

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia dipandang sebagai masa degenerasi biologis yang disertai dengan berbagai macam penyakit yang menyertai proses menua. Penurunan kemampuan berbagai organ, fungsi, dan sistem tubuh itu bersifat alamiah atau fisiologis (Yobel, 2019). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, penyakit yang terbanyak pada lansia untuk penyakit tidak menular antara lain: hipertensi, masalah gigi, penyakit sendi, masalah mulut, diabetes mellitus, penyakit jantung dan stroke, dan penyakit menular antara lain seperti ISPA, diare, dan pneumonia (Riskesdas, 2018).

Penyakit tidak menular umumnya mempunyai durasi yang panjang dan berkembang. Salah satu penyakit tidak menular yaitu Hipertensi. merupakan salah satu jenis penyakit yang terus mengalami peningkatan jumlah kasus penderita. Hipertensi merupakan penyakit yang diakibatkan oleh faktor umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik, kebiasaan merokok, obesitas, kurang aktifitas fisik, stress dan konsumsi makanan atau minuman tinggi garam dan kafein (Ully Humaira, 2023)

Organisasi kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO 2019) mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Diperkirakan 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar

orang yang terkena hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Dari sejumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki (WHO, 2019).

Prevalensi hipertensi di Indonesia sekitar 34,1% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 pada penduduk umur ≥ 18 tahun sebesar 34,11%, prevalensi tertinggi berada pada provinsi Kalimantan Selatan (44,13%), diikuti oleh Kalimantan Timur (39,30%), Jawa Tengah (37,57%), Kalimantan Barat (36,99%), dan Jawa Timur (36,32%) (Kemenkes RI, 2018).

Secara nasional hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi sebesar 34,11%. Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan (36,85%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (31,34%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (34,43%) dibandingkan dengan perdesaan (33,72%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur (Riskesdas, 2018). Prevalensi hipertensi di Sumatera Barat yakni 25,16% dengan jumlah 176.169 kasus yang terdeteksi melalui pengukuran tekanan darah. Kota Padang merupakan wilayah tertinggi di Sumatera Barat dengan jumlah kasus hipertensi sebesar 44.330 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi, 2018). Puskesmas yang menduduki angka tertinggi penderita *Hipertensi* yaitu puskesmas Andalas kota padang dengan jumlah sebanyak 15.702 orang.

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana peningkatan darah sistolik berada diatas batas normal. Faktor penyebab terjadinya hipertensi adalah umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik (faktor resiko yang tidak dapat

diubah/dikontrol), kebiasaan merokok, obesitas, kurang aktivitas fisik, stress, konsumsi makanan asin, kafein, konsumsi mono sodium glutamat (vetsin, kecap, pasta udang) (Gadingrejo et al., 2020). Meningkatnya tekanan darah di dalam arteri bisa terjadi melalui beberapa cara yaitu jantung memompa lebih kuat sehingga mengalirkan lebih banyak cairan pada setiap detiknya arteri besar kehilangan kelenturannya dan mmenjadi kaku sehingga mereka tidak dapat mengembang pada saat jantung memompa darah melauai arteri tersebut. Darah pada setiap denyut jantung dipaksa untuk melalui pembuluh yang sempit dari pada biasanya dan menyebabkan naiknya tekanan. Ini lah yang terjadi pada usia lanjut, di mana dindingnya arterinya telah menebal dan kaku karena arterioskalirosis (Kurniawan, 2019).

Makanan yang dimakan secara langsung atau tidak langsung berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah. Kandungan zat gizi seperti lemak dan sodium memiliki kaitan yang erat dengan munculnya hipertensi. Pelaksanaan diet yang teratur dapat menormalkan hipertensi, yaitu dengan mengurangi makanan dengan tinggi garam, makanan yang berlemak, mengonsumsi makanan yang tinggi serat dan melakukan aktivitas olahraga (Agrina et al., 2018).

Gangguan Hipertensi ditandai dengan sakit kepala,kepala bagian belakang terasa berat dan. Nyeri yang timbul pada umumnya muncul secara tiba-tiba. Kemunculan secara tiba-tiba ini sering menyebabkan penderita Hipertensi sulit beraktifitas. Saat bangun tidur, misalnya, kepala pusing dan pandangan kabur, pada umumnya penderita hipertensi mengalami hal tersebut (Yobel, 2019).

Mengatasi masalah keperawatan nyeri kronis pada kasus *Hipertensi* terlebih dahulu dengan menurunkan Tekanan darah yang dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan terapi non farmakologis maupun kombinasi keduanya. Terapi farmakologis yaitu seperti penggunaan obat- obatan, namun penggunaan terapi farmakologi obat-obatan akan memiliki dampak dan pengaruh kerja ginjal menjadi lebih berat (Gerliandi et al., 2021).

Kecendrungan masyarakat menggunakan obat-obatan alternatif untuk mengatasi berbagai penyakit dan gangguan kesehatan semakin tinggi (Palmer & William,2017). Pengobatan non farmakologis adalah pilihan utama untuk menurunkan tekanan darah karena selain tidak memiliki efek samping yang membahayakan bagi kesehatan, pengobatan jenis ini cenderung tidak memerlukan biaya yang mahal dan mudah dilakukan. Pengobatan non farmakologis bagi pasien hipertensi pada dasarnya adalah pengontrolan berat badan, perubahan gaya hidup, pebatasan natrium dan lemak, mempertahankan asupan kalium, manajemen stress, mengurangi merokok dan relaksasi (Ignatavicius & Workman,2021)

Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH), merekomendasikan pasien hipertensi banyak mengonsumsi buah-buahan dan sayuran, meningkatkan konsumsi serat dan minum banyak air (Lewis, Hetkemper & Diksen,2020). Terapi jus buah sejak lama telah lama digunakan untuk penyembuhan berbagai penyakit termasuk hipertensi. Zat gizi yang dapat larut dalam jus buah paling mudah dicerna juga diserap oleh tubuh dan jus buah merupakan media sempurna untuk penyembuhan hipertensi (Jensen,2019). Riset menunjukkan jus buah untuk hipertensi yang dikonsumsi pada pagi hari

selain dapat menyegarkan tubuh, akan terserat lebih sempurna oleh usus pukul 08.00-11.00 menunjukkan tekanan darah menunjukkan angka paling tinggi (Bangun, 2022). Terapi ini dapat dilakukan dengan mengonsumsi salah satu buah yang dapat disajikan dalam bentuk jus serta mempengaruhi tekanan darah seperti jus buah belimbing (Bangun, 2022).

Menurut Wiyowidagro (2022), cara pembuatan jus buah belimbing yang dapat menurunkan hipertensi yaitu buah belimbing manis 180 gram (bila di blender tanpa air menjadi \pm 150-160 ml) di blender dengan ditambah air 25 ml dan disajikan 1x pada pagi dan sore hari.

Sesuai dengan penelitian oleh Sani & Afni, (2019) tentang pengaruh pemberian jus Belimbing terhadap tekanan darah pada lansia dengan *Hipertensi*. Hasil menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian jus Belimbing terhadap tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian jus Belimbing dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Sejalan dengan penelitian oleh Lutfia & Sitanggang, (2019) tentang Pengaruh Pemberian Jus Belimbing Terhadap Penurunan Tekanan darah Pada Lansia Di Desa Tanjungsari Cijeruk Bogor Tahun 2018, di peroleh hasil kelompok intervensi sebelum dan sesudah independent t-test $p = 0,000$. Kesimpulan ada pengaruh antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Artinya ada pengaruh pemberian jus belimbing terhadap tekanan darah.

Penelitian juga dilakukan oleh Yobel, (2019) tentang Pengaruh Pemberian Jus Belimbing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Pumpungan Iv Rt 03 Rw 02 Kecamatan Sukolilo Surabaya, hasil penelitian setelah dilakukan pemberian jus belimbing hampir setengah 46% mengalami

penurunan tekanan darah. Dari uji statistik dengan menggunakan uji parametrik *paired t-test* menunjukkan nilai $p= 0.000$ berarti $p<0.05$ yang berarti H_0 ditolak. Sehingga penelitian ini dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian jus nelimbing terhadap penurunan kadar tekanan darah.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin didapatkan dari 25 lansia yang diberikan pertanyaan didapatkan 23 diantaranya memiliki tekanan darah berada di atas 160/85 mmhg. 9 orang lansia mengeluh sakit kepala dan pusing sehingga mengganggu aktivitasnya. Pada saat ditanyakan tentang alternatif untuk menurunkan tekanan darah tidak ada lansia yang mengetahui tentang pemberian jus buah belimbing sebagai upaya untuk menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan data diatas dan berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan diatas penulis tertarik untuk melakukan intervensi pemberian jus belimbing terhadap penurunan tekanan darah. Metode dalam penelitian studi kasus ini bertujuan untuk mengeksplorasi asuhan keperawatan pada klien dengan intervensi pemberian jus belimbing pada masalah keperawatan nyeri kronis dengan diagnosa medis Hipertensi di panti sosial tresna werdha sabai nan aluih Sicincin.

Subjek yang digunakan adalah pasien Ny.M yang mengalami *Hipertensi* dengan masalah nyeri kronis di panti sosial tresna werdha sabai nan aluih Sicincin pada tanggal 06 – 17 Juni 2023. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik serta studi dokumentasi.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengaplikasikan asuhan keperawatan pada pasien dengan diagnosa *Hipertensi* dengan menggunakan inovasi terapi jus Belimbing terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan yang komprehensif pada Ny.M dengan pemberian jus Belimbing dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023.
- b. Mampu menegakkan diagnosa keperawatan pada Ny.M dengan pemberian jus belimbing dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023
- c. Mampu Menyusun Perencanaan Pengelolaan Pada Pada Ny.M Dengan Pemberian Jus buah Belimbing dalam Upaya penurunan tekanan darah Di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023
- d. Mampu melaksanakan Implementasi keperawatan pada Ny.M dengan pemberian jus Belimbing dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023
- e. Mampu melakukan evaluasi asuhan keperawatan pada Ny.M dengan pemberian jus Belimbing dalam upaya penurunan tekanan darah di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023
- f. Mampu mendokumentasikan hasil keperawatan Pada Pada pada Ny.M dengan pemberian jus Belimbing dalam upaya penurunan tekanan darah

di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2023.

C. Manfaat

1. Bagi Institusi Pendidikan

Laporan ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi fakultas informasi bagi program studi keperawatan untuk pengembangan ilmu pengetahuan dibidang pendidikan kesehatan. Selain itu diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dipustaka sehingga berguna untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai masalah gangguan tekanan darah khususnya asuhan keperawatan pada klien lansia dengan *Hipertensi*.

2. Bagi Penulis selanjutnya

Laporan ilmiah ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan acuan dan referensi bagi peneliti dan penulis selanjutnya yang akan melakukan penelitian lebih lanjut terkait masalah kesehatan pada lansia *Hipertensi*.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Laporan ilmiah ini dapat menjadi alternative pemberian asuhan keperawatan dengan menerapkan terapi non farmakologi pada pasien dengan *Hipertensi*.