

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Lansia atau lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Proses tersebut dimulai sejak awal kehidupan hingga tahap tubuh mencapai titik perkembangan maksimal. Menua bukanlah suatu penyakit, akan tetapi merupakan proses bertahap yang mengakibatkan perubahan yang kumulatif yang menyebabkan penyusutan karena kurangnya jumlah sel dalam tubuh, dan akhirnya tubuh akan mengalami penurunan fungsi secara perlahan (Widiawati & Sari, 2020).

Lansia lebih banyak risiko atau memungkinkan untuk mengalami berbagai penyakit khususnya penyakit degeneratif jika dibandingkan dengan usia muda. Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronik menahun yang banyak mempengaruhi kualitas hidup serta produktifitas seseorang (Nisak et al., 2018). Salah satu penyakit degeneratif pada lansia yang sering timbul tanda gejala adalah hipertensi (Kholifah., 2018).

Ditinjau dari aspek kesehatan, kelompok lansia yang dapat mengalami penurunan derajat kesehatan baik secara alamiah maupun akibat penyakit. Maka dari itu lebih dari separuh populasi lansia yang mempunyai tekanan darah yang lebih dari normal atau disebut dengan

tekanan darah tinggi. Tekanan darah yang lebih dari normal dapat mudah mengalami risiko penyakit kardiovaskuler lansia secara keseluruhan akan mengalami penurunan biologis. Lanjut usia memiliki beberapa karakteristik diantaranya, lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas, kebutuhan dan masalah yang bervariasi dari rentang sehat sampai sakit dari kebutuhan biopsikososial sampai spiritual, serta dari kondisi adaptif hingga kondisi maladaptif (Handayani et al., 2020).

Hipertensi merupakan keadaan peningkatan tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan diastolik lebih besar dari 90mmHg (World Hypertension League, 2020). Hipertensi menjadi permasalahan global dan membutuhkan perhatian khusus, Hipertensi dikenal sebagai silent killer karena kebanyakan penderita tidak mengetahui bahwa dirinya mengidap hipertensi dan tidak ada gejala yang jelas yang dirasakan. Hipertensi yang tidak dikontrol dapat mengakibatkan komplikasi pada berbagai organ tubuh (Surya et al., 2023). Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2021 memperkirakan kejadian hipertensi akan meningkat mencapai 9,4 juta kematian diseluruh dunia setiap tahun, prevalensi hipertensi secara global telah mencapai 22% dari seluruh penduduk didunia. Kejadian hipertensi di Indonesia sendiri telah mencapai 972 juta jiwa dan menempati posisi kedua dan diperkirakan terus mengalami peningkatan pada tahun 2025 hingga mencapai 1,15

milyar atau kisaran 29% dari jumlah total penduduk. Prevalensi hipertensi pada riset kesehatan dasar 2020 sebesar 25,8%. Kasus hipertensi pada usia lansia (>55tahun) lebih besar yaitu jumlahnya dari pada rentang usia lainnya yaitu 55,2% (Kemenkes RI., 2021).

Berdasarkan Global Status Report on Noncommunicable Disease (2014) dari WHO menunjukkan bahwa sebesar 40% negara berkembang mengalami hipertensi. Afrika merupakan kawasan dengan penderita hipertensi paling tinggi dengan presentase sebanyak 46% kemudian Asia Tenggara dengan presentase sebanyak 36% dan kawasan Amerika dengan presentase kejadian hipertensi sebanyak 35%. Berdasarkan hasil Riskesdes RI tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia sangat tinggi, yaitu rata-rata 38,1% dari total penduduk dewasa umur  $\geq 18$  tahun. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Riskesdas tahun 2018 menemukan prevalensi di Indonesia yang didiagnosis oleh dokter sebanyak 8,4% dan yang minum obat hipertensi sebanyak 54,4% yang tidak rutin minum obat hipertensi sebanyak 32,3%, dan yang tidak minum obat sebanyak 13,3% (Riskedas,2018).

Riskesdes RI pada tahun 2018 terkait masalah kesehatan pada lansia khususnya hipertensi menunjukkan terdapat 45,3% orang usia 45-54 tahun menderita hipertensi, 63,2% orang usia 65-74 tahun dan 69,5% usia 75 tahun keatas menderita hipertensi, sedangkan di Jawa timur pada 2018 terdapat 2.005.393 kasus hipertensi yang dilayani di

Puskesmas (Kementrian Kesehatan RI, 2021).

