

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan usia terjadi secara terus menerus, hal tersebut merupakan proses alamiah dari manusia lahir hingga uzur atau tua (Untari, 2018). Menurut WHO lanjut usia atau lansia adalah seseorang yang apabila telah memasuki usia diatas 45 tahun. Pada usia ini akan mulai mengalami perubahan fungsi tubuh seperti perubahan fisiologi dan psikologi yang mempengaruhi status kesehatan.

Menurut Nugrono dalam Waryantini ., Amelia,Reza ., Harisman, (2021) menyatakan secara fisiologis, proses menua dapat mempengaruhi beberapa system tubuh seperti gangguan metabolisme hormonal, gangguan sendi hingga gangguan sirkulasi darah. Secara ilmiah, gangguan sirkulasi darah menjadi gangguan yang paling serius bagi lansia. Salah satu gangguan sirkulasi darah yang perlu diperhatikan adalah hipertensi. hipertensi merupakan 1 dari 10 penyakit yang mematikan didunia dan penyakit pembunuh ke 3 setelah kanker (Waryantini ., Amelia,Reza ., Harisman, 2021).

Menurut Biro pusat statistic (BPS) jumlah lansia berdasarkan hasil survey penduduk 2022 sebanyak 31.320.066 jiwa, hal ini 2 kali lipat dibanding hasil survey tahun sebelumnya yaitu 22.630.662. Peningkatan usia lanjut ini akan mempengaruhi terjadinya peningkatan risiko penyakit

pada usia lanjut salah satunya hipertensi. Sekitar 32,5 % penyakit hipertensi diindonesia, hal ini menjadi prevalensi tertinggi dari penyakit tidak menular (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Beberapa dampak penyakit hipertensi pada lansia baik secara fisik dan psikologis. Menurut Hamidah (2019), Secara psikologi hipertensi berdampak pada kualitas hidup yang rendah, dimana lansia akan selalu merasa cemas, gelisah tertekan hingga depresi. Selain itu Hipertensi juga beresiko menimbulkan berbagai macam penyakit lainnya yaitu seperti gagal jantung, jantung koroner, penyakit ginjal dan stroke, sehingga penanganannya harus segera dilakukan sebelum komplikasi dan akibat buruk lainnya terjadi seperti dapat menurunkan umur harapan hidup penderitanya atau kematian.

Berbagai intervensi yang dilakukan oleh perawat untuk mengatasi hipertensi pada lansia seperti obat untuk menurunkan tekanan darah. Namun hasil beberapa penelitian terbaru menunjukkan bahwa mengonsumsi obat untuk mengobati tekanan darah tinggi dan gagal jantung dalam jangka panjang dapat berkontribusi terhadap kerusakan ginjal (Hamidah, 2019). Hal ini mendorong para tenaga kesehatan khususnya perawat panti werdha menerapkan fungsi perawat sebagai *Care Provider* dimana dapat membantu pasien memperoleh kembali kesehatan dan kehidupan mandiri yang optimal melalui proses pemulihan baik fisik, emosional, spiritual dan social. Salah satu tindakan keperawatan untuk memulihkan kesehatan fisikdan emosional para lansia yaitu dengan

menerapkan teknik non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah tinggi salah satunya yaitu teknik relaksasi otot progresif. Teknik relaksasi otot progresif adalah salah satu cara atau teknik relaksasi yang mengkombinasikan latihan napas dalam dengan serangkaian dari kontraksi dan relaksasi otot pada beberapa bagian tubuh, teknik ini selain mudah untuk dilakukan juga dapat dilakukan dimana saja tanpa membutuhkan alat (Rustono ., 2018).

