalah pada klien yang menderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Mampu menambah kemampuan dalam menganalisis, memberikan

asuhan keperawatan pada klien dengan tekanan darah tinggi, mampu menerapkan tindakan sebagai terapi non farmakologis dalam upaya menurunkan tekanan darah pada pasien lansia yang menderita hipertensi.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penulisan diharapkan sebagai bahan buat acuan dalam dunia pendidikan khususnya keperawatan untuk dapat memberikan proses pembelajaran mengenai asuhan keperawatan lansia dengan penyakit hipertensi dengan pelaksanaan intervensi mandiri keperawatan yang dapat dilakukan berdasarkan hasil riset yang bersifat *evidence based*.

c. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat diimplementasikan menjadi tindakan non farmakologi untuk Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Baru khususnya lansia penderita Hipertensi untuk membantu penurunan tekanan darah di rumah.