

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Lansia (lanjut usia) adalah proses alamiah yang terjadi pada seseorang karena telah memasuki tahap akhir dari fase kehidupan, proses ini terjadi secara berkesinambungan dimana ketika seseorang mengalami beberapa perubahan yang mempengaruhi fungsi dan kemampuan seluruh tubuh yang disebut dengan proses penuaan atau aging process. Menua atau menjadi tua adalah suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari. Proses penuaan terjadi secara alamiah. Hal ini dapat menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi dan psikologis (Aisyah, A N & F, 2020).

Penyakit yang banyak diderita oleh lansia adalah hipertensi 63,5%, masalah gigi 53,6%, penyakit sendi 18%, masalah mulut 17%, diabetes mellitus 5,7%, penyakit jantung 4,5%, stroke 4,4%, gagal ginjal 0,8% dan kanker 0,4%. Sementara itu dilaporkan bahwa sebesar 80,30% lansia pada kelompok usia 60-69 tahun memiliki kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari, sebesar 68,09% pada usia 70-79 tahun, dan hanya sebesar 50,04% pada usia 80 tahun ke atas (Kemenkes RI, 2018).

Pada umumnya tekanan darah meningkat secara perlahan diringi bertambahnya usia. Hipertensi merupakan tekanan darah persisten dimana tekanan pada sistolik diatas 140 mmHg dan pada diastolic diatas 90

mmHg. Pada lanjut usia, dimana hipertensi dengan tekanan sistolik 160 mmHg dan diastolic 90 mmHg (Imelda et al., 2020).

Hipertensi yang terjadi pada lansia disebabkan adanya perubahan gaya hidup dan bertambahnya usia, pengkonsumsian garam yang meningkat serta stres. Reaksi yang muncul terhadap impuls stress yaitu tekanan darah yang meningkat dan pada umumnya seseorang yang mengalami stres kesulitan untuk istirahat atau tidur yang mengakibatkan tekanan darah menjadi meningkat Pola hidup yang baik serta diimbangi pola makan yang sehat merupakan pilihan yang tepat untuk menghindari dari gejala hipertensi (Seke et al., 2016).

Menurut World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22% dari total penduduk dunia. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27% dan Asia berada diposisi ke 3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 36% terhadap total penduduk. Hipertensi juga menjadi penyebab kematian dengan angka 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia tahun 2016 (Anitasari, 2019).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Prevalensi hipertensi (diagnosis dokter) menurut karakteristiknya terjadi perbedaan antara laki-laki dan perempuan yaitu laki-laki sebanyak 31,3% sedangkan perempuan sebanyak 36,9%. Jika dilihat dari tempat tinggal perkotaan lebih tinggi yaitum 34,4% dibandingkan perdesaan yaitu 33,7%. Hasil data prevalensi hipertensi menurut umur didapat pada umur  $\geq 75$  tahun

menjadi yang tertinggi yaitu 69,5% sedangkan terendah terdapat pada rentang umur 18-24 tahun yaitu 13,2%. Prevalensi hipertensi menurut provinsi tertinggi terdapat pada provinsi Kalimantan Selatan yaitu 44,13% dan terendah provinsi Papua yaitu 22,2% (Kemenkes, 2016).

Prevalensi hipertensi di Sumatera Barat yakni 25,16% dari jumlah 176. 169 kasus yang terdeteksi melalui pengukuran tekanan darah. Dari data yang diperoleh 19 Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatera Barat, prevalensi penderita hipertensi di Kota Padang mencapai 156.870 orang, dengan prevalensi tertinggi di Puskesmas Andalas yaitu sebanyak 14.355 orang dan yang kedua di Puskesmas Lubuk Buaya sebanyak 11.449 orang (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2020).

Berdasarkan data dari Puskesmas Kuranji Tahun 2022 penderita hipertensi sebanyak 729 orang dan empat bulan terakhir yaitu bulan Januari sampai April Tahun 2023 tentang kasus hipertensi sebanyak 256 orang Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan komunitas dari 110 KK yang ada di RW 05 RT 02 dan RT 05 didapatkan sebanyak 48 orang lansia dan 23 lansia diantaranya mengalami peningkatan tekanan darah (Puskesmas Kuranji, 2023).

Hipertensi yang tidak dikontrol terutama pada lansia yang berusia 60 tahun lebih akan mengakibatkan berbagai penyakit vaskularisasi atau dikenal juga dapat menimbulkan komplikasi berbagai penyakit. Hipertensi telah dianggap sebagai penyakit yang perlu diwaspadai dan harus dianggap serius dalam penagannya dikarenakan dampaknya yang

bahkan bisa menyebabkan kematian. Menurut para ahli, kematian akibat penyakit jantung yang dialami lansia dengan hipertensi tiga kali lebih banyak dibandingkan lansia tanpa hipertensi di usia yang sama. Adapun beberapa dampak fisiologis lainnya seperti mudah lelah, penurunan aktifitas, adanya penurunan daya tahan tubuh, terjadi ketidakstabilan tanda-tanda vital, dan lain-lain. Masalah juga dapat terjadi pada sisi psikologis yaitu terjadinya masalah kecemasan, depresi, coping tidak efektif, dan lain-lain (Ningrum, 2019).

Diperkirakan sebanyak 90% penderita hipertensi merupakan hipertensi primer. Penyebab hipertensi primer pun tidak diketahui secara pasti, namun dikatakan bahwa ada faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi primer yaitu adanya faktor genetik, masalah stress psikologis, adanya masalah dalam lingkungan dan diet pola hidup (Adrian, 2019).

Terapi farmakologi dan non-farmakologi telah diyakini dapat membantu mengatasi kestabilan tekanan darah pada penderita hipertensi. Adapun obat-obatan farmakologi berupa anitihipertensi seperti Diuretik, Simpatolitik, Betalocker, penghambat neuron adrenergic, Antagonik angiotensin. Ada beberapa alasan seseorang enggan menggunakan pengobatan farmakologi yaitu terkait biaya dan dikatakan memiliki beberapa efek samping jika digunakan jangka panjang. Terapi non-farmakologis menjadi alternatif dalam mengatasi hipertensi, beberapa cara yang bisa dilakukan seperti diet, rajin berolahraga dan meminum ramuan

tradisional. WHO merekomendasikan obat tradisional untuk mengurangi tekanan darah tinggi dikarenakan obat tradisional mudah didapat, murah, dan minim akan efek samping. Jus buah mentimun mampu mengurangi gejala tekanan darah tinggi pada usia lansia yang dianalisis dari kandungan, dosis, maupun cara pengolahan yang sederhana sehingga literature review ini hasilnya dapat dipertanggungjawabkan (Misda et al., 2021).

Dalam hal ini peran perawat adalah sebagai edukator yaitu dengan cara memberikan pengetahuan bagi lansia dengan cara menganjurkan lansia untuk menjaga pola makan dan makan makanan yang bersih dan menyehatkan (makanan yang tidak mengandung banyak kolesterol dan tinggi kandungan garam), memberikan pendidikan kesehatan tentang pengertian, penyebab, tanda gejala, makanan yang tidak dianjurkan sampai dengan perawatan dan komplikasi hipertensi (Wilson, 2018).

Mengacu pada konsep *back to nature* yaitu dengan menggunakan bahan local yang banyak terdapat di masyarakat, karena bahan tersebut kaya akan antioksidan dan kalium dalam bentuk jus buah sebagai upaya menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Buah-buahan sering digunakan sebagai obat komplementer darah tinggi umumnya buah-buahan yang mengandung banyak air, salah satunya yaitu mentimun.

Buah mentimun sangat baik dikonsumsi untuk penderita hipertensi. Suatu makanan dikatakan makanan yang sehat untuk pembuluh darah dan jantung, dimana makanan elektrolit intraseluler yang utama, dalam kenyataan, 98% kalium tubuh berada di dalam sel, 2% ini untuk fungsi neuromuskuler.

Kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skelet maupun otot jantung. Mengonsumsi mentimun dapat menurunkan tekanan dan sangat baik untuk penderita hipertensi. Mentimun juga mempunyai bersifat diuretic karena kandungan air nya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan buang air kecil (BAK).

Selain mengandung *kalium* timun juga mengandung gizi yang tinggi, vitamin AB1, B2, B6 juga vitamin C. Seledri juga kaya pasokan kalium, asam amino esensial. Pada pasokan kalium sangat bermanfaat untuk terapi darah tinggi. Pada 100 g timun terkandung 344 mg kalium dan natrium yang mencapai 3:1, sangat baik bagi penderita darah tinggi. Pada timun perbandingan tersebut mencapai 2,75:1 sudah sangat mendekatirasio ideal untuk pencegahan Hipertensi dikutip dari (Afifah 2019).