Hipertensi atau sering disebut dengan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana terjadi meningkatnya tekanan darah yang memberi gejala berlanjut pada suatu target organ tubuh sehingga timbul kerusakan lebih berat seperti stroke (terjadi pada otak dan berdampak pada kematian yang tinggi) penyakit jantung koroner (terjadi pada kerusakan pembuluh darah jantung) serta penyempitan ventrikel kiri/bilik kiri (terjadi pada otot jantung). Hipertensi dibedakan menjadi hipertensi primer yaitu hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya dan hipertensi sekunder yaitu hipertensi yang muncul akibat adanya penyakit lain seperti hipertensi ginjal, hipertensi kehamilan, dll. Jumlah estimasi penderita hipertensi berusia  $\geq 15$  tahun di kabupaten Cilacap tahun 2022 ada 68.335 yang diperoleh dari 33.496 lakilaki dan 36.840 perempuan. Sebanyak 34.708 penderita hipertensi mendapat pelayanan kesehatan dengan cakupan sebesar 50.8%.. Selain itu, untuk pengobatan yang diberikan hanya berupa terapi farmakologi seperti obat-obatan. Untuk terapi nonfarmakologi hanya berupa senam lansia setiap pagi hari

Berdasarkan data yang didapat dari Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2017, bahwa penyakit hipertensi masih menempati proporsi terbesar dari seluruh Penyakit Tidak Menular (PTM) yaitu sebesar 64,83%. Jumlah penduduk yang berusia lebih dari 18 tahun yang dilakukan pengukuran tekanan darah hasilnya sekitar 1.153.371 orang



atau 12,98% dinyatakan berisiko hipertensi (Dinkes Jawa Tengah, 2017). Menurut Dinas kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2019, angka kejadian hipertensi di Kabupaten Cilacap masih cukup tinggi yaitu sebesar 47,1% dan menduduki urutan ke 15 dari 35 Kabupaten/Kota. Angka kejadian hipertensi di Kabupaten Cilacap merupakan 10 penyakit terbanyak. Kejadian hipertensi di Kabupaten Cilacap sebanyak 15.717 kasus, dengan hipertensi essensial sebanyak 13.105 kasus. Kejadian hipertensi essensial yang masih tinggi dan mengalami peningkatan yaitu di Puskesmas Cilacap Utara I kasus hipertensi dengan usia produktif yang paling tinggi 3 adalah Posbindu Mertasinga dengan jumlah 212 kasus. (Profil Puskesmas Cilacap Utara I.

Faktor risiko hipertensi dibagi menjadi 2 kelompok yaitu faktor yang tidak dapat diubah dan faktor yang dapat diubah. Faktor risiko yang tidak dapat diubah antara lain: umur, jenis kelamin, dan genetik (keturunan). Faktor yang dapat diubah antara lain kebiasaan merokok, konsumsi serat, stres, aktivitas fisik, konsumsi garam, obesitas, kebiasaan konsumsi alkohol dan dislipidemia (Lutfiah, 2021).

Faktor keturunan dan gaya hidup merupakan penyebab utama dari hipertensi. Seseorang yang mempunyai hipertensi menyebabkan risiko penyakit jantung dua kali dan penyakit stroke delapan kali dibandingkan orang dengan tensi normal. Hal ini ditegaskan bahwa hipertensi yang menetap akan merusak pembuluh darah ginjal, jantung, dan otak serta

menyebabkan peningkatan gagal ginjal, penyakit koronaria, gagal jantung, stroke, dan demensia. Hipertensi selain mengakibatkan angka kematian yang tinggi (High case fatality) juga berdampak kepada penurunan kualitas hidup (Anih Kurnia,S.Kep.Ners., 2020).

Hipertensi dapat menyebabkan berbagai macam komplikasi antara lain gagal jantung dan stroke. Tekanan darah yang tinggi tidak dapat diabaikan begitu saja, karena dapat menimbulkan komplikasi. Untuk menghindari kondisi yang buruk munculnya komplikasi maka diperlukan suatu terapi pengobatan. Pengobatan terdiri dari 2 cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi merupakan pengobatan medis, sedangkan non farmakologi yaitu pengobatan tanpa menggunakan bahan kimia. Obat anti hipertensi sudah terbukti Obat anti hipertensi sudah terbukti efektif untuk mengontrol tekanan darah, namun sumber daya alam nabati juga mampu memberikan peranan penting dan dapat dimanfaatkan untuk mengontrol tekanan darah. Sumber daya yang bisa dimanfaatkan untuk mengontrol tekanan darah yaitu buah-buahan dan sayur- sayuran yang kaya vitamin serta mineral (mengandung banyak air) salah satu buah yang dapat dimanfaatkan untuk menekan dan menstabilkan tekanan darah adalah mentimun (Danang, 2019).

Mentimun merupakan sayuran yang mudah didapat dan harganya pun murah. Dikalangan masyarakat umum, mentimun sudah lazim dikonsumsi untuk sekedar pelengkap hidangan, ini bisa dijadikan solusi

untuk mengobati hipertensi secara nonfarmakologi. Buah mentimun mempunyai sifat hipotensif (menurunkan tekanan darah), karena kandungan air dan kalium dalam mentimun akan menarik natrium kedalam intraseluler dan bekerja dengan membuka pembuluh darah (vasodilatasi) yang dapat menurunkan tekanan darah. Kalium merupakan elektrolit intraseluler yang utama, dalam kenyataanya 98% kalium tubuh berada dalam sel 2% ini untuk fungsi neuromuskuler. Kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skeletal maupun otot jantung (Ivana et al., 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Ucu Wandu Somantri (2020) membuktikan bahwa jus mentimun dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia. Penelitian dilakukan terhadap 12 responden yaitu 6 responden kelompok kontrol dan 6 responden kelompok intervensi pada pasien yang mengalami hipertensi atau tekanan darah tinggi. Hasil penelitiannya yaitu berdasarkan presentase rata-rata pada pasien intervensi hari pertama sampai hari ke tujuh mengalami penurunan yang sangat signifikan yaitu 154,4/85,7 mmHg, sedangkan pada pasien kontrol hari pertama sampai dengan hari ke tujuh tidak mengalami penurunan sebesar 168/90,4 mmHg.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk membahas mengenai hipertensi yang dituangkan dalam bentuk Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Asuhan keperawatan gerontik Klien

dengan Hipertensi dan pemberian jus mentimun untuk mengatasi masalah risiko perfusi perifer tidak efektif di kelurahan karangtalun Cilacap Utara tahun 2024”

## **B. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui Efektifitas Penerapan Asuhan Keperawatan Gerontik Pada klien Dengan Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di kelurahan Karangtalun Cilcap utara tahun 2024.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu melakukan Pengkajian Keperawatan Pada klien Dengan Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Di kelurahan Karangtalun Cilcap utara tahun 2024.
- b. Mampu merumuskan Diagnosa Keperawatan Pada klien Dengan Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di kelurahan Karangtalun Cilcap utara tahun 2024.
- c. Mampu membuat Perencanaan Keperawatan Pada klien Dan Dengan Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Di kelurahan Karangtalun Cilcap utara tahun 2024.
- d. Mampu membuat Implementasi Keperawatan Pada Ny.S Dengan



Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di kelurahan Karangtalun Cilcap utara tahun 2024.

- e. Mampu membuat Evaluasi Keperawatan Pada klien Dengan Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di kelurahan Karangtalun Cilcap utara tahun 2024.
- f. Mampu memaparkan hasil analisis inovasi keperawatan/penerapan EBP (sebelum dan sesudah tindakan) pada pasien klien.

### **C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners**

#### **1. Manfaat Teoritis**

##### **a. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat di jadikan masukan untuk menambah bahan pustaka serta meningkatkan pengetahuan dan wawasan bagi mahasiswa/i Universitas Al Irsyad Cilacap agar dapat mengetahui dan memperkaya khasanah Ilmu pengetahuan kesehatan khususnya Ilmu Keperawatan.

##### **b. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dengan adanya Karya Ilmiah Akhir Ners diharapkan berguna bagi peneliti selanjutnya sebagai acuan ilmiah dan dapat menambah wawasan atau pedoman untuk laporan atau studi kasus selanjutnya dengan Mata Kuliah Keperawatan

Gerontik terutama mengenai pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

## 2. Manfaat Praktisi

### a. Bagi penulis

Hasil studi kasus ini dapat menjadi salah satu referensi bagi penulis selanjutnya yang akan melakukan studi kasus mengenai Hipertensi dan juga sebagai bahan untuk menambah pengetahuan serta menerapkan ilmu yang telah diperoleh penulis selama menempuh Pendidikan Profesi Ners.

### b. Bagi institusi

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk upaya dalam peningkatan pemberian pengetahuan kepada mahasiswa dalam penerapan asuhan keperawatan hipertensi di bidang kesehatan khususnya pada mata kuliah keperawatan gerontik.

### c. Bagi puskesmas

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan bagi pelayanan kesehatan di Puskesmas Cilacap Utara I mengenai tindakan terapi pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi.