

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seseorang mengalami pertambahan umur dengan disertai dengan penurunan fungsi fisik yang ditandai dengan penurunan massa otot serta kekuatannya, laju denyut jantung maksimal, peningkatan lemak tubuh, dan penurunan fungsi otak. Kelompok lanjut usia merupakan kelompok penduduk yang berusia 60 tahun keatas. Pada lanjut usia akan terjadi proses menghilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya secara perlahan-lahan sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi. (Akbar et al., 2020).

Menurut WHO pada tahun 2020 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 2020. Jumlah Lansia diperkirakan mencapai 28,800.000 (11,34%) dikawasan Asia Tenggara dari total populasi pada tahun 2020. Indonesia merupakan negara berkembang yang memasuki era penduduk menua, karena angka Lansia lebih dari 7,0% (Akbar et al., 2020).

Indonesia termasuk negara yang sedang mengalami penuaan penduduk, dengan semakin meningkatnya jumlah penduduk usia 60 tahun atau lebih (lanjut usia). Proporsi lanjut usia meningkat dua kali lipat pada kurun waktu 1971- 2019, dari 4,5% menjadi 9,6%. Menurut Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2019, sebanyak 25,6 juta lanjut usia, terdiri dari 52,4% perempuan dan 47,6% laki-

laki. Diproyeksikan penduduk lanjut usia akan mencapai 63,3 juta (19,8%) pada tahun 2045. (Adam, 2019).

Menurut WHO (2020) ada empat tahapan Lansia yaitu: usia pertengahan (45-59), Lanjut usia (60-74), Lanjut usia tua (75-90), Usia sangat tua (>90). Hasil sensus penduduk provinsi Sumatera Barat tahun 2020 terdapat jumlah Lansia sebesar 10,83%, jumlah tersebut naik dibandingkan jumlah lansia di tahun 2010 yaitu sebanyak 8,08%. Berdasarkan angka prevalensi jumlah Lansia di Kota Padang meningkat dari tahun ke tahun, dan jumlah lansia di Kota Padang mencapai 7,42% pada tahun 2020. (Lubis, 2020).

Seiring meningkatnya usia, terjadi perubahan dalam struktur dan fungsi pada sel, jaringan serta sistem organ. Perubahan tersebut mempengaruhi kemunduran kesehatan fisik yang pada akhirnya akan berpengaruh pada kerentanan terhadap penyakit. Banyak perubahan yang dialami oleh lansia salah satunya perubahan fungsi biologis karena proses degeneratif menyebabkan sistem pembuluh darah mengalami penebalan di daerah miokardial sehingga pengemangan pembuluh darah terhambat rentan mengalami masalah kesehatan terutama hipertensi. (Adam, 2019).

Hipertensi dikenal masyarakat dengan sebutan penyakit darah tinggi yang termasuk masalah *degenerative*, masalah hipertensi banyak diderita oleh masyarakat dunia termasuk di negara Indonesia, masalah hipertensi termasuk penyakit yang sering dialami oleh lansia . Banyak para lansia dengan mudahnya meremehkan gejala-gejala dari penyakit hipertensi ini. Hipertensi dapat menyebabkan meninggalnya penderita oleh sebab itu banyak yang beranggapan bahwa masalah

hipertensi disebut dengan pembunuh diam-diam atau *the silent killer*, karena penyakit tersebut bisa datang tiba-tiba tanpa menunjukkan gejala (Information, 2021).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus-menerus lebih dari suatu periode. Menurut WHO, batasan tekanan darah yang masih dianggap normal adalah 140/90 mmHg, sedangkan tekanan darah $\geq 160/95$ mmHg dinyatakan sebagai Hipertensi. Tekanan darah di antara normotensi dan Hipertensi disebut *borderline hypertension* (Garis Batas Hipertensi) (Ilmu & Journal, 2021).

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 utamaterjadinya hipertensi (Heri et al., 2022).

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) tahun 2018 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, artinya 1 dari 13 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi. Diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Ilmu & Journal, 2021).

Data WHO didukung oleh data *Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME)* tahun 2018 bahwa di Indonesia 1,7 juta kematian di Indonesia dengan faktor risiko yang menyebabkan kematian merupakan tekanan darah (hipertensi) sebesar 23,7%, hiperglikemia sebesar 18,4%, merokok sebesar 12,7% dan obesitas sebesar 7,7%. RISKESDAS 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%) (Nugraha, 2018).

Berdasarkan data dari profil kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2020 penyakit hipertensi pada lansia sudah mencapai jumlah 73.639 (Profil Dinkes Provinsi Sumatera Barat, 2020). Data prevalensi hipertensi dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2020 dari 23 Puskesmas di Kota Padang didapatkan bahwa penderita hipertensi lansia berjumlah 17.694 jiwa. Adapun Urutan Penderita hipertensi terbanyak Pertama di Puskesmas Andalas sebesar 7.703, ke 2 Puskesmas Lubuk Buaya sebesar 5.547 dan ke 3 Puskesmas Pauh 5.184. (Dinas Kesehatan Kota, 2020 dalam Ilmu & Journal, 2021).

