

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Meningkatnya penduduk lanjut usia dibutuhkan perhatian dari semua pihak dalam mengantisipasi berbagai permasalahan yang ada. Penuaan penduduk membawa berbagai implikasi baik dari aspek social, ekonomi, hukum, politik dan terutama kesehatan (Komnas Lansia 2010). Meningkatnya populasi lansia ini tidak dapat dipisahkan dari masalah kesehatan yang terjadi pada lansia, menurunnya fungsi organ memicu terjadinya berbagai penyakit degeneratif (Azizah, 2011). Oleh karena itu saat tubuh mengalami penuaan maka terjadi kemunduran fungsi tubuh, dimana kemunduran tersebut dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Eliopaulos, 2017).

Berdasarkan data Pusat Data dan Informasi (2017), proyeksi penduduk tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%). Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta). Hal ini menunjukkan bahwa lansia akan terus bertambah dari tahun ke tahun (KEMENKES RI, 2017). Usia harapan hidup lansia di Indonesia pada tahun 2013 adalah 70,07%, angka ini meningkat menjadi 70,59% pada tahun 2014 dan 70,78% pada tahun 2015.

Bertambahnya angka usia harapan hidup pada lansia memberikan perhatian khusus oleh dunia. Di Indonesia sendiri menyatakan kepedulian terhadap kesejahteraan lanjut usia untuk melangsungkan kehidupannya mendatang. Hal ini diatur dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 tahun 2016, dimana pemerintah memiliki kewajiban terhadap lanjut usia untuk memberikan fasilitas pelayanan kesehatan, jaminan kesehatan dan memfasilitasi pengembangan produktifitas dan kreatifitas kelompok lanjut usia. Hal ini bertujuan untuk menjaga agar para lanjut usia tetap sehat, mandiri dan lebih produktif secara sosial dan ekonomi.

Dalam hal ini pemerintah mengatur pelayanan untuk lanjut usia agar dalam pelaksanaan dalam mencapai tujuan dapat berjalan secara optimal. Diantaranya yaitu pelayanan lansia di rumah maupun di rumah sakit serta pelayanan lanjut usia di pusat kesehatan masyarakat seperti posyandu lansia yang diadakan oleh puskesmas setempat. Pelayanan lanjut usia di pusat kesehatan masyarakat sudah diatur dalam Peraturan Kementerian Kesehatan Nomor 67 Tahun 2016. Terdapat program kerja pemerintah untuk lanjut usia yang sudah dilakukan puskesmas yaitu posyandu lansia, pelayanan lanjut usia di rumah (*home care*) serta pelayanan di panti jompo khusus lanjut usia. Lanjut usia diberikan perhatian khusus dalam penanganan masalah-masalah yang sering terjadi pada lansia.

Dengan bertambahnya usia dan kemunduran fungsi organ tubuh khususnya pada lansia menyebabkan kelompok ini rawan terhadap serangan berbagai penyakit kronis seperti diabetes mellitus, stroke, gagal ginjal, kanker, hipertensi, dan jantung. Adapun jenis keluhan kesehatan yang

paling banyak dialami lansia adalah keluhan lainnya, yaitu jenis keluhan kesehatan yang secara khusus memang diderita lansia seperti asam urat, darah tinggi, darah rendah, reumatik, diabetes, dan berbagai jenis penyakit kronis lainnya (BPS, 2014).

Menurut Yonata (2016), Diseluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4 % orang diseluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4% kematian diseluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi menyebabkan setidaknya 45% kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian karena stroke. Kematian yang disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler, terutama penyakit jantung koroner dan stroke diperkirakan akan terus meningkat mencapai 23,3 juta kematian pada tahun 2030 (Infodatin Jantung, 2014). Hasil laporan Badan Litbangkes untuk registrasi penyebab kematian di 15 kabupaten/kota tahun 2011, proporsi penyebab kematian kelompok lansia (umur 55-64 tahun dan >65 tahun) yang paling tinggi adalah stroke dan *ischemic heart diseases* (Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI, 2013).

Fakor-faktor yang menyebabkan terjadinya hipertensi menurut AHA (2016) yaitu gen, usia, obesitas, mengkonsumsi sodium (garam) terlalu banyak, mengkonsumsi alkohol terlalu banyak, diabetes dan tidak beraktivitas fisik. Menurut WHO (2012), aktivitas fisik merupakan adanya gerakan tubuh manusia yang disebut aktivitas, aktivitas ini memenuhi semua kehidupan

manusia. Stabilitas tekanan darah sangat dipengaruhi oleh aktivitas fisik. Pada orang yang tidak aktif melakukan kegiatan fisik cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi, hal tersebut mengakibatkan otot jantung bekerja lebih keras pada setiap kontraksi. Makin keras usaha otot jantung dalam memompa darah, maka semakin besar pula tekanan yang dibebankan pada dinding arteri sehingga meningkatkan tahanan perifer yang menyebabkan kenaikan tekanan darah (Triyanto, 2014).

Salah satu aktivitas fisik seperti senam hipertensi dimana mampu mendorong jantung bekerja secara optimal, dimana olahraga mampu meningkatkan kebutuhan energi oleh sel, jaringan dan organ tubuh, dimana akibatnya dapat meningkatkan aliran balik vena sehingga menyebabkan volume sekuncup yang akan langsung meningkatkan curah jantung sehingga menyebabkan tekanan darah arteri meningkat, setelah tekanan darah arteri meningkat akan terlebih dahulu, dampak dari fase ini mampu menurunkan aktivitas pernafasan dan otot rangka yang menyebabkan aktivitas saraf simpatis menurun, setelah itu akan menyebabkan kecepatan denyut jantung menurun, volume sekuncup menurun, vasodilatasi arteriol vena, karena penurunan ini mengakibatkan penurunan curah jantung dan penurunan resistensi perifer total, sehingga terjadinya penurunan tekanan darah (Sherwood, 2005).

Menurut Mahardani (2010), mengatakan dengan senam atau berolahraga kebutuhan oksigen dalam sel akan meningkat untuk proses pembentukan energi, sehingga terjadi peningkatan denyut jantung, sehingga curah jantung dan isi sekuncup bertambah. Dengan demikian tekanan darah

akan meningkat. Setelah beristirahat pembuluh darah akan berdilatasi atau meregang, dan aliran darah akan turun sementara waktu, sekitar 30-120 menit kemudian akan kembali pada tekanan darah sebelum senam. Jika melakukan olahraga secara rutin dan terus menerus, maka penurunan tekanan darah akan berlangsung lebih lama dan pembuluh darah akan lebih elastis. Mekanisme penurunan tekanan darah setelah berolahraga adalah karena olahraga dapat merilekskan pembuluh-pembuluh darah. Sehingga dengan melebarnya pembuluh darah tekanan darah akan turun.

Hubungan senam hipertensi terhadap pengendalian tekanan darah lansia dalam penelitian Wahyuni (2015), menunjukkan terjadinya perbaikan tekanan darah pada lansia namun tidak mencapai taraf signifikansi yang diinginkan. Tidak tercapainya perbaikan tekanan darah yang diinginkan disebabkan adanya faktor perancu yang berhubungan dengan tekanan darah lansia antara lain pola makan, stress, aktivitas fisik, genetik serta farmakologi dalam penelitian yang tidak dapat dikendalikan.

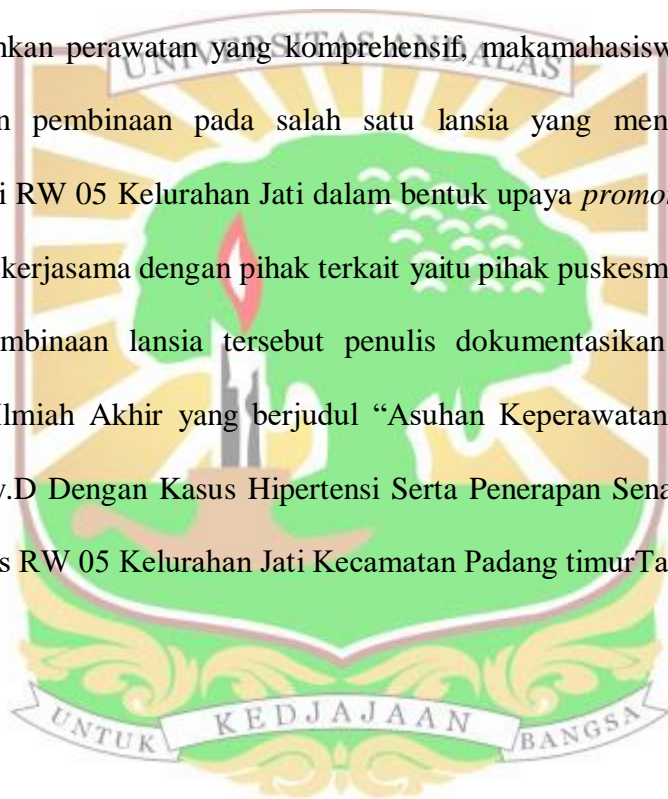
Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hernawan,dkk (2017), yang dilakukan di panti Wredha Darma Bakti Pajang Surakarta didapatkan hasil terdapat penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi setelah dilakukan intervensi senam hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anwari, dkk (2018), yang dilakukan di desa kemuning sari Jember, didapatkan hasil penurunan tekanan darah setelah dilakukan senam hipertensi.

