

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manula atau manusia lanjut usia adalah mereka yang sudah berumur 60 tahun maupun lebih. Jumlah lansia diperkirakan akan terus bertambah setiap tahunnya. Bertambahnya jumlah lansia akan memunculkan permasalahan seperti ketidakberdayaan akan mengurus dirinya, perubahan ekonomi, dan mulai hidup dengan bergantung kepada orang lain (Yusuf et al., 2018). Akibat bertambahnya usia mengakibatkan kemuduran dalam berbagai aspek yang dapat menjadi permasalahan atau biasanya disebut dengan proses menua (Mursyid, 2020).

Pada proses manua umumnya terdapat berbagai perubahan yang terjadi seperti perubahan fisik, penurunan fungsi organ tubuh, dan psikologis yang dapat mempengaruhi aktifitas atau ADL (*Activity of Daily Living*) (Bini' Matillah et al., 2018). Penurunan fungsi organ didalam tubuh dapat menyebabkan lansia mengalami permasalahan kesehatan. Lansia merupakan usia yang beresiko terhadap berbagai penyakit degeneratif yang salah satunya adalah hipertensi. Penyakit hipertensi pada lansia dapat disebabkan karena berbagai faktor seperti gaya hidup dan penurunan elastisitas pada pembuluh darah (Seldadyo, 2022).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah sebuah kondisi medis yang ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah diatas normal yaitu diatas 140/90 mmHg. Kondisi tersebut banyak terjadi pada lansia karena pembuluh darah yang menjadi kaku atau kurang elastis sehingga membuat jantung memompa lebih kuat dan akhirnya menyebabkan tekanan darah menjadi tinggi. Penurunan hormon esterogen pada wanita usia lanjut dapat menjadi faktor yang membuat pembuluh darah arteri mengeras dan kaku (Maulana, 2022).

Tanda dan gejala yang sering dirasakan individu ketika mengalami hipertensi yaitu sakit kepala, terutama di belakang kepala, vertigo, tinitus

(dengung atau desis di dalam telinga), masalah penglihatan, sesak napas, nyeri di bagian dada, kelelahan dan tengkuk terasa berat. Tetapi tidak semua individu dengan hipertensi mengalami tanda dan gejala tersebut sehingga hipertensi dikenal dengan sebutan *the silent killer*. Namun, tanda dan gejala yang paling sering dialami oleh penderita hipertensi adalah pusing, nyeri kepala, dan tengkuk terasa berat (Zaura et al., 2023)

Hipertensi pada lansia di Amerika mempunyai prevalensi yang tinggi pada usia 65 tahun didapatkan 60- 80% atau sekitar lima puluh juta warga lansia Amerika mempunyai prevalensi tinggi untuk hipertensi. Pada golongan umur 55- 64 tahun, penderita hipertensi pada pria dan wanita sama banyak. Beberapa penelitian tingginya prevalensi hipertensi sejalan dengan bertambahnya umur.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di 6 kota besar seperti Jakarta, Padang, Bandung, Yogyakarta, Denpasar, dan Makasar terhadap usia lanjut (55- 85), didapatkan prevalensi hipertensi sebesar 52,5% (Febriyona, 2023). Penelitian WHO Community Study of the Elderly Central Java menemukan bahwa tekanan darah tinggi (hipertensi) dan penyakit kardiovaskuler merupakan penyakit kedua terbanyak yang diderita lansia setelah artritis, yaitu sebesar 15,2% dari 1203 sampel. Prevalensi hipertensi diprediksi meningkat 60% pada tahun 2025, yaitu sekitar 1,56 juta orang penderita. Hipertensi merupakan faktor risiko dari penyakit kardiovaskuler 2 menjadi penyebab penyakit di dunia (Imelda, 2020)

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal kronik, kebutaan dan gagal ginjal. Stroke dan penyakit jantung koroner menjadi penyebab kematian tertinggi. Penyakit hipertensi jika tidak terkontrol dan terjadi dalam waktu yang lama maka beban kerja dari jantung akan semakin meningkat sehingga dapat menyebabkan meingkatnya resistensi diinjeksi ventrikel kirinya. Saat kontraksi kekuatannya terjadi peningkatan, ventrikel bagian kiri akan menjadi hipertrofi sehingga keperluan jantung terhadap oksigen dan kerja jantung menjadi meningkat. Selain itu, akibat adanya sumbatan atau terjadi proses aterosklerosis

yang dapat menghambat aliran darah dapat menyebabkan terjadinya infark miokard yang selanjutnya keadaan hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi(Harjo, 2019).

Menurunkan tingkat prevalensi hipertensi dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu pengobatan secara farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi yaitu dengan rutin minum obat dan non farmakologi yaitu dengan cara teknik relaksasi, diet hipertensi, olahraga, dan pijat atau *foot massage*. *Foot massage* adalah salah satu terapi komplementer dapat dipilih untuk dapat menstabilkan atau menurunkan tekanan darah (Ainurrafiq et al., 2019). Pemijatan dilakukan pada titik titik yang ditentukan, namun dapat ditambahkan pada titik titik yang lain. Pengaplikasian *foot massage* dapat meningkatkan kelancaran kembalinya darah ke jantung, dapat melebarkan pembuluh darah, merangsang aktivitas parasimpatis, dan pada akhirnya menghasilkan respon relaksasi yang menurunkan tekanan darah membuat aliran darah balik menuju jantung menjadi lancar. Tingkat pengetahuan seseorang mengenai hipertensi juga dapat menjadi faktor keberhasilan seseorang dalam mengendalikan dan mengontrol hipertensi (Zaura et al., 2023).

Yogyakarta merupakan urutan ke 4 dengan penyakit hipertensi terbesar di Indonesia, penyakit hipertensi merupakan penyakit yang tidak bisa di sembuhkan tetapi bisa di kontrol. Data yang didapatkan dari Puskesmas Kalasan sebanyak 3525 orang menderita hipertensi. Puskesmas Kalasan memiliki program untuk hipertensi yaitu adanya kelas hipertensi dan adanya pembentukan kader parikesit sebagai perpanjangan tangan dari puskesmas. Parikesit adalah kumpulan kader-kader muda dan kaum melineal untuk bersama-sama bergerak dalam pendampingan minum obat dan edukasi kesehatan pada penderita PTM. Adanya program dari puskesmas penderita hipertensi menjadi lebih mengetahui penyakit hipertensi sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan secara individu maupu komunitas. Manajemen kesehatan yang sudah dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan oleh penderita hipertensi yaitu rutin kontrol dan minum obat hipertensi, mengikuti

kelas hipertensi sebagai program puskesmas, mengikuti kegiatan lansia, dan klien merupakan kader yang aktif di Padukuhannya.

Hasil data tersebut peneliti tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan pada kasus hipertensi khususnya pada lansia. Pemilihan kasus hipertensi pada lansia karena lansia merupakan kelompok yang lebih rentan dari pada usia dewasa dan lansia lebih beresiko mengalami komplikasi serius, sehingga diharapkan dengan adanya pengaplikasian teknik "*Foot Massage*" dapat menurunkan tingkat kesakitan dan menurunkan komplikasi pada lansia.

B. Tujuan

1. Tujuan umum
Mengetahui pengaruh foot massage sebagai intervensi nonfarmakologi untuk mengontrol tekanan darah pada lansia dengan hipertensi
2. Tujuan khusus
 - a. Melakukan pengkajian pada klien lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan
 - b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada klien lansia dengan dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan
 - c. Menentukan intervensi keperawatan pada klien lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan
 - d. Melakukan implementasi keperawatan pada klien lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan
 - e. Melakukan evaluasi keperawatan pada klien lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan

C. Manfaat

1. Manfaat teoritis
Memberikan kontribusi pada keperawatan gerontik khususnya tentang aplikasi foot massage untuk lansia dengan hipertensi
2. Manfaat praktisi
 - a. Manfaat bagi lansia
Sebagai *evidence based* bagi lansia untuk menerapkan foot massage sebagai intervensi non farmakologi dalam mengontrol tekanan darah

b. Manfaat bagi Perawat

Sebagai *evidence based* yang dapat di implementasikan kepada klien dengan hipertensi

c. Manfaat bagi kader

Sebagai referensi materi yang dapat diberikan kepada masyarakat tentang terapi *foot massage*

D. Teknik Pengumpulan Data

Observasi partisipasi adalah salah satu metode pengumpulan data kualitatif yang dilakukan dengan melakukan pengamatan secara dekat dengan sekelompok orang/budaya/masyarakat beserta kebiasaan mereka dengan cara melibatkan diri secara intensif kepada budaya tersebut dalam waktu yang panjang, untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang kebiasaan dan budaya. Teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti yaitu teknik observasi- partisipasi yaitu peneliti melakukan pengamatan dan turut serta melakukan intervensi kepada narasumber sesuai dengan intervensi yang diberikan.