

## BAB I

### PENDAHULUAN

UNIVERSITAS ANDALAS

#### A. Latar Belakang

Lanjut usia (Lansia) merupakan kelompok orang yang sedang mengalami suatu proses perubahan yang bertahap dalam jangka waktu beberapa dekade dan merupakan kenyataan yang tidak dapat dihindari (Notoatmodjo, 2012). Secara umum dikatakan lanjut usia apabila usia yang mencapai 60 tahun ke atas, hal ini berdasarkan Undang Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia (Kemenkes RI, 2016).

Populasi dunia saat ini berada pada era penduduk menua (*ageing population*) dengan jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas melebihi 7 persen populasi. Seiring dengan pertumbuhan tersebut, jumlah penduduk lanjut usia (lansia) semakin lama juga semakin meningkat dan berkontribusi cukup tinggi terhadap pertumbuhan penduduk secara keseluruhan. Populasi lansia mencapai 962 juta orang pada tahun 2017, lebih dari dua kali lipat dibandingkan tahun 1980 yaitu hanya 382 juta lansia di seluruh dunia. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat pada tahun 2050 yang prediksinya akan mencapai sekitar 2,1 miliar lansia di seluruh dunia (BPS, 2018).

Persentase lansia di Indonesia juga semakin meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2018, terdapat 9,27 persen atau sekitar 24,49 juta lansia dari seluruh penduduk. Angka ini meningkat dibandingkan tahun sebelumnya yang hanya terdapat 8,97 persen (sekitar 23,4 juta) lansia di Indonesia. BPS memproyeksikan pada tahun 2045 Indonesia akan memiliki sekitar 63,31 juta lansia atau hampir mencapai 20 persen populasi. Bahkan, proyeksi PBB juga menyebutkan bahwa persentase lansia Indonesia akan mencapai 25 persen pada tahun 2050 atau sekitar 74 juta lansia (BPS, 2018).

Proses yang dialami lansia merupakan tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia dimana tubuh akan mencapai titik perkembangan yang maksimal dan mulai menurun dikarenakan berkurangnya jumlah sel-sel yang ada di dalam tubuh. Kemudian, tubuh juga akan mengalami penurunan fungsi secara perlahan-lahan yang disebut juga dengan proses penuaan. Proses penuaan merupakan suatu proses yang secara perlahan-lahan menghilangkan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri/mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya (Maryam, S. 2011). Perubahan yang terjadi yaitu pada aspek fisik atau fisiologi, psikologi, dan social (Miller, 2012).

Proses penuaan akan berdampak pada berbagai aspek kehidupan, baik social, ekonomi maupun kesehatan. Ditinjau dari aspek kesehatan, dengan semakin bertambahnya usia maka lansia lebih rentan terhadap berbagai keluhan fisik, baik karena faktor alamiah, maupun karena penyakit.

*Morbidity rates* merupakan salah satu indikator yang digunakan untuk mengukur derajat kesehatan penduduk. Semakin tinggi angka kesakitan, menunjukkan derajat kesehatan penduduk semakin buruk (Kemenkes RI, 2016).

Angka kesakitan lansia tahun 2018 sebesar 25,99 persen. Artinya, dari 100 lansia terdapat 25 sampai 26 lansia yang sakit (BPS, 2018). Salah satu gangguan system yang sering dialami lansia adalah system kardiovaskular seperti hipertensi. Proses degenerative pada sistem pembuluh darah yang mengalami penebalan pada miokard dan kekakuan serta menurunnya elastisitas pada dinding pembuluh darah arteri sehingga pengembangan pembuluh darah menjadi terganggu dan tahanan vascular perifer meningkat sehingga menyebabkan lansia beresiko untuk mengalami hipertensi (Potter & Perry, 2005).