Pada penelitian Mulyati Rahayu, Sri et., all (2020) menyatakan bahwa terdapat penurunan tekanan darah pada lansia dengan tekanan darah >140/90 mmHg menjadi <130/90 mmHg saat dilakukan teknik relaksasi otot progresif. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh teknik relaksasi otot progresif dimana dalam penelitian teknik relaksasi otot progresif ini dapat meningkatkan aktifitas saraf simpatis sehingga merangsang neurotransmitter asetikolin keluar, yang member sinyal pada sel otot polos untuk berelaksasi sehingga kontraksi jantung menurun.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti terhadap 5 lansia dengan hipertensi di Griya Lansia Dinas Social Ciparay Provinsi Jawa Barat, sebanyak 4 orang orang belum mengetahui terapi relaksasi otot progresif, dan 1 orang sudah mengetahui namun belum bisa mempraktikan teknik relaksasi otot progresif. Dengan data dan fenomena tersebut maka peneliti tertarik untuk menganalisis kasus mengenai “Asuhan Keperawatan Risiko Perfusi Perifer Tidak Efektif Pada Kasus Hipertensi Dengan Pendekatan Evidence Based Nursing Relaksasi Otot

Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi Di Griya Lansia Dinas Sosial Ciparay Provinsi Jawa Barat:”.

B. Rumusan Masalah

Perumusan masalah dapat didefinisikan sebagai suatu kalimat pernyataan yang disusun berdasarkan adanya masalah. Berdasarkan latar belakang diatas yang telah diuraikan, perumusan masalah ini mengacu pada proses asuhan keperawatan mulai dari pengkajian, Analisa data, diagnosa, intervensi, dan evaluasi. Pembahasan penulisan ini adalah, “ Bagaimanakah Teknik Relaksasi Otot Progresif Dapat Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Griya Lansia Dinas Sosial Ciparay Provinsi Jawa Barat?”.

C. Tujuan Penulisan

Tujuan penulisan adalah gagasan atau ide yang ditulis untuk mencapai idenya dalam suatu karya tulis. Adapun tujuan penulisan karya tulis ilmiah ini adalah sebagai berikut :

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari karya tulis ilmiah ini mampu melakukan asuhan keperawatan dengan cara pendekatan proses keperawatan secara langsung dan komperhensif, yang meliputi aspek biopsikososial pada lansia dengan Hipertensi Di Griya Lansia Dinas Sosial Ciparay Dengan Menerapkan Pendekatan Evidence Based Nursing Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian pada lansia dengan hipertensi di griya lansia dinas sosial ciparay dengan menerapkan pendekatan Evidence Based Nursing
- b. Mampu merumuskan diagnosis keperawatan pada lansia dengan hipertensi di griya lansia dinas sosial ciparay dengan menerapkan pendekatan Evidence Based Nursing
- c. Mampu membuat perencanaan pada lansia dengan hipertensi di griya lansia dinas sosial ciparay dengan menerapkan pendekatan Evidence Based Nursing
- d. Mampu melakukan meng-implementasikan pada lansia dengan hipertensi di griya lansia dinas soasial ciparay dengan menerapkan pendekatan Evidence Based Nursing
- e. Mampu mengevaluasi tindakan yang telah dilakukan pada lansia dengan hipertensi di griya lansia dinas soasial ciparay dengan menerapkan pendekatan Evidence Based Nursing
- f. Mampu menganalisis pengaruh pendekatan Evidence Based Nursing Terapi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat teoritis

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta dapat menjadi referensi pengembangan ilmu keperawatan khususnya dalam bidang Keperawatan Gerontik dengan topik Asuhan Keperawatan

pada pasien hipertensi dengan menerapkan terapi relaksasi otot progresif untuk menurunkan tekanan darah pada lansia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Griya Lansia Dinas Social Ciparay

Hasil analisis ini dapat dijadikan masukan dalam pengembangan SOP intervensi baku yang diberikan kepada lansia guna meningkatkan kesehatan dengan mengurangi keluhan yang ada pada lansia dengan hipertensi.

b. Bagi Perawat Pelaksana

Hasil analisis ini dapat meningkatkan wawasan tentang pelayanan keperawatan khususnya mengenai intervensi *Tekhnik Relaksasi Otot Progresif* pada lansia dengan hipertensi guna untuk menurunkan tekanan darah pada lansia.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil analisis ini diharapkan bisa dijadikan sebagai penelitian relevan dan menjadi tolok ukur penyempurnaan penelitian selanjutnya yang masih berhubungan dengan Hipertensi pada lansia.