

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua merupakan proses yang terjadi secara alami pada makhluk hidup. Menua merupakan proses perubahan biologis secara terus-menerus yang dialami manusia selama tingkat umur dan waktu, pada proses ini terjadi perubahan secara alami dan disertai dengan perubahan seperti penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang akan saling berinteraksi satu sama lain (Suardiman, 2011). Menurut Nugroho (2008), proses menua pada lansia melalui tiga tahap yaitu, kelemahan, keterbatasan fungsional, ketidakmampuan, dan keterlambatan yang akan dialami bersamaan dengan proses kemunduran.

Menurut Kemenkes RI (2014), semakin bertambahnya usia, lansia akan lebih rentan terhadap keluhan fisik dan berbagai masalah kesehatan. Dalam proses menua akan terjadi perubahan baik anatomis maupun fisiologis pada organ-organ tubuh, termasuk didalamnya sistem kardiovaskular. Dengan meningkatnya usia, jantung dan pembuluh darah mengalami perubahan baik struktural maupun fungsional (Ismadi, 2004).

Perubahan pada sistem kardiovaskuler seperti terjadinya penurunan elastisitas dinding pembuluh darah akibat degenerasi jaringan kolagen, pengecilan ukuran, serta penimbunan lemak, perubahan pada elastisitas pembuluh darah jantung merupakan penyebab terjadinya penyakit jantung koroner (WHO,2015). Sedangkan perubahan yang terhadu secara biologis

dapat dapat berperan pada terjadinya peningkatan tekanan darah pada lansia yaitu adanya perubahan curah jantung, tahanan perifer yang meningkat, aliran darah ginjal dan glomerulus yang menurun (Maryam, 2008).

Peningkatan tekanan darah (Hipertensi) merupakan penyakit yang mendapatkan perhatian khusus dari seluruh lapisan masyarakat karena dampak yang akan ditimbulkan baik jangka panjang maupun jangka pendek. Hipertensi yaitu suatu keadaan dimana tekanan darah di atas normal sistolik (bagian atas) mencapai lebih dari 140 mmHg, dan diastolik (bagian bawah) mencapai diatas 90 mmHg (Ratna D, 2013). Oleh sebab itu, maka diperlukan penanganan yang tepat dan menyeluruh dalam waktu yang lama. Penyakit hipertensi tersebut menimbulkan angka kematian dan kesakitan yang tinggi yaitu sekitar 13% dari total kematian atau sekitar 7,1 juta jiwa diperkirakan akibat hipertensi.

Menurut Suzzane (2013), terdapat dua cara penanganan yang dilakukan untuk mengobati hipertensi yaitu farmakologis dan non farmakologis, penanganan farmakologis yaitu dengan obat-obatan antihipertensi yang terbukti dapat menurunkan tekanan darah. Obat-obatan yang biasa digunakan dan mengatasi hipertensi yaitu catropil dan amlodipine. Penggunaan obat-obatan ini tentu saja dapat menimbulkan efek samping seperti merasa lelah, pusing, jantung berdegup kencang, merasa mual dan tidak nyaman di bagian perut dan pergelangan kaki membengkak. Disamping pemberian obat antihipertensi yang memiliki efek samping, terdapat penanganan non

farmakologi yang hampir tidak memiliki efek samping bagi penderita hipertensi.

Penanganan non farmakologi atau disebut juga dengan modifikasi gaya hidup meliputi berhenti merokok, mengurangi kelebihan berat badan, menghindari alkohol, modifikasi diet, minuman kaya akan kafein, seperti kopi dan teh. (Kusumaningrum, 2015). Penanganan hipertensi non farmakologi selanjutnya yang mencakup psikis antara lain mengurangi stres, olahraga, terapi musik, terapi tawa dan istirahat.

Dari beberapa jenis penanganan hipertensi non farmakologis tersebut, salah satu yang saat ini mulai menjadi trend dilakukan terapi tertawa. Kataria (2012), menyebut tawa merupakan tindakan paling sehat yang bisa dilakukan, obat terbaik. Desinta (2011), menyebut terapi tawa merupakan salah satu cara untuk mencapai kondisi rileks. Tertawa merupakan paduan dari peningkatan sistem saraf simpatik dan juga penurunan kerja sistem saraf simpatetik. Peningkatannya berfungsi untuk memberikan tenaga bagi gerakan pada tubuh, namun hal ini kemudian juga diikuti oleh penurunan sistem saraf simpatetik yang salah satunya disebabkan oleh adanya perubahan kondisi otot yang menjadi lebih rileks, dan pengurangan pemecahan terhadap nitric oxide (senyawa kimia yang penting untuk transportasi sinyal listrik di dalam sel-sel) yang membawa pada pelebaran pembuluh darah.