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh mahasiswa Peminatan Gerontik Profesi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang dilakukan pada tanggal 15 Februari 2020 di RW 05 Kelurahan Jati Padang Timur

didapatkan 12 orang lansia menderita rematik, 8 orang lansia menderita hipertensi dan 6 orang lansia menderita maag.

Hal ini menunjukkan bahwa penyakit Hipertensi merupakan penyakit terbanyak kedua RW 05 Kelurahan Jati Kecamatan Padang timur. Ditemukan salah satu lansia yaitu Ny.D yang menderita penyakit Hipertensi. Keluarga mengatakan belum mengetahui secara pasti tentang perawatan penyakit hipertensi dan belum menerapkan perawatan penyakit hipertensi serta membutuhkan perawatan yang komprehensif, maka mahasiswa merasa perlu melakukan pembinaan pada salah satu lansia yang menderita penyakit tersebut di RW 05 Kelurahan Jati dalam bentuk upaya *promotif dan preventif* dengan bekerjasama dengan pihak terkait yaitu pihak puskesmas.

Pembinaan lansia tersebut penulis dokumentasikan dalam sebuah Laporan Ilmiah Akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga pada Lansia Ny.D Dengan Kasus Hipertensi Serta Penerapan Senam hipertensi di Komunitas RW 05 Kelurahan Jati Kecamatan Padang timur Tahun 2020”.



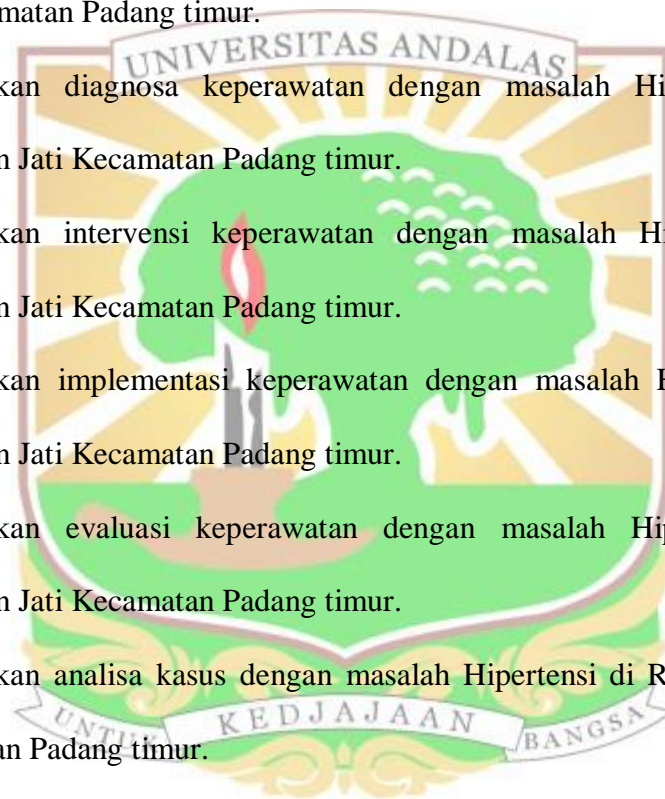
B. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia kelolaan dengan senam hipertensi pada lansia yang berada di RW 05 Kelurahan Jati Kecamatan Padang timur wilayah kerja Puskesmas Andalas.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah Hipertensi di RW 05 Kelurahan Jati Kecamatan Padang timur.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah Hipertensi di RW 05 Kelurahan Jati Kecamatan Padang timur.
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan dengan masalah Hipertensi di RW 05 Kelurahan Jati Kecamatan Padang timur.
- d. Menjelaskan implementasi keperawatan dengan masalah Hipertensi di RW 05 Kelurahan Jati Kecamatan Padang timur.
- e. Menjelaskan evaluasi keperawatan dengan masalah Hipertensi di RW 05 Kelurahan Jati Kecamatan Padang timur.
- f. Menjelaskan analisa kasus dengan masalah Hipertensi di RW 05 Kelurahan Jati Kecamatan Padang timur.



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 senam hipertensi.

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 senam hipertensi 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 senam hipertensi.

3. Bagi Puskesmas

Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas dengan membuat suatu pembuatan kebijakan standar asuhan keperawatan terhadap lansia dengan masalah hipertensi dengan cara melakukan senam hipertensi.

