

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah masalah kesehatan utama di setiap negara dikarenakan dapat mengakibatkan terjadinya komplikasi penyakit jantung dan stroke otak yang mematikan (Wade, 2021a). Menurut World Health Organization (WHO), jumlah orang dewasa yang menderita hipertensi telah mengalami peningkatan dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar pada tahun 2015. Peningkatan ini sebagian besar terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (World Health Organization, 2023).

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 sekitar 34,1%, dimana hal ini mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada tahun 2013 sebesar 25,8%. Di Indonesia, provinsi yang memiliki penyebaran penyakit hipertensi paling banyak adalah Kalimantan Selatan sebanyak 44.13%. sementara itu Sumatera Barat memiliki prevalensi hipertensi sebesar 25.16% atau sekitar 12.650 jiwa. (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan pada tekanan darah atau di atas batas normal yaitu tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas

90 mmHg. Hipertensi dapat menyebabkan terjadinya masalah kesehatan seperti penyakit jantung. Hal ini dikarenakan jantung harus bekerja lebih keras dari biasanya agar dapat mengedarkan darah melalui pembuluh darah ke seluruh tubuh (Nelwan, 2022).

Hipertensi banyak diderita oleh orang yang sudah lanjut usia atau lansia. Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang perlu diwaspadai dikarenakan termasuk penyakit yang mematikan. Hal ini dikarenakan gejala yang muncul seringkali dianggap gangguan biasa, sehingga seseorang akan terlambat menyadari akan datangnya penyakit ini (Wade, 2021). Faktor risiko hipertensi digolongkan menjadi 2, yaitu tidak bisa diubah meliputi usia, jenis kelamin, suku bangsa, faktor keturunan dan bisa diubah yang meliputi merokok, obesitas, gaya hidup yang tidak sehat dan stress (Syarli & Arini, 2021).

Salah satu faktor yang tidak dapat diubah dari terkenanya hipertensi adalah usia. Dengan bertambahnya usia, terjadi efek penurunan elastisitas di pembuluh darah. Penurunan elastisitas pembuluh darah sendiri merupakan suatu keadaan dimana pembuluh darah kehilangan kemampuan untuk meregangkan dan kembali ke bentuk semula dengan efisiensi yang sama seperti sebelumnya. Pada penyakit hipertensi, terdapat beberapa kondisi yang dapat terjadi, yaitu adanya penurunan yang responsif pada pembuluh darah, adanya dampak pada kerja jantung, serta kemungkinan untuk terkena komplikasi penyakit lainnya (Syarli & Arini, 2021).

Lansia akan mengalami penurunan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini dapat mengakibatkan denyut jantung akan lebih meningkat frekuensinya sehingga tekanan darah arteri akan semakin besar atau bisa juga dikatakan fungsi jantung akan menurun. Sementara itu, elastisitas pembuluh darah pada lansia mengalami penurunan sehingga dapat menyebabkan terjadinya komplikasi seperti stroke, jantung koroner, dan gangguan fungsi ginjal (Maulana, 2022). Terdapat beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menangani hipertensi, yaitu dengan memperbaiki gaya hidup. Memperbaiki gaya hidup yang dimaksud adalah dengan mengurangi konsumsi garam, lemak, santan, dan mengonsumsi kafein, meminum obat antihipertensi secara rutin, serta melakukan aktivitas fisik secara rutin (Yanthi, 2019).

Aktivitas fisik yang bisa dilakukan yaitu olahraga ringan yang dilakukan setiap hari seperti jalan santai, senam ringan, berkebun, ataupun kegiatan ringan lainnya. Dengan melakukan aktivitas fisik secara teratur dapat menurunkan tekanan darah yang dapat dilihat dari mekanisme pelepasan *beta blocker* yang bisa menenangkan sistem saraf simpatis (Annisa et al., 2024). Aktifitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat membuat jantung seseorang lebih kuat dibanding dengan orang yang tidak rutin berolahraga. Namun, aktivitas fisik untuk lansia tidak bisa disamakan dengan yang biasa dilakukan oleh orang dewasa. Hal ini dikarenakan lansia dianjurkan untuk mengurangi aktivitas yang berat. Oleh karena itu, aktivitas lansia perlu disesuaikan dengan kemampuan dan kondisi manula yang bersangkutan (Syarli & Arini, 2021).