Angka prevalensi hipertensi di Indonesia cukup tinggi, yang mana berdasarkan dari dari Kementrian Kesehatan RI di tahun 2018 menunjukkan bahwa secara nasional 34,1% penduduk Indonesia menderita penyakit hipertensi. Data tersebut didapatkan berdasarkan hasil diagnosa dokter. Angka ini menunjukkan peningkatan dari 2013 yang prevalensinya yaitu 25,8% berdasarkan hasil diagnosa oleh tenaga kesehatan. Data dari Riskesdas (2018) ini juga menunjukkan bahwa perempuan lebih banyak menderita hipertensi dibanding laki-laki yaitu 36,9%. Selain itu penduduk terbanyak menderita hipertensi berada pada rentang usia lansia, yaitu usia

55-64 tahun (55,2%), 65-74 tahun (63,2%), dan usia 75 tahun keatas sebanyak 69,5%. Data tersebut dari 34,1% orang yang mengalami hipertensi hanya 54,4% yang meminum obat hipertensi, yang artinya hampir sebagian tidak rutin dan tidak pernah minum obat hipertensi dengan alasan paling banyak yaitu merasa dirinya sudah sehat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi dan tidak mendapat pengobatan.

Di Sumatera Barat, hipertensi termasuk kedalam 5 penyakit terbanyak yang diderita oleh masyarakat. Sedangkan di kota Padang sebagai ibu kota provinsi, hipertensi mendapat urutan ke 3 dari 10 penyebab kematian terbanyak. Selain itu, kunjungan hipertensi pada tahun 2013 merupakan kunjungan tertinggi di wilayah kerja puskesmas se kota Padang dengan angka 41768 kasus diikuti dengan Diabetes Melitus sebanyak 11769 kasus dan Rematik 11010 kasus (Susanti, 2015). Sementara untuk daerah Nanggalo, didapatkan data bahwa penyakit hipertensi merupakan penyakit terbanyak yang diderita lansia, diikuti oleh asam urat dan rematik.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan

otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai. Banyak penderita hipertensi dengan tekanan darah tidak terkontrol dan jumlahnya terus meningkat (Kemenkes RI, 2014).

Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia. Pernyataan ini diperkuat oleh data dari WHO (2014) yang menyebutkan bahwa tercatat satu milyar orang di dunia menderita hipertensi dan diperkirakan terdapat 7,5 juta kematian atau sekitar 12,8% dari seluruh total kematian yang disebabkan oleh penyakit hipertensi. Pada kebanyakan kasus, hipertensi baru terdeteksi saat dilakukannya pemeriksaan fisik karena alasan penyakit tertentu karena gejala yang dialami dapat bervariasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya sehingga hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* (Infodatin, 2014).

Meningkatnya prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia membuat Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya dalam penanggulangan dan pencegahan penyakit tidak menular. Presiden RI telah menginstruksikan melalui Inpres No.1 tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat (GERMAS) dalam pencegahan penyakit tidak menular salah satunya yaitu hipertensi dengan fokus utama meliputi Cek Kesehatan Secara Rutin, Rajin Aktifitas Fisik dan Gemar Makan Buah Sayur (Kemenkes RI, 2018).

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan sehingga memerlukan penanganan yang rumit dan sulit. Penyakit hipertensi juga menyebabkan komplikasi yang serius apabila tidak mendapatkan

penanganan yang serius. Dimana hipertensi menjadi faktor utama penyakit stroke, gagal jantung dan jantung koroner (Kemenkes RI, 2014).

Penatalaksanaan untuk mengatasi hipertensi dapat dilakukan berbagai upaya yaitu dapat dilakukan pengendalian tekanan darah dengan cara mengubah gaya hidup (*life style modification*) dan pemberian obat antihipertensi dengan terapi tunggal atau kombinasi. Pada penggunaan obat lebih dari satu macam serta penggunaan obat jangka panjang akan meningkatkan risiko terjadinya *Drug Related Problems*. *Drug Related Problems* adalah segala macam keadaan yang tidak diinginkan yang dialami oleh pasien yang terlibat dan disebabkan atau diduga melibatkan terapi pengobatan yang diberikan kepada pasien, yang secara nyata maupun potensial dapat memengaruhi keadaan pasien seperti ketidak-patuhan, interaksi obat, alergi terhadap obat yang diresepkan. Terutama pada lansia penggunaan obat akan memberi efek samping, dikarenakan fungsi tubuh dan metabolisme cenderung menurun, sehingga lansia dapat lebih sensitif terhadap efek obat. Hal tersebut dapat berefek pada kerusakan organ (Sulistiarini, 2013).

Kondisi ini perlu menjadi perhatian bagi tenaga kesehatan khususnya perawat dalam menangani masalah hipertensi pada lansia. Terapi non farmakologis merupakan pilihan yang penting bagi lansia karena dinilai lebih aman dibandingkan dengan medikasi atau terapi farmakologis. Jenis terapi ini meliputi diet, *exercise*, pengendalian stress serta



pemberian terapi komplementer (Upoyo, 2018). Adapun terapi komplementer yang dapat diberikan adalah terapi relaksasi yang dibagi menjadi dua jenis, yaitu relaksasi yang menekankan pada fisik, seperti yoga, relaksasi otot progresif, latihan pernafasan. Dan relaksasi yang menekankan pada mental/psikis seperti *autogenic suggestion*, *imagery*, *relaxating self talk* dan meditasi.

Menurut Setyoadi & Kushariyadi (2011) terapi komplementer adalah terapi holistik yang sudah diakui dan digunakan sebagai alternatif penanganan non farmakologi sebagai pendamping terapi medis. Terapi komplementer pada dasarnya bertujuan untuk memperbaiki fungsi dari sistem-sistem tubuh terutama sistem kekebalan dan pertahanan tubuh. (DEPKES RI, 2007).

Perawat sebagai pemberi asuhan keperawatan diharapkan mampu memberikan asuhan keperawatan secara mandiri dalam konteks nonfarmakologis. Pendekatan nonfarmakologis merupakan intervensi wajib yang harus dilakukan pada setiap terapi farmakologis. Termasuk ke dalam penanganan nonfarmakologis adalah dengan memberikan terapi komplementer pada pasien (Smeltzer, 2004, dalam Ahsanul, 2015).

Terapi komplementer dalam sistem keperawatan pada dasarnya bertujuan untuk mencapai keselarasan, keseimbangan dan kesejahteraan dalam diri seseorang. Salah satu terapi komplementer yang direkomendasikan oleh NCCAM (*National Center of Complementary and*

*Alternative Medicine*) adalah *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT). SEFT merupakan salah satu terapi relaksasi yang bisa dijadikan alternatif untuk menangani hipertensi. Miller (2012) menjelaskan bahwa terapi relaksasi memberikan efek sama dengan obat antihipertensi dalam menurunkan tekanan darah.

Prosesnya ini dimulai dengan membuat otot-otot polos pembuluh darah arteri dan vena menjadi rileks bersama otot-otot lain dalam tubuh. Efek dari relaksasi otot-otot ini menyebabkan kadar norepinefrin dalam darah menurun. Otot-otot yang rileks ini akan menyebarkan stimullus ke hipotalamus sehingga jiwa dan organ dalam manusia merasakan ketenangan dan kenyamanan. Keadaan ini akan menekan sistem saraf simpatik sehingga produksi hormon epinefrin dan norepinefrin dalam darah menurun. Penurunan kadar norepinefrin dan epinefrin dalam darah menyebabkan kerja jantung dalam darahpun akan menurun sehingga tekanan darah ikut menurun (Miller, 2012).

SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) adalah sebuah teknik ilmiah revolusioner dan spektakuler karena dikenal sangat mudah dan cepat untuk dapat dirasakan hasilnya (5 s/d 25 menit) yang dapat digunakan untuk mengatasi berbagai masalah fisik, mengatasi berbagai masalah emosi, mengatasi berbagai masalah keluarga dan anak-anak serta meningkatkan prestasi. SEFT terdiri dari 3 tahap yaitu: *The Set-Up*, *The Tune-in* dan *The Tapping* (Zainuddin, 2009).



Menurut hasil penelitian Sonhaji (2019) secara umum menjelaskan bahwa *spiritual emotional freedom technique (SEFT)* dapat menurunkan tekanan darah karena ketukan ringan dalam *SEFT* akan merangsang otot-otot pembuluh darah *arteri* dan *vena* menjadi rileks bersamaan dengan otot lainnya dalam tubuh, bersamaan dengan itu juga pikiran dan jiwa akan merasa tenang oleh karena adanya pikiran yang terus berserah kepada Tuhan. Kondisi ini akan merangsang penurunan hormon *epinefrin* dan *norepinefrin* sehingga pemompaan jantung menurun selanjutnya akan memberikan dampak terhadap penurunan tekanan darah.