Timun juga mudah dicari, harganya juga sangat terjangkau oleh masyarakat. Selain itu timun juga tidak memiliki efek samping yang berbahaya. Oleh karena itu timun sangat baik sebagai terapi pengobatan hipertensi. Untuk pengobatan hipertensi caranya dengan mengambil  $\frac{1}{4}$  gram timun.

Semuanya dicuci dan di blender dengan air bersih sebanyak 100cc gelas minum atau setara dengan 400ml. Minum dua hari sekali untuk penderita Hipertensi (Afifah, 2019).

Hasil penelitian Christine, et al (2021) tentang Pengaruh Pemberian Jus Mentimun Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di PSTW Sinta Rangkang Tahun 2020 menunjukkan hasil tekanan darah sesudah

diberikan terapi jus mentimun yang diambil pada pemberian terakhir. Rata-rata tekanan darah pada sistole 124,7 mmHg dan diastole 78,8 mmHg. Hasil uji Wilcoxon Rank Test menunjukkan adanya perbedaan pada tekanan darah (systole dan diastole) responden sebelum dan sesudah pemberian jus mentimun ( $p=0.002$ ). Selanjutnya, pemberian jus mentimun memberikan efek menurunkan tekanan darah ( $z=-3.038$ ) responden.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh mahasiswa profesi ners STIKes Alifah Padang pada tanggal 17-19 Juli 2023 di RW 05 RT 02 dan RT 05 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang ditemukan 110 KK. Dari 110 KK didapatkan 48 orang lansia dengan 23 orang lansia penyakit hipertensi di RW 05 RT 02 dan RT 05 Kecamatan Kuranji Kelurahan Korong Gadang.

Berdasarkan wawancara dengan 4 orang lansia yang menderita hipertensi lansia mengatakan merasa kegiatan sehari-harinya terganggu karena sakit kepala dan kuduk terasa berat yang dirasakannya dan lansia belum mengetahui pengobatan alternatif untuk menurunkan tekanan darah lansia dengan pemberian terapi non farmakologi jus timun.

Subjek yang digunakan merupakan lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan manajemen kesehatan tidak efektif pada lansia RW 05 RT 02 dan RT 05 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji. Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner, wawancara serta studi dokumentasi.

Berdasarkan uraian diatas banyaknya prevalensi penderita hipertensi maka peneliti tertarik untuk membuat suatu karya ilmiah ners dengan judul **“Asuhan Keperawatan Komunitas Pada Lansia Dengan Manajemen Kesehatan Tidak Efektif (Hipertensi) Dengan Pendekatan Terapi Jus Timun Di RW 05 RT 02 Dan RT 05 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik melakukan bagaimana Asuhan Keperawatan Komunitas Pada Lansia Dengan Manajemen Kesehatan Tidak Efektif (Hipertensi) Dengan Pendekatan Terapi Jus Timun di RW 05 RT 02 & RT 05 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023

## **C. Tujuan Penulisan**

### **1. Tujuan Umum**

Mampu memberikan Asuhan Keperawatan Komunitas Pada Lansia Dengan Manajemen Kesehatan Tidak Efektif (Hipertensi) Dengan Pendekatan Terapi Jus Timun di RW 05 RT 02 & RT 05 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu menganalisis pengkajian pada lansia dengan Pemberian Terapi Jus Timun dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang.



- b. Mampu menganalisis Diagnosa Keperawatan pada lansia dengan Pemberian Terapi Jus Timun dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang.
- c. Mampu menganalisis perencanaan pengelolaan pada lansia dengan Pemberian Terapi Jus Timun dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang.
- d. Mampu menganalisis implementasi pada lansia dengan Pemberian Terapi Jus Timun dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang.
- e. Mampu menjelaskan evaluasi tindakan keperawatan yang telah dilakukan sesuai dengan rencana keperawatan pada lansia dengan Pemberian Terapi Jus Timun dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang.
- f. Mampu menerapkan *Evidence Based Nursing* terapi jus timun dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan Hipertensi di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 202.

## **D. Manfaat KIAN**

### **1. Manfaat Teoritis**

#### **a. Bagi Penulis**

Untuk mendapatkan pengalaman dan kemampuan penulis dalam melakukan pemberian terapi jus timun dalam upaya penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di RW 05 RT 02 dan RT 05 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji 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 Tempat Penelitian**

Penulis berharap ini dapat dijadikan sumber informasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi, baik dalam pengembangan metode maupun menelusuri faktor-faktor yang mempengaruhi masing-masing variable, seperti manfaat terapi jus timun pada lansia