Terapi tertawa merupakan suatu terapi untuk mencapai kegembiraan di dalam hati yang dikeluarkan melalui mulut dalam bentuk suara tawa,

atau senyuman yang menghias wajahnya, perasaan hati yang lepas dan bergembira, dada yang lapang, peredaran darah yang lancar, yang bisa mencegah penyakit dan memelihara kesehatan. Tertawa bisa menambah jumlah “Antibody producing cell” dalam darah, serta memperkuat kemampuan sel T, maka dari itu telah memperkuat fungsi daya tahan tubuh, sehingga daya tahan tubuh menjadi lebih sempurna, serta mengurangi terjadinya tekanan (Kateria, 2004).

Terapi tawa menggunakan pendekatan perilaku melalui metode conditioning. Terapitawa dilakukan dengan cara mengajak klien melakukan aktivitas tertawa dengan melibatkan perilaku dan gerakan tubuh yaitu dengan melakukan latihan teknik tawa untuk memunculkan tertawa alami lewat perilakunya sendiri tanpa adanya humor. Desinta (2011), menyebut bahwa individu akan berlatih melakukan gerakan motorik dan suara tertawa, yang akhirnya berakhir pada kondisi fisiologis (meningkatnya sistem saraf parasimpatetis dan menurunnya sistem saraf simpatis).

Tertawa dapat menghilangkan berbagai dampak negatif yang terjadi dalam diri kita seperti tekanan darah tinggi, penyakit jantung, kecemasan, depresi, batuk-batuk dan flu kronis, gangguan pencernaan, insomnia, berbagai alergi, asma gangguan haid, sakit kepala, sakit perut, bahkan kanker. Juga dijelaskan terbukti bahwa tertawa dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh merupakan kunci utama dalam pertahanan tubuh untuk kesehatan kita, selain itu tertawa juga melancarkan peredaran darah,

memperbaiki infeksi serta dapat menghilangkan nyeri. Dimana terapi tertawa dalam dunia kesehatan merupakan terapi tertawa atau yoga adalah terapi yang diyakini mampu membangkitkan semangat hidup, sekalipun kita dalam kondisi stress (Kateria, 2004).

Penelitian yang dilakukan oleh Sumartyawati (2016), didapatkan hasil orang responden dengan kategori hipertensi sedang dan setelah diberikan terapi tertawa selama 7 hari berturut-turut pada kelompok eksperimen terjadi perubahan tekanan darah yaitu sebanyak 5 orang responden (71,42%) dengan kategori hipertensi normal, dan 2 orang responden (28,57%) dengan kategori hipertensi ringan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pangestu (2017), terjadinya penurunan tekanan darah baik systole maupun diastole setelah diberikan terapi tertawa, hal ini bisa dilihat dari nilai rata-rata/mean tekanan systole dan diastole sesudah perlakuan terapi tertawa, yaitu dengan tekanan systole 130 mmHg dan tekanan diastole 84 mmHg.

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh mahasiswa Profesi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang dilakukan pada tanggal 15 Agustus 2019 di RW 03 Kelurahan Ujung Gurun Padang Barat didapatkan 31% lansia menderita rematik, 28% lansia menderita hipertensi dan 11% lansia menderita maag.

Hal ini menunjukkan bahwa penyakit Hipertensi merupakan penyakit kedua terbanyak RW 03 Kelurahan Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat.

Hasil pengkajian pada keluarga Ny. J didapatkan masalah keluarga belum mengetahui tentang Hipertensi, cara perawatan serta pengaruh terapi

Tertawa terhadap penurunan tekanan darah. Oleh sebab itu makasiswa merasa perlu memberikan dan melakukan pembinaan kepada keluarga Ny. J di Rw 03.

Pembinaan lansia tersebut penulis dokumentasikan dalam sebuah Laporan Ilmiah Akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga pada Lansia Ny.J Dengan Hipertensi Serta Penerapan Terapi Tertawa di Komunitas RW 03 Kelurahan Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat Tahun2019”.

B. TUJUAN

1. TujuanUmum

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia kelolaan dengan hipertensi pada lansia yang berada di RW 03 Kelurahan Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat wilayah kerja PuskesmasPadang Pasir.

2. TujuanKhusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah Hipertensi di RW 03 Kelurahan Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah Hipertensi di RW 03 Kelurahan Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat.
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan dengan masalah Hipertensi di RW 03 Kelurahan Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat.
- d. Menjelaskan implementasi keperawatan dengan masalah Hipertensi di RW 03 Kelurahan Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat.

- e. Menjelaskan evaluasi keperawatan dengan masalah Hipertensi di RW 03 Kelurahan Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat.
- f. Menjelaskan analisa kasus dengan masalah Hipertensi di RW 03 Kelurahan Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat.

C. MANFAAT

1. Bagi Peneliti

Sebagai pengembangan kemampuan peneliti dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman peneliti dalam melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah hipertensi dengan cara melakukan terapi tertawa.

2. Bagi Institusi Pendidikan

- a. Memberikan masukan bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya disiplin ilmu keperawatan mengenai perawatan komprehensif pada lansia dengan masalah hipertensi dengan cara melakukan terapi tertawa untuk menurunkan tekanan darah
- b. Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah hipertensi dengan cara melakukan terapi tertawa.