Hasil penelitian Murni (2018) menyimpulkan bahwa menstimulasi titik-titik *SEFT* pada meridian tubuh dapat mengontrol hormon-hormon stres seperti kortsitol dan epineprin, mengurangi kecemasan, menurunkan rasa sakit, memperlambat denyut jantung, dapat menstimulasi pengeluaran hormon endorphin yang berfungsi sebagai hormon kebahagiaan. sehingga dapat mempengaruhi kerja jantung dengan cara menurunkan curah jantung yang berimbas pada penurunan tekanan darah. Keadaan ini akan memperluas saluran pembuluh darah yang mengalami penyempitan sehingga darah dapat mengalir dengan lancar. Sehingga terapi *SEFT* dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipetensi.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh mahasiswa Praktek Profesi Ners pada masyarakat RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo. Berdasarkan kuesioner dan wawancara yang dilakukan pada

lansia, jenis penyakit lansia di wilayah RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo hampir sebagian (28%) menderita hipertensi. Dan lebih dari setengah (62%) lansia menjawab bahwa penyakitnya tidak terkontrol.

Hasil pengkajian yang dilakukan pada keluarga Ny. Y didapatkan masalah ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga. Dimana dari hasil pengkajian dan pemeriksaan fisik diketahui bahwa Ny. Y menderita hipertensi dengan hasil pemeriksaan tekanan darah 160/100 mmHg. Selain itu didapatkan data bahwa Ny. Y rutin melakukan kontrol kesehatan dan minum obat antihipertensi namun mengeluhkan bahwa ia tidak mengalami perubahan, sering mengeluh berat pada tengkuk serta mudah lelah, kurangnya melakukan aktivitas fisik dan kurangnya pengetahuan terkait diet hipertensi menjadi salah satu faktor tekanan darah tidak stabil. Untuk mengatasi masalah hipertensi tersebut membutuhkan perawatan yang komprehensif, maka penulis melakukan pembinaan pada salah satu lansia di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo dalam bentuk upaya promotif, preventif dan kuratif dengan bekerja sama pada pihak terkait. Pembinaan lansia tersebut di dokumentasikan dalam sebuah Laporan Ilmiah Akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Ny. Y Dengan Hipertensi Melalui Penerapan Terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique* (SEFT) Di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Tahun 2019”.

## B. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia Ny. Y dengan hipertensi dan mampu menerapkan terapi

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap *Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT)* pada lansia Ny. Y di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Tahun 2019.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah hipertensi di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah hipertensi di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo.
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan dengan masalah di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo.
- d. Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan masalah hipertensi di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo.
- e. Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi dengan masalah hipertensi di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo.
- f. Menjelaskan analisa kasus dengan masalah hipertensi di RW VI Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo.

## C. Manfaat

## 1. Bagi Pendidikan Keperawatan

- a. Sebagai masukan bagi perkembangan pengetahuan dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman mahasiswa dalam merawat lansia dengan masalah hipertensi dengan cara menerapkan terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT)* pada lansia.
- b. Sebagai masukan bagi perkembangan pengetahuan dalam hal perawatan komprehensif dan menambah pengalaman mahasiswa dalam merawat lansia dengan masalah hipertensi dengan cara menerapkan terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT)* pada lansia.
- c. Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi sumber literatur dan bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah hipertensi dengan cara menerapkan terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT)* dengan pengembangan variable lain.

## 2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan/Keperawatan

- a. Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas dengan membuat suatu pembuatan kebijakan standar asuhan keperawatan terhadap lansia dengan masalah hipertensi dengan cara menerapkan terapi *Spiritual Emosional Freedom Technique (SEFT)*.
- b. Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam pembuatan kebijakan di Puskesmas untuk meningkatkan

pelayanan keperawatan yang bersifat promotif dan preventif tentang penyuluhan dan penerapan terapi *Spritual Emosional Freedom Technique* (SEFT) sehingga dapat meningkatkan minat dan partisipasi lansia dalam kegiatan tersebut.