Berdasarkan data dari Puskesmas Kuranji Tahun 2022 penderita hipertensi sebanyak 729 orang (Puskesmas Kuranji, 2023). Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan komunitas dari 130 KK yang ada di RW 03 didapatkan sebanyak 25 orang lansia, dan 12 diantaranya mengalami peningkatan tekanan darah.

pada lansia penderita hipertensi membutuhkan penanganan/terapi seperti terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi yang diberikan biasanya golongan antagonis kalsium. Selain memiliki manfaat menurunkan hipertensi

golongan obat ini juga memiliki sejumlah efek samping yang mungkin dapat timbul setelah menggunakannya seperti sakit kepala, pusing, pembengkakan kaki dan tungkai bagian bawah, sembelit (konstipasi), ruam, mengantuk, mual, jantung berdebar dan pengobatan nonfarmakologi seperti memperbanyak memakan sayur dan buah, buah yang dapat menurunkan tekanan darah adalah buah naga, semangka, melon, blimbing dan contoh sayur yang dapat menurunkan tekanan darah adalah tomat (Septimar et al., 2020).

Jus tomat (*solanium lycopersicum*) merupakan salah satu buatan dari buah tomat, jus tomat dinilai memiliki kandungan yang cukup efektif untuk menurunkan tekanan darah sehingga menjadikan tomat sebagai mencegah meningkatnya tekanan darah baik sistolik maupun diastolik. Kandungan kalium di 100 gr tomat mengandung 235 mg kalium. Kalium berguna untuk mencegah meningkatnya tekanan darah dengan cara vasodilator dapat mengakibatkan pengurangan retensi perifer dan menaikkan *cardiac output*, selain itu kalium bertugas menjadi diuretik sehingga penyingkiran natrium dan cairan menjadi bertambah. Kemudian bermanfaat juga sebagai membatasi pelepasan pada renin, sehingga dapat memperbaiki kegiatan renin angiotensin dan bermanfaat juga untuk memerintah saraf perifer pada sentral sehingga dapat mengakibatkan perubahan nilai tekanan darah. Serta tomat memiliki kandungan likopen yang dinilai efektif sebagai menurunkan tekanan darah, tomat sedikit memiliki natrium dan lemak (Martini, 2019).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh mahasiswa profesi ners STIKes Alifah Padang pada tanggal 10-14 Juli 2023 di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang ditemukan 130 KK. Dari 130 KK didapatkan 12 orang

lansia dengan penyakit hipertensi di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang. Berdasarkan wawancara dengan 7 orang lansia yang menderita hipertensi lansia mengatakan merasa kegiatan sehari-harinya terganggu karena sakit kepala dan kuduk terasa berat dan 5 diantara 7 orang yang diwawancarai mengatakan tidak mengetahui jus tomat dapat menurunkan tekanan darah.

Subjek yang digunakan merupakan lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan ketidakefektifan pemeliharaan kesehatan pada lansia di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang. Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner, wawancara serta studi dokumentasi.

Berdasarkan data diatas maka penulis tertarik menyusun karya ilmiah Ners tentang **“Asuhan Keperawatan Komunitas Pada Lansia Dengan Manajemen Pemeliharaan Kesehatan Melalui Pemberian Jus Tomat (*Solanium Lycopersium*) Untuk Menurunkan Tekanan Darah di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang Tahun 2023”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah yaitu “Asuhan Keperawatan Komunitas Pada Lansia Dengan Manajemen Pemeliharaan Kesehatan Melalui Pemberian Jus Tomat (*Solanium Lycopersium*) Untuk Menurunkan Tekanan Darah di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang Tahun 2023”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengaplikasikan asuhan keperawatan komunitas pada lansia dengan manajemen pemeliharaan kesehatan melalui terapi jus tomat (*solonium lycopersium*) untuk menurunkan tekanan darah di Rw 03 kecamatan kuranji kelurahan korong gadang tahun 2023

2. Tujuan Khusus

1. Mampu melakukan pengkajian pada lansia dengan manajemen pemeliharaan kesehatan melalui terapi jus tomat (*solonium lycopersium*) untuk menurunkan tekanan darah di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang Tahun 2023.
2. Mampu merumuskan diagnosa keperawatan pada lansia dengan manajemen pemeliharaan kesehatan melalui terapi jus tomat (*solonium lycopersium*) untuk menurunkan tekanan darah di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang Tahun 2023.
3. Mampu merencana keperawatan pada lansia dengan manajemen pemeliharaan kesehatan melalui jus tomat (*solonium lycopersium*) untuk menurunkan tekanan darah di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang Tahun 2023.
4. Mampu melakukan implementasi keperawatan pada lansiadengan manajemen pemeliharaan kesehatan melalui terapi jus tomat (*solonium lycopersium*) untuk menurunkan tekanan darah di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang Tahun 2023.

5. Mampu melakukan evaluasi keperawatan pada lansia dengan manajemen pemeliharaan kesehatan melalui terapi jus tomat (*Solanum lycopersium*) untuk menurunkan tekanan darah di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang Tahun 2023.

D. Manfaat KIAN

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Penulis

Untuk mendapatkan pengalaman dan kemampuan penulis dalam melakukan pemberian jus tomat (*Solanum Lycopersium*) dalam upaya penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di RW 03 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang Tahun 2023.

b. Bagi Penulis Selanjutnya

Hasil penulisan ini dapat digunakan sebagai data dasar atau data pendukung untuk penulis selanjutnya dan sebagai acuan pembelajaran yang berminat di bidang keperawatan komunitas.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penulisan ini merupakan penerapan ilmu keperawatan komunitas dan diharapkan nantinya dapat menambah ilmu tersebut bagi dunia keperawatan terutama terkait kesehatan pada lansia.

b. Bagi Kader Kesehatan

Penulis berharap ini dapat dijadikan sumber informasi dalam

rangka meningkatkan pengetahuan asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dan mengencaritahu pengobatan non farmakologi seperti pemberian jus tomat (*Solanium Lycopersium*) dalam upaya penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