Salah satu aktivitas fisik yang dapat dilakukan oleh lansia adalah latihan *buerger allen*. Latihan *buerger allen* adalah latihan untuk menormalkan pembuluh darah arteri tungkai bawah dengan menggunakan perubahan posisi gravitasi dan otot dengan menggunakan gerakan kaki untuk memperlancar aliran pembuluh darah otot dengan tujuan memperlancar difusi oksigen yang cukup dan memberikan kecukupan nutrisi pada area ekstremitas bawah dengan indeks pergelangan kaki brakialis (ABI) (Manasikana & Gati, 2024b).

Latihan *buerger allen* juga dapat meningkatkan perfusi perifer. Gerakan ini menggunakan gerakan dorsofleksi dan gerakan plantarfleksi. Gerakan dorsofleksi dilakukan dengan menggerakkan telapak kaki ke arah tubuh bagian atas, sedangkan gerakan plantarfleksi adalah gerakan telapak kaki ke arah bawah. Latihan fisik yang melibatkan gerak sendiri pada kaki dapat memperlancar peredaran darah di kaki. Latihan *buerger allen* didasarkan pada kekuatan gravitasi untuk memperbaiki transportasi darah vaskular, gerakannya sangat sederhana karena terdiri dari tiga gerakan dan tidak memerlukan peralatan khusus sehingga sangat disarankan untuk dipraktikkan secara teratur oleh penderita hipertensi ketika di rumah (Febriana et al., 2023).

Latihan *buerger allen* selain untuk meningkatkan perfusi perifer, berguna juga untuk mengurangi rasa nyeri. Latihan ini bisa dilakukan oleh lansia yang berusia 60 tahun ke atas atau lebih, serta memiliki riwayat tekanan darah tinggi. Latihan ini bukan untuk penderita ulkus kaki dan gangrene kronik, serta tidak memiliki penyakit neurologis dan kardiologi. Latihan ini juga tidak disarankan

untuk orang yang mengalami nyeri dada dan yang merasa cemas atau khawatir (Pratiwi et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Manasikana dan Gati (2024) mengatakan bahwa latihan *buerger allen* memiliki pengaruh terhadap tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi. Terdapat perbedaan hasil sebelum dan sesudah dilakukan latihan *buerger allen* terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Penelitian pada tahun 2023 juga mengemukakan bahwa latihan *buerger allen* memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada responden. Hal ini membuat latihan *buerger allen* dapat digunakan sebagai terapi non farmakologi pada lansia yang menderita hipertensi (Febriana et al., 2023).

Telah dilakukan penelusuran terkait latihan *buerger allen* untuk pasien hipertensi pada penelusuran jurnal dan bertanya dengan pasien hipertensi yang berobat di Puskesmas. Ditemukan bahwa latihan *buerger allen* banyak dilakukan kepada pasien DM saja dan penelitian terkait latihan *buerger allen* terhadap pasien hipertensi masih sangat sedikit diteliti. Pasien hipertensi yang ditanyai juga mengemukakan bahwa sebelumnya tidak pernah diperkenalkan dan diajarkan mengenai latihan *buerger allen*.

Berdasarkan uraian di atas, perlu dilakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan terapi *Buerger Allen* untuk penurunan tekanan darah lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Dijelaskan asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan terapi *Buerger Allen* untuk penurunan tekanan darah dengan riwayat hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya.

2. Tujuan Khusus

- a) Dipaparkan hasil pengkajian keperawatan pada lansia dengan penerapan terapi *Buerger Allen* untuk penurunan tekanan darah dengan riwayat hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya.
- b) Dijelaskan diagnosa keperawatan pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya.
- c) Dijelaskan perencanaan yang akan dilakukan pada pasien lansia dengan penerapan terapi *Buerger Allen* untuk penurunan tekanan darah dengan riwayat hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya.
- d) Diberikan implementasi dengan penerapan terapi *Buerger Allen* untuk penurunan tekanan darah dengan riwayat hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya.
- e) Dievaluasi asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan terapi *Buerger Allen* untuk penurunan tekanan darah dengan riwayat hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya.

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil dari laporan akhir ilmiah ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam upaya meningkatkan manajemen asuhan keperawatan pada pasien lansia dengan hipertensi dengan penerapan terapi *Buerger Allen* untuk penurunan tekanan darah di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya.

2. Bagi Institusi Layanan Kesehatan

Hasil laporan akhir ilmiah ini diharapkan dapat menjadi alternatif dalam pemberian asuhan keperawatan khususnya pada pasien lansia dengan hipertensi dengan penerapan terapi *Buerger Allen* untuk penurunan tekanan darah di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil laporan akhir ilmiah ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sebuah masukan dalam menyusun asuhan keperawatan khususnya pada pasien lansia dengan hipertensi dengan penerapan terapi *Buerger Allen* untuk penurunan tekanan darah di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya.