

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses penuaan pada manusia merupakan proses yang alami yang tidak dapat dicegah dan merupakan suatu hal wajar yang pasti dialami oleh setiap orang. Usia lanjut atau lansia menurut *World Health Organization* (WHO) adalah individu yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas dan jumlahnya dari tahun ke tahun terus meningkat (Ningsih & Setyowati, 2020). Peningkatan jumlah lansia disebabkan oleh kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK), terutama bidang kedokteran, termasuk penemuan obat-obatan seperti antibiotik yang mampu menyerap berbagai penyakit infeksi dan berhasil meningkatkan umur harapan hidup (Hapsari & Yek, 2022).

WHO (2022) melaporkan bahwa saat ini sebagian besar orang dapat berharap untuk hidup sampai usia enam puluhan dan seterusnya. Penduduk berusia 60 tahun ke atas di dunia akan meningkat dari 1 miliar pada tahun 2020 menjadi 1,4 miliar. Diperkirakan penduduk lansia pada tahun 2050 akan berlipat ganda (2,1 miliar) dan jumlah orang berusia 80 tahun atau lebih diperkirakan akan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050 hingga mencapai 426 juta.

Badan Pusat Statistik menyatakan bahwa Indonesia sudah memasuki struktur penduduk tua (*ageing population*) sejak tahun 2021, dimana persentase penduduk lanjut usia sudah mencapai lebih dari 10%. Persentase lansia meningkat setidaknya 3% selama lebih dari satu dekade (2010-2021)

sehingga menjadi 10,82%. Usia harapan hidup juga meningkat dari 69,81 tahun pada 2010 menjadi 71,57 tahun di tahun 2021. Angka ini menggambarkan setidaknya setiap penduduk yang lahir di tahun 2021 berharap akan dapat hidup hingga berusia 71 – 72 tahun (BPS, 2022). Penyakit yang sering dialami lansia adalah hipertensi (WHO, 2022).

Prevalensi hipertensi di dunia sebesar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun dan sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023). Perkiraan prevalensi hipertensi secara keseluruhan untuk penduduk perkotaan di Asia Tenggara adalah 33,82% (Nawi et al., 2021). Berdasarkan survei Nasional pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1% (Kemenkes RI, 2018b). Menteri Kesehatan RI pada tahun 2023 menyatakan bahwa 1 dari 3 orang di Indonesia mengidap hipertensi pada tahun 2023 dan angka ini akan terus meningkat setiap tahunnya (Tarmizi, 2023). Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah pada tahun 2021 mencapai 37,57% (Dinkes Prop. Jateng, 2021). Prevalensi hipertensi di Kabupaten Cilacap pada tahun 2022 mencapai 80,1 % (Mulya, 2023).

Terapi pengobatan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu pengobatan farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi pengendalian tekanan darah menggunakan terapi farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi obat-obatan tertentu dalam jangka waktu yang lama. Terapi farmakologi dikhawatirkan penderita hipertensi akan mengalami efek samping dari konsumsi obat tersebut. Terapi untuk mengurangi resiko terjadinya efek samping akibat konsumsi obat secara berlebihan adalah dengan menambahkan terapi non

farmakologi sebagai pelengkap terapi farmakologi (Ilmiyah et al., 2022). Salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan oleh pasien hipertensi untuk mengontrol tekanan darah adalah dengan melakukan senam hipertensi (Efendi et al., 2023).

Senam hipertensi merupakan aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dan terorganisasi bagi penderita hipertensi (Tina et al., 2021). Senam hipertensi merupakan salah satu olahraga yang bertujuan untuk meningkatkan aliran darah dan oksigen kedalam otot dan rangka yang aktif khususnya otot jantung. Senam hipertensi yang dilakukan secara rutin maka penurunan darah akan berlangsung lebih lama dan pembuluh darah lebih elastis. Senam hipertensi mampu merilekskan pembuluh-pembuluh darah, sehingga dengan melebarnya pembuluh darah maka tekanan darah akan menurun (Fulka et al., 2024). Riset Wahyuni et al. (2023) menyatakan bahwa ada perbedaan signifikan terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Riset lain yang dilakukan oleh Tina et al. (2021) yang menyatakan bahwa tekanan darah sistole sesudah melakukan senam hipertensi selama 30 menit setiap sesi, dalam 1 minggu terdapat 2 sesi dan dilakukan selama 2 minggu sebesar 22 mmHg dan tekanan darah diastol turun sebesar 3,4 mmHg.

Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus lebih lanjut dengan judul Asuhan Keperawatan Gerontik pada Pasien dengan Masalah Keperawatan Risiko Perfusi Serebral Tidak Efektif dan Penerapan Senam Hipertensi di Puskesmas Binangun Cilacap.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan yang ingin dicapai dalam penulisan Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah penulis mampu menerapkan asuhan keperawatan gerontik pada pasien dengan masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan senam hipertensi di Puskesmas Binangun Cilacap.

2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan hasil pengkajian pada pasien dengan masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif.
- b. Memaparkan hasil diagnosa keperawatan gerontik pada pasien dengan masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif.
- c. Memaparkan hasil intervensi keperawatan gerontik pada pasien dengan masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif.
- d. Memaparkan hasil implementasi keperawatan gerontik pada pasien dengan masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif.
- e. Memaparkan hasil evaluasi keperawatan gerontik pada pasien dengan masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif.
- f. Memaparkan hasil analisis inovasi keperawatan/penerapan EBP (sebelum dan sesudah tindakan senam hipertensi) pada pasien dengan masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif.

C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners

1. Manfaat teoritis

Penulisan Laporan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi Profesi Keperawatan mengenai asuhan keperawatan gerontik pada klien yang menderita hipertensi dengan intervensi senam hipertensi terhadap penurunan tekanan darah serta dapat dan memberikan tindakan yang tepat, baik secara promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Penulis

Untuk menambah wawasan mahasiswa agar dapat mengaplikasikan asuhan keperawatan gerontik pada klien yang menderita hipertensi dengan intervensi senam hipertensi terhadap penurunan tekanan darah dan meningkatkan analisa kasus sebagai profesi keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan.

2. Bagi Universitas Al-Irsyad Cilacap

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan terhadap pembelajaran di dalam pendidikan keperawatan di Universitas Al-Irsyad Cilacap, terutama pada mata ajar keperawatan gerontik.

3. Bagi Lahan Praktek

Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat memberikan masukan terhadap tenaga kesehatan untuk lebih meningkatkan pelayanan

kesehatan bagi masyarakat dan selalu menjaga mutu pelayanan terutama terhadap pemberian pengobatan non farmakologis terhadap penurunan tekanan darah dengan senam hipertensi.

