

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia >60 tahun. Proses penuaan merupakan siklus kehidupan yang ditandai dengan menurunnya berbagai fungsi organ tubuh dimana tubuh akan lebih rentan terhadap berbagai serangan penyakit. Proses penuaan tentunya berdampak pada berbagai aspek kehidupan, baik secara sosial, ekonomi, dan terutama kesehatan (Putra, 2019).

Terdapat beberapa faktor risiko yang meningkatkan prevalensi hipertensi seperti usia, jenis kelamin, riwayat keluarga (genetik), pendidikan, obesitas, diabetes, diet, alkohol, merokok, aktivitas fisik, dan stres. Hipertensi masih menjadi faktor risiko utama untuk timbulnya penyakit stroke, gagal jantung dan penyakit koroner (Mulyadi, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO), pengidap hipertensi terhitung 600 juta di semua penjuru bumi dengan 3 juta didalamnya tutup usia per tahun nya (Nengsih, 2020). Prevalensi hipertensi mencapai 33% pada tahun 2023 dan dua pertiga diantaranya berada di negara miskin dan berkembang (WHO, 2023). Di Indonesia Jika dibandingkan dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, hasil SKI 2023 menunjukkan penurunan prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan angka prevalensi hipertensi hasil pengukuran mencapai 30,8% menurun dari 34,1% pada tahun 2018, dengan angka prevalensi tertinggi Kalimantan Tengah (40,7%), Kalimantan Selatan (35,8%), dan Jawa Barat (34,4%). Prevalensi penduduk di Provinsi

Jawa Tengah dengan hipertensi sebesar 37,57%. Prevalensi hipertensi di Kabupaten Cilacap pada tahun 2022 mencapai 80,1 % (Mulya, 2023) dan di Kecamatan Bantarsari pada tahun 2023 penyakit hipertensi sebanyak 1720 penderita atau 8,13% (Profil Puskesmas Bantarsari, 2023).

Lanjut usia sering mengalami peningkatan tekanan darah sistolik (*isolated systolic hypertension*) karena adanya *aterosklerosis* yang berakibat pembuluh arteri yang besar mengalami kelunakan (Pangaribuan & Batubara, 2022). Hipertensi pada lansia terjadi karena pembuluh darah yang terjadi lentur dan elastik akan mengeras dan kaku, menyebabkan pembuluh darah tidak bisa mengedarkan kebutuhan aliran darah yang diperlukan ke setiap organ tubuh (Mustofa, 2020).

Hipertensi bisa menyebabkan komplikasi seperti gangguan pada otak, sistem *cardiovascular*, mata, serta ginjal apabila gagal ditangani dengan baik. Seseorang yang menderita hipertensi dalam waktu yang bisa membuat seseorang mengalami penyakit jantung serta stroke (Naryati & Sartika, 2021). Untuk mengurangi risiko terjadinya penyakit *kardiovaskuler*, maka perlu dilakukan beberapa pencegahan dengan cara *farmakologis* dan *non-farmakologis*. Terapi *farmakologi* hipertensi menggunakan obat-obatan, Namun penggunaan terapi *farmakologi* yang kurang tepat pada sejumlah penderita hipertensi kronis bisa menyebabkan resistensi hipertensi. Terapi non farmakologi dapat dilakukan dengan cara menurunkan berat badan berlebih bagi penderita obesitas, mengonsumsi sayur dan buah guna mencukupi kebutuhan *kalium*, mengurangi asupan garam dan lemak jenuh, mengurangi minum-minuman beralkohol, berhenti merokok, serta banyak melakukan latihan fisik (Sari & Suratini, 2018). Selain itu salah satu metode

non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan modifikasi pola hidup sehari-hari dan kembali ke produk alami (*back to nature*). Buah-buahan yang sering digunakan sebagai obat komplementer darah tinggi umumnya buah-buahan yang mengandung banyak air, salah satunya yaitu mentimun.

Buah mentimun sangat baik di konsumsi untuk penderita hipertensi, hal ini karena mentimun mengandung potasium (kalium), magnesium, dan fosfor, dimana mineral mineral tersebut efektif mampu mengobati hipertensi. Peran kalium telah banyak diteliti dalam kaitanya dengan regulasi tekanan darah (Cerry, 2015). Dengan rasio kalium dan natrium yang tinggi dan seimbang, tekanan darah akan turun, dimana kalium berkerja mengatur kerja jantung yang mempengaruhi kontraksi otot-otot jantung dan mengatur keseimbangan cairan tubuh (Fitrina, 2014). Mengonsumsi mentimun dapat menurunkan tekanan darah dan sangat baik untuk penderita hipertensi. Mentimun juga mempunyai bersifat diuretik karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah dan dapat meningkatkan buang air kecil (Suhaema I, 2014).

Buah mentimun yang mudah di dapatkan, harganya ekonomis, pembuatan jus mentimun mudah di aplikasikan dan rasa buah mentimun yang menyegarkan sehingga peneliti mengambil kasus hipertensi dengan memberikan terapi jus mentimun.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Pada Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Resiko Perfusi

Serebral Tidak Efektif Dan Penerapan Tindakan Pemberian Jus mentimun Di Puskesmas Bantarsari?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendokumentasikan pelaksanaan asuhan keperawatan pada penderita hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan tindakan pemberian jus mentimun di Puskesmas Bantarsari.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada penderita hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan tindakan pemberian jus mentimun di Puskesmas Bantarsari.
- b. Menetapkan diagnosa keperawatan pada penderita hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan tindakan pemberian jus mentimun di Puskesmas Bantarsari.
- c. Menentukan rencana keperawatan untuk penderita hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan tindakan pemberian jus mentimun di Puskesmas Bantarsari.
- d. Melaksanakan tindakan keperawatan pada penderita hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan tindakan pemberian jus mentimun di Puskesmas Bantarsari.

- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada penderita hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan tindakan pemberian jus mentimun di Puskesmas Bantarsari.
- f. Memaparkan hasil analisis asuhan keperawatan pada penderita hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif dan penerapan tindakan pemberian jus mentimun di Puskesmas Bantarsari.

D. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis ini ditujukan untuk pengembangan ilmu keperawatan khususnya pada penderita hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif dengan pemberian jus mentimun

b. Manfaat Praktik

1) Penulis

Hasil penulisan karya ilmiah akhir ners (KIAN) ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pengalaman bagi penulis dalam memberikan dan menyusun asuhan keperawatan pada lansia sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi pendidikan profesi ners.

2) Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat bermanfaat bagi bidang pendidikan keperawatan gerontik maupun bagi peneliti selanjutnya. Bagi pendidikan karya ilmiah ini dapat dijadikan sebagai data dasar untuk pengembangan ilmu mengenai intervensi keperawatan pada

klien hipertensi dengan masalah keperawatan resiko perfusi serebral tidak efektif. Dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi untuk lansia yang menderita hipertensi dengan pemberian jus mentimun.

3) Puskesmas

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi bidang keperawatan gerontik dan pelayanan kesehatan di Puskesmas terkait intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk menyelesaikan masalah kesehatan. Selain itu, diharapkan karya ilmiah ini dapat menjadi masukan bagi bidang keperawatan dan pelayanan kesehatan untuk dapat menerapkan intervensi yang telah dilakukan menjadi kegiatan rutin bagi lansia yang saat ini sedang mengalami hipertensi.

