

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organisation* (WHO, 2018) Lanjut usia merupakan suatu kejadian yang pasti dialami secara fisiologis oleh semua orang yang dikaruniai usia panjang. Lanjut usia akan mengalami proses penuaan, yang merupakan proses terus-menerus secara alamiah. Penurunan kondisi fisik/fisiologis yang di alami lansia ditandai dengan kulit yang mulai keriput, penglihatan dan pendengaran berkurang, gigi ompong, mudah lelah, gerakan lambat.

Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual, karena faktor tertentu lansia tidak dapat memenuhi kebutuhan dasarnya baik secara jasmani, rohani maupun sosial. Seseorang dikatakan lansia ialah apabila berusia 60 tahun atau lebih, lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan (Ode, 2019).

Perkembangan jumlah penduduk lanjut usia di dunia menurut WHO sampai tahun 2020 akan meningkat kurang lebih 600 juta menjadi 2 milyar lansia, dan wilayah Asia merupakan wilayah yang paling banyak mengalami perubahan komposisi penduduk, dan sekitar 25 tahun ke depan populasi lansia

akan bertambah sekitar 82%. Besarnya jumlah penduduk lansia menjadi beban jika lansia memiliki masalah penurunan kesehatan yang berakibat pada peningkatan biaya pelayanan kesehatan. Penduduk lanjut usia akan mengalami proses penuaan secara terus menerus dengan ditandai menurunnya daya tahan fisik sehingga rentan terhadap serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian (Ariyanto, dkk, 2020).

Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia. Berdasarkan sensus penduduk pada tahun 2010, jumlah lanjut usia di Indonesia yaitu 18,1 juta jiwa. Pada tahun 2014, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia menjadi 18,781 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025, jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa.

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah melebihi dari 140 mmHg (sistolik) dan lebih dari 90 mmHg (diastolik) pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat (Kemenkes RI, 2022). Terdapat banyak faktor yang melatar belakangi hipertensi, diantaranya faktor genetik, stres, kurang berolahraga dan konsumsi natrium yang berlebihan (Silalahi dan Harahap, 2018). Pada hipertensi, karena adanya berbagai gangguan genetik dan risiko lingkungan, maka terjadi gangguan neurohormonal yaitu sistem saraf pusat dan renin-angiotensin-aldosteron, serta terjadinya inflamasi dan resisten insulin. Resistensi insulin dan gangguan neurohormonal menyebabkan vasokonstriksi sistemik dan peningkatan resistensi perifer. Inflamasi menyebabkan gangguan ginjal yang disertai gangguan sistem renin- angiotensin-aldosteron (RAA) yang menyebabkan

retensi garam dan air di ginjal, sehingga terjadi peningkatan volume darah. Peningkatan resistensi perifer dan volume darah merupakan dua penyebab utama terjadinya hipertensi (Asikin dkk, 2016). Tekanan darah meningkat. Bertambah nya usia juga menyebabkan elastisitas arteri berkurang. Arteri tidak dapat lentur dan cenderung kaku, sehingga volume darah yang mengalir sedikit dan kurang lancar (Dewi, 2014).

Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) tahun 2017, menyebutkan bahwa dari total 1,7 juta kematian di Indonesia didapatkan faktor risiko yang menyebabkan kematian adalah tekanan darah (hipertensi) sebesar 23,7%, hiperglikemia sebesar 18,4%, merokok sebesar 12,7% dan obesitas sebesar 7,7%. WHO (2018) menyatakan prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Provinsi Sumatera Barat menempati posisi ke 20 dengan penderita hipertensi terbanyak dari provinsi yang ada di Indonesia. Penderita hipertensi pada usia 60 tahun keatas sekitar 650.000 orang (19,1%) dari 4,4 juta penduduk, sedangkan penderita hipertensi yang berusia 60 tahun kebawah jumlahnya mencapai 450.000 orang (17,45 %) (Riskesdas, 2020). Pada dasarnya penanganan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Pemberian terapi farmakologi berupa diuretic, *angiotensi converting enzyme inhibitor* (ACE), angiotensin II reseptor blocker, antagonis kalsium, vasodilator. Pengobatan farmakologis banyak menyembuhkan hipertensi namun pengobatan ini dapat menimbulkan

efek samping seperti mulut kering, haus, kelemahan, kepala pusing, elergi, nyeri otot, takikardi, sakit kepala, dan mual, sedangkan pemberian terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan cara mengontrol hipertensi seperti pengaturan pola makan, penggunaan berbagai macam terapi seperti yoga, terapi akupresur, olahraga, meditasi, dan terapi herbal. Selain itu penanganan hipertensi juga bisa dilakukan dengan minuman herbal seperti rebusan daun sirsak, jus alpokat, jus tomat namun, tidak semua penderita hipertensi suka minum rebusan daun sirsak, jus alpokat, jus tomat. Sedangkan pemberian terapi rendam kaki air hangat, secara fisiologis rendam kaki air hangat dapat melancarkan sirkulasi darah, meningkatkan oksigen dalam darah, dan dapat menurunkan tekanan darah yang tinggi (Dalimartha, 2019).

Pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat dapat dimanfaatkan sebagai tindakan kemandirian untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi disamping pengobatan farmakologi. Terapi rendam kaki menggunakan air hangat dengan suhu 38-40 derajat diatas mata kaki dilakukan selama 25-30 menit selain dapat menurunkan tekanan darah, meringannkan nyeri sendi, menurunkan ketegangan otot, melebarkan pembuluh darah, membunuh kuman, menghilangkan bau dan juga dapat meningkatkan kualitas tidur untuk lansia (Harnani & Axmalia, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan Sari & Viana (2022) tentang Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah pada lansia Hipertensi didapatkan hasil bahwa dari 20 responden setelah dilakukan rendam kaki air hangat yang mengalami perubahan tekanan darah sebanyak 18

responden dan yang tidak mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 2 responden. Melakukan terapi dengan memasukan kedua kaki dari ujung jari kaki sampai mata kaki kedalam baskom atau ember yang sudah berisi air hangat dengan suhu 39°C - 42°C selama 30 menit dilakukan selama 3 hari berturut turut. hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumawati *et al* (2018) yang mengatakan bahwa rendam kaki air hangat merupakan bentuk dari terapi komplementer menggunakan perendaman kaki dengan air hangat yang menjadi media untuk pemulihan cedera dan meningkatkan gejala-gejala gangguan persendian. Secara ilmiah air hangat memiliki dampak fisiologis bagi tubuh seperti mengurangi beban pada sendi-sendi serta hangatnya air hangat membuat sirkulasi darah menjadi lancar.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan penulis pada tanggal 22 Juni - 6 Juli 2024 di RT 01 RW 03 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang ditemukan 75 KK. Dari 75 KK didapatkan 20 orang lansia, dari 20 lansia ditemukan 11 orang lansia dengan penyakit hipertensi yang berada di RT 01 RW 03 Kalumbuk . Berdasarkan wawancara dengan 5 orang lansia yang menderita hipertensi, 3 orang lansia mengatakan sering sakit kepala dan nyeri pada sendi – sendi, 2 orang lansia merasa kegiatan sehari-harinya terganggu karena sakit kepala dan kuduk terasa berat. Dari 5 orang lansia tersebut memiliki tekanan darah rata - rata hipertensi derajat 1 yaitu 140 – 159 sistolik (mmHg) 90 – 99 distolik (mmHg) belum pernah mengetahui tentang terapi rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah (hipertensi). Dari hasil wawancara dengan Ny. S mengatakan dirinya merasa cemas dengan

keadaan saat ini karena sering mengalami sakit kepala dan nyeri pada lutut memiliki hipertensi derajat 3 yaitu 180 / 99 mmHg, Ny. S menderita hipertensi lebih kurang 3 tahun. Ny. S mengatakan belum pernah mengetahui tentang terapi rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah.

Oleh sebab itu penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan dengan intervensi rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi, dikarenakan terkhusus diwilayah Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang di RT 01RW 03 belum melakukan intervensi tersebut.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengaplikasikan asuhan keperawatan gerontik pada kelompok lansia dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di RT 01 RW 03 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada lansia dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. S
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan pada lansia dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. S
- c. Membuat rencana asuhan keperawatan pada lansia dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang rendam kaki air hangat untuk menurunkan

tekanan darah pada Ny. S

- d. Melaksanakan implementasi pada lansia dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. S
- e. Melakukan evaluasi pada lansia dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada Ny.S
- f. Mendokumentasikan hasil keperawatan pada lansia dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. S

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ny. S

Diharapkan dapat menjadi informasi bagi Ny. S terutama bagi lansia yang memiliki penyakit hipertensi (tekanan darah tinggi). Selain itu juga sebagai tambahan pengetahuan bagi lansia dan diharapkan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya komplikasi

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi referensi dan bermanfaat bagi penulis selanjutnya dibidang keperawatan terkait dengan asuhan keperawatan rendam kaki air hangat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi bahan bacaan dan dapat menjadi alternatif

dalam pemberian asuhan keperawatan khususnya pada lansia yang mengalami hipertensi serta penulisan ini merupakan penerapan ilmu keperawatan gerontik dan diharapkan nantinya dapat menambah ilmu pengetahuan bagi dunia keperawatan.

