

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi pada lansia merupakan salah satu penyakit yang tidak menular (PTM) yang sering berkembang. Hipertensi merupakan penyakit tekanan darah tinggi kronis yang tidak dapat diobati tetapi harus terus dikendalikan untuk menghindari akibat yang dapat berakibat fatal (Soesanto, 2021).

Hipertensi pada lansia jika dibiarkan dapat menyebabkan gagal jantung kronik, stroke, hingga kemampuan fungsi kognitif dan intelektual akan berkurang. Salah satu tanda dan gejala hipertensi adalah pusing atau sakit kepala, hal ini dapat menimbulkan resiko jatuh atau cedera pada lanjut usia. Selain itu kualitas hidup pada lanjut usia juga akan menurun, lanjut usia akan mengalami keterbatasan dalam melakukan kegiatan sehari-hari (Sumartini et al.,2019).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Kemenkes RI, 2020). Hipertensi atau dapat dijuluki sebagai *silent killer* merupakan salah satu penyakit kronis yang menjadi prevelensi tertinggi di dunia yang dipengaruhi oleh faktor lingkungan,kebiasaan,dan genetik yang diketahui memiliki efek signifikan pada penyakit seperti gagal jantung, infark miokard, kardiovaskular dan stroke. Selain itu juga dapat dipengaruhi oleh obat-obatan, stress, kurang aktivitas fisik, asupan makanan tinggi garam, dan potasium (Aditya et all.,2023).

Hipertensi merupakan faktor risiko utama pada penyakit-penyakit kardiovaskuler seperti aterosklerotik, gagal jantung dan gagal ginjal. Risiko morbiditas bahkan mortalitas dini dapat meningkat manakala terjadi peningkatan tekanan sistolik dan diastolik (Susiana et al.,2020).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), prevalensi tekanan darah tinggi pada orang dewasa berusia 18 tahun keatas sekitar 22%. Penyakit ini juga menyebabkan 40% kematian akibat penyakit jantung dan 51% kematian akibat stroke. Diperkirakan 1,13 milyar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di Negara berpenghasilan rendah dan menengah dan salah satu target global untuk menurunkan hipertensi sebesar 25% pada tahun 2025. Selain secara global hipertensi juga menjadi salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak diderita oleh masyarakat Indonesia (58,7%) (Jumriani et al, 2020). Kasus hipertensi di Indonesia tahun 2018 sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (43,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Kemenkes, 2019).

Berdasarkan Data Profil Kementerian Kesehatan Provinsi Bengkulu (2022) prevalensi hipertensi Provinsi Bengkulu yaitu 168.519 (64%), hipertensi tertinggi berada di Kabupaten Bengkulu Utara dengan prevalensi 95%. Kabupaten Rejang Lebong menjadi urutan kedua sebanyak 91% (Dinkes Kota Bengkulu, 2022). Sedangkan, berdasarkan hasil data yang diperoleh di Dinas Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong didapatkan bahwa Puskesmas

Curup Daerah Kabupaten Rejang Lebong menjadi urutan pertama yang menderita hipertensi selama 3 tahun terakhir, pada tahun 2022 terdapat 2.463 kasus, tahun 2023 terdapat 2.929 kasus dan pada tahun 2024 terdapat 3.156 kasus. Pada tahun 2023 terdapat 601 kasus hipertensi pada lansia dan tahun 2024 terdapat 592 kasus hipertensi pada lansia di Puskesmas Curup.

Masih tingginya kejadian hipertensi maka pemerintah melakukan upaya penatalaksanaan untuk menanggulangi hipertensi. Penatalaksanaan yang dilakukan pemerintah untuk mengelola hipertensi di masyarakat dengan memberikan promosi kesehatan khususnya tentang hipertensi, deteksi dini, dan penanganan kasus khusus penyakit hipertensi. Untuk itu, yang paling penting adalah mencegah dari faktor resiko, dimana begitu ada faktor resiko harus segera ubah perilaku, karena kalau sudah ada penyakit seperti hipertensi itu hanya bisa dikontrol sepanjang usia, dan sepanjang itu juga harus patuh untuk minum obat sesuai anjuran dokter sehingga bisa meningkatkan kualitas hidup lanjut usia agar dapat tetap sehat, aktif dan produktif (Dewiyana, 2020).

