

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. LATAR BELAKANG

Meningkatnya nilai atau angka rata-rata dari harapan hidup lansia dapat mencerminkan makin bertambah panjangnya masa hidup penduduk secara keseluruhan yang membawa konsekuensi makin bertambahnya jumlah penduduk terkhususnya jumlah lanjut usia (Suardiman, 2011). Lansia atau lanjut usia merupakan seseorang yang berusia atau memiliki usia lebih dari 60 tahun (Nugroho, 2010). Meningkatnya rata-rata usia harapan hidup atau yang biasa disebut dengan UHH, dimana perkiraan UHH pada tahun 2015-2035 diperkirakan meningkat hingga angka 70,8 tahun dan selanjutnya diperkirakan angka UHH akan terus bertambah, mengakibatkan peningkatan jumlah penduduk lanjut usia secara dimasa yang akan datang.

Data dari Perserikaaan Bangsa-bangsa (PBB) tentang World Population Aging menunjukkan bahwa diperkirakan jumlah lansia akan terus meningkat hingga mencapai 2 (dua) miliar jiwa pada tahun 2050 yang akan datang (Lilis, 2019). Secara keseluruhan, data pada tahun 2015 menunjukkan jumlah dari populasi penduduk usia lanjut atau yang berusia lebih dari 60 tahun ialah 11,7 % dari total seluruh populasi, diperkirakan jumlah tersebut akan terus meningkat seiring dengan peningkatan angka usia harapan hidup.

Indonesia Juga merupakan negara yang mengalami penuaan penduduk. Data awal tahun 2019, jumlah lansia Indonesia meningkat mencapai 27,5 juta jiwa atau 10,3 %, dan diprediksi terus meningkat hingga 57,0 juta

jiwa atau 17,9% pada tahun 2045 mendatang (BPS, 2019). Hal ini dapat menunjukkan bahwa Indonesia mulai memasuki era penduduk menua (aging population), dikarenakan jumlah penduduk lanjut usia atau yang berusia 60 tahun ke atas telah melebihi angka 7,0%.

Lansia ialah kelompok yang beresiko atau at risk population yang rentan dalam mengalami permasalahan baik itu fisik, psikis dan gaya hidup. Bertambahnya usia akan mengakibatkan terjadinya kemunduran fungsi organ tubuh khususnya pada lansia menyebabkan kelompok ini rawan terhadap berbagai terkhususnya penyakit kronis. Berdasarkan data dari RISKESDAS (2018), penyakit terbanyak yang terjadi pada lanjut usia yang diantaranya yaitu hipertensi, artritis, stroke, Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) dan Diabetes Mellitus (DM).

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, 3 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).

Prevalensi lansia yang menderita hipertensi terus bertambah dari tahun ke tahun. Menurut data dari World Health Organization atau yang biasa disebut WHO, pada tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 milyar penduduk di dunia

menderita penyakit hipertensi. Prevalensi hipertensi diprediksi akan terus meningkat, sehingga diprediksi pada tahun 2025 mendatang akan ada sebanyak 1,5 milyar orang yang menderita hipertensi. Prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan usia: 5% usia 20-39 tahun, 26% usia 40-59 tahun, dan 59,6% untuk usia 60 tahun ke atas (Aoki, 2014).

Menurut Yonata (2016) menyebutkan bahwa di dunia ada sekitar 972 juta orang atau 26,4 % orang mengidap hipertensi, angka ini dipredikdsi akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari sebanyak 972 juta penderita hipertensi, 333 juta diantaranya ada di negara maju dan 639 juta sisanya ada negara berkembang, salah satunya termasuk Indonesia. Komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4 juta kematian diseluruh dunia setiap tahunnya. Di Indonesia sendiri hipertensi adalah penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni 6,7% dari populasi kematian pada semua umur (Arora, 2008). Prevalensi hipertensi sendiri terbukti meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% di tahun 2018. Berdasarkan data dari Riskesdas (2018) disebutkan bahwa persentase penderita Hipertensi di Sumatera barat sebanyak 7,27% dibandingkan dengan 3 provinsi dengan prevalensi Hipertensi terbanyak yakni Sulawesi Utara (13,21%), Kalimantan Timur (10,57%) dan Kalimantan Utara (10,46%). Data dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2017, menunjukkan penderita hipertensi sudah dimulai sejak usia 18 tahun. Secara teoritis, hipertensi biasanya muncul pada rentang usia 30-50 tahun sehingga mengakibatkan angka morbiditas meningkat. Dari hasil RISKESDAS Provinsi

Sumatra Barat 2015 didapatkan prevalensi hipertensi di Sumatera Barat dimana penderita berusia di atas 65 tahun didapatkan lebih dari 60%, atau 6 dari 10 orang lansia di Sumatera Barat (Riskesdas, 2015). Penderita hipertensi terbanyak adalah perempuan yaitu 5.909 orang dan laki-laki 3.678 orang.

