

BAB I

PENDAHULUAN

A.Latar Belakang

Menurut *World Health Organisation* (WHO), lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas . Lansia merupakan kelompok umur pada masyarakat yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia menyatakan bahwa yang dimaksud dengan Lanjut Usia (Lansia) adalah seorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Saat ini diseluruh dunia jumlah orang lanjut usia diperkirakan ada 500 juta dengan usia rata-rata 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar (Padila, 2013).

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 (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Besarnya jumlah penduduk lansia di Indonesia 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 (Badan Pusat Statistik, 2015).

Proses penuaan adalah siklus kehidupan yang ditandai dengan tahapan-tahapan menurunnya berbagai fungsi organ tubuh, yang ditandai dengan semakin rentannya tubuh terhadap berbagai serangan penyakit. Hal tersebut disebabkan seiring meningkatnya usia terjadi perubahan dalam struktur dan fungsi sel, jaringan, serta sistem organ dengan bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degeneratif (penuaan). Sehingga lansia rentan terkena infeksi penyakit menular akibat masalah degeneratif menurunnya daya tahan tubuh seperti penyakit Tuberkulosis, Diare, Pneumonia dan Hepatitis. Selain itu salah satu penyakit tidak menular banyak muncul pada usia lanjut adalah hipertensi.

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, 2014). Terdapat banyak faktor yang melatarbelakangi hipertensi, diantaranya faktor genetik, stres, kurang berolahraga, konsumsi natrium yang berlebihan (Silalahi dan Harahap, 2018).

Banyaknya lansia yang mengeluh sakit kepala dan pundak terasa berat akibat tekanan darah yang meningkat, dimana para lansia mengatakan kesulitan dalam menjalani program kesehatan yang membuat lansia tersebut jarang mengkonsultasikan kesehatannya di pelayanan kesehatan. Lansia juga tidak memanfaatkan pelayanan kesehatan yang sudah disediakan maka terjadilah suatu permasalahan tentang manajemen kesehatan tidak efektif.

Diagnosa yang muncul adalah manajemen kesehatan tidak efektif yang dapat didefinisikan sebagai pola pengaturan dan pengintegrasian penanganan masalah kesehatan ke dalam kebiasaan kehidupan sehari-hari yang tidak memuaskan untuk mencapai status kesehatan yang diharapkan. Adapun intervensi dalam asuhan keperawatan yaitu perawat dapat

memberikan konseling dan memberikan edukasi pada masyarakat untuk dapat memanfaatkan pelayanan kesehatan dalam mengatasi masalah hipertensi.

pendidikan kesehatan atau edukasi bagi penyandang hipertensi dapat berdampak terhadap peningkatan kesadaran pasien agar tekanan darah terkontrol dan terjadi penurunan gejala. Upaya kesehatan tersebut terfokus pada upaya peningkatan perilaku sehat, mendorong perilaku yang menunjang kesehatan, pencegahan penyakit, pengobatan dan pemulihan penyakit (Notoatmodjo, 2012).

Kebutuhan edukasi tentang penatalaksanaan hipertensi menjadi hal penting bagi peserta Posbindu (Whelton, 2015). Selain dengan menggunakan terapi obat-obatan kimia, penyakit hipertensi juga dapat dicegah dengan terapi non farmakologi dan pemberian edukasi tentang diet DASH. sesuai namanya, diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) adalah pola makan sehat dengan gizi seimbang yang dirancang untuk mengatasi gejala hipertensi.

Menurut penelitian yang dilakukan Tri Sumarni dan Reni Dwi Setyaningsih (2019) tentang Edukasi Tata Laksana Non Farmakologi Untuk Pencapaian Tekanan Darah Terkontrol Pada Penyandang Hipertensi didapatkan hasil akhir kegiatan adanya peningkatan rerata skor pengetahuan sasaran sebesar 2.6 point dan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolic masing-masing sebesar 15.6 dan 7.6 point.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Mauluda Fitriyani dan Maulidta Karunianingtyas (2022) tentang Penerapan Pola Diet Dash Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi didapatkan hasil adanya penurunan tekanan darah serta beberapa perubahan lainnya. Pada Subjek I terjadi penurunan tekanan darah dari 156/100 mmHg menjadi 140/95 mmHg, sementara pada subjek II juga terjadi penurunan tekanan darah dari

155/100 mmHg menjadi 140/90 mmHg. Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian terapi pola makan diet DASH dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan mahasiswa profesi keperawatan STIKes Alifah Padang pada tanggal 13 Juni - 15 Juni 2023 di RW 08 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji ditemukan 150 KK. Dari 150 KK didapatkan 48 orang lansia awal. Berdasarkan wawancara dengan sebagian lansia yang menderita hipertensi mereka merasa kegiatan sehari-harinya sedikit terganggu karena sakit kepala dan kuduk terasa berat yang dirasakannya dan juga lansia mengatakan kesulitan dalam menjalani program pengobatan. Lansia juga tidak memanfaatkan fasilitas kesehatan yang ada untuk memeriksakan kesehatan, seperti lansia tidak pernah mengikuti posyandu lansia di RW 08 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan komunitas pada lansia dengan manajemen kesehatan tidak efektif melalui edukasi diet DASH di RW 08 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan *whinseld survey* serta studi dokumentasi.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengaplikasikan asuhan keperawatan komunitas pada kelompok lansia dengan manajemen kesehatan tidak efektif melalui edukasi diet DASH di RW 08 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan komunitas pada lansia dengan manajemen kesehatan tidak efektif melalui edukasi diet DASH di RW 08 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Tahun 2023.

- b. Mampu merumuskan diagnosa keperawatan pada lansia dengan manajemen kesehatan tidak efektif melalui edukasi diet DASH di RW 08 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Tahun 2023.
- c. Mampu membuat rencana asuhan keperawatan pada lansia dengan manajemen kesehatan tidak efektif melalui edukasi diet DASH di RW 08 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Tahun 2023.
- d. Mampu melaksanakan implementasi pada pada lansia dengan manajemen kesehatan tidak efektif melalui edukasi diet DASH di RW 08 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Tahun 2023.
- e. Mampu melakukan evaluasi pada lansia dengan manajemen kesehatan tidak efektif melalui edukasi diet DASH di RW 08 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Tahun 2023.
- f. Mampu mendokumentasikan hasil keperawatan pada lansia dengan manajemen kesehatan tidak efektif melalui edukasi diet DASH di RW 08 Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Tahun 2023.

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menjadi informasi bagi masyarakat 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 Penulis Selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi referensi dan bermanfaat bagi penulis selanjutnya di bidang keperawatan terkait dengan asuhan keperawatan dengan masalah manajemen kesehatan tidak efektif melalui edukasi pola diet DASH untuk menurunkan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi bahan bacaan dan dapat menjadi alternative dalam pemberian asuhan keperawatan khususnya pada lansia yang mengalami hipertensi serta penulisan ini merupakan penerapan ilmu keperawatan komunitas dan diharapkan nantinya dapat menambah ilmu pengetahuan bagi dunia keperawatan.