Penatalaksanaan hipertensi nonfarmakologi dapat dilakukan seperti latihan fisik. Latihan fisik yang teratur akan membantu tubuh tetap bugar dan tetap segar. Jenis latihan fisik yang dapat dilakukan oleh lansia adalah senam hipertensi (Dewiyana, 2020). Penelitian menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum senam hipertensi lansia 151,80 mmHg, diastolik 94,73 mmHg dan rata-rata tekanan darah sistolik sesudah senam hipertensi lansia 137,13 mmHg, diastolik 90,27 mmHg (Sumartini et al.,2019). Senam hipertensi mampu menurunkan tekanan darah penderita hipertensi apabila penderita

hipertensi mau melakukannya secara teratur 40 menit dengan waktu 3 kali dalam 1 minggu. Senam hipertensi berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah dan dapat dilakukan sebagai terapi non farmakologi dengan biaya yang murah dan juga dapat dilakukan di rumah (Tina et al.,2021)

Ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga bisa terjadi ketika keluarga kesulitan atau tidak mampu memenuhi kesehatan anggota keluarganya sendiri, misalnya kurangnya komunikasi dalam keluarga, kurangnya pengetahuan keluarga tentang memahami bahaya dan cara mengontrol hipertensi, tidak disiplin dalam pengobatan anggota keluarga, pola makan yang masih tidak sehat seperti mengkonsumsi makanan tinggi garam, lemak atau gula, dan tidak melakukan aktivitas fisik contohnya keluarga kurang aktif bergerak seperti senam pagi bersama, sehingga dapat menimbulkan tekanan darah yang sulit dikontrol.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Asuhan Keperawatan Keluarga Hipertensi Dengan Implementasi Senam Hipertensi Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Hipertensi”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah yaitu “Bagaimanakah gambaran Asuhan Keperawatan Hipertensi dengan implementasi senam hipertensi dalam mengatasi hipertensi”?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran asuhan keperawatan hipertensi dengan implementasi senam hipertensi pada pasien lansia hipertensi di Puskesmas Curup.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Didapatkan hasil pengkajian pada pasien hipertensi di Puskesmas Curup
- b. Didapatkan penentuan diagnosa pada pasien hipertensi di Puskesmas Curup
- c. Didapatkan rencana keperawatan pada pasien hipertensi di Puskesmas Curup
- d. Didapatkan tindakan keperawatan pada pasien hipertensi dan menggambarkan tindakan keperawatan senam hipertensi dalam mengatasi hipertensi di Puskesmas Curup
- e. Didapatkan evaluasi hasil asuhan keperawatan yang telah dilaksanakan.

1.4 Manfaat Penelitian

Pada penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak antara lain:

1.4.1 Bagi masyarakat/pasien

Membudayakan pengelolaan pasien hipertensi dalam mengatasi masalah tekanan darah dan melakukan senam hipertensi secara mandiri di rumah.

1.4.2 Bagi perawat

Memperoleh pengalaman dan pengetahuan dalam memberikan asuhan keperawatan, khususnya tentang pelaksanaan dalam mengatasi hipertensi dengan implementasi senam hipertensi.

1.4.3 Bagi pelayanan kesehatan

Menambah pengkayaan hasil penelitian asuhan keperawatan dalam memberikan tindakan keperawatan yang dapat diterapkan terhadap pasien hipertensi yang ada di Puskesmas

1.4.4 Bagi pendidikan

Menambah wawasan dan sebagai referensi dalam menerapkan implementasi keperawatan terhadap pasien yang mengalami hipertensi.