Penatalaksanaan untuk hipertensi dilakukan dengan 2 cara yaitu farmakologis dan non-farmakologis. Penatalaksanaan penderita hipertensi secara farmakologis dilakukan dengan cara mengkonsumsi obat anti hipertensi secara rutin untuk melakukan pengontrolan tekanan darah (Utami, 2016). Sedangkan terapi non farmakologis yang dapat dilakukan adalah diet, pengaturan intake sodium, beraktivitas fisik, pengurangan berat badan, mengurangi konsumsi rokok, mengurangi konsumsi alkohol, melakukan teknik relaksasi (Oza, 2015). Penatalaksanaan non farmakologi yang dapat dilakukan pada lansia yaitu mengajarkan cara hidup sehat dengan melakukan aktivitas fisik seperti olahraga (Dewi, 2014).

Ada banyak jenis olahraga yang dapat dilakukan salah satunya adalah senam. Senam adalah jenis olahraga yang paling sering dilakukan pada usia lansia yaitu sebesar 9,8%. Senam jantung sehat merupakan salah satu senam yang dapat bermanfaat bagi kesehatan lansia karena olahraga ini adalah jenis olahraga dengan intensitas sedang (Fakhrudin, 2013). Menurut Mahardani (2010) 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.

Efektifitas pelaksanaan senam jantung sehat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia menurut penelitian dari Hartutik (2019) menunjukkan bahwa efektivitas penurunan tekanan darah cukup signifikan akibat diberikannya senam jantung sehat kepada lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian Ariani (2020) yang mengatakan bahwa senam jantung sehat memiliki pengaruh terhadap turunnya nilai tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi.

Berdasarkan survey yang dilakukan penulis di Kejorong Langgam Saiyo Kenagarian Kinali Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat ditemukan bahwa ada 5 orang lansia yang mengalami hipertensi namun 4 orang lansia masih mengkonsumsi obat untuk mengontrol hipertensinya sedangkan 1 orang lansia tidak lagi mengkonsumsi obat hipertensinya.

Berdasarkan survey tersebut maka peneliti melakukan pengkajian kepada lansia yang mengalami hipertensi namun tidak mengkonsumsi obat lagi. 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 Kejorong Langgam Saiyo dalam bentuk upaya promotif dan preventif. Pembinaan lansia tersebut penulis dokumentasikan dalam sebuah Laporan Ilmiah Akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga pada Lansia Ny.S Dengan Hipertensi Serta Penerapan Senam Jantung Sehat di Kejorong Langgam Saiyo Kenagarian Kinali Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat Tahun 2020”.

## **B. TUJUAN**

### **1. Tujuan Umum**

Memberikan gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia yang dikelola dengan hipertensi yang berada di Kejorong Langgam Saiyo Kenagarian Kinali Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menggambarkan hasil pengkajian pada lansis dengan masalah Hipertensi di Kejorong Langgam Saiyo Kenagarian Kinali Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah Hipertensi di Kejorong Langgam Saiyo Kenagarian Kinali Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat.

- c. Menjelaskan intervensi keperawatan dengan masalah Hipertensi di Kejorongan Langgam Saiyo Kenagarian Kinali Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat.
- d. Menjelaskan implementasi keperawatan dengan masalah Hipertensi di Kejorongan Langgam Saiyo Kenagarian Kinali Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat.
- e. Menjelaskan evaluasi keperawatan dengan masalah Hipertensi di Kejorongan Langgam Saiyo Kenagarian Kinali Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman Barat.
- f. Menjelaskan analisa kasus dengan masalah Hipertensi di Kejorongan Langgam Saiyo Kenagarian Kinali Kecamatan Kinali Kabupaten Pasaman 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 senam jantung sehat

#### **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 jantung sehat 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 jantung sehat.

