

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Menua merupakan proses alami yang tidak dapat dihindari, proses menua berlangsung secara alamiah yang dipengaruhi oleh faktor biologi yang terjadi secara berkelanjutan sehingga dapat terjadi perubahan fisiologis, anatomi, serta biokemis pada jaringan tubuh yang mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh dan emosi (Syarli & Arini, 2021). Beberapa aspek dalam kehidupan akan mengalami kemunduran saat memasuki proses lansia diantaranya fisik, mental, dan sosial. Pada kemunduran fisik lansia umumnya rentan terkena penyakit, terutama penyakit degeneratif. Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang biasa diderita oleh lansia. Seiring bertambahnya usia membuat pembuluh darah kehilangan elastisitasnya secara bertahap yang dapat menyebabkan meningkatnya tekanan darah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2022, selama sepuluh tahun terakhir, persentase penduduk Lansia di Indonesia meningkat dari 7,57 persen pada 2012 dan menjadi 10,48 persen pada 2022. Angka tersebut diproyeksi akan terus mengalami peningkatan hingga mencapai 19,9 persen pada 2045. Selanjutnya, terdapat delapan provinsi yang telah memasuki struktur penduduk menua, yaitu persentase penduduk lanjut usia yang lebih besar dari 10 persen. Kedelapan provinsi tersebut adalah DI Yogyakarta (16,69 persen), Jawa Timur (13,86 persen), Bali (13,53 persen), Jawa Tengah (13,07 persen), Sulawesi Utara (12,98 persen), Sumatera barat (10,79 persen), Sulawesi Selatan (10,65 persen), dan Lampung

(10,24 persen).

*American Health Association (AHA)* mendefinisikan hipertensi sebagai suatu kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah yang mengalir di pembuluh darah (AHA, 2017). Seseorang dapat dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg. Kejadian hipertensi umumnya tidak disertai dengan gejala, namun terdapat gejala tidak spesifik yang bisa muncul pada penderita hipertensi diantaranya sakit kepala, tengkuk terasa berat, pusing, jantung berdebar debar, gelisah, mudah lelah, dan penglihatan kabur (Kemenkes, 2022).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi perhatian seluruh dunia termasuk Indonesia. Hipertensi sering disebut dengan “*silent killer*” karena penyakit ini dapat menyerang siapa saja dan cenderung tidak menunjukkan gejala serta dapat terjadi secara tiba-tiba yang dapat beresiko terjadinya kematian. Hipertensi menjadi masalah kesehatan yang serius karena mengalami peningkatan setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* tahun 2019 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Prevalensi penderita hipertensi sebagian besar terjadi di negara dengan pendapatan rendah salah satunya di Indonesia mencapai 34,146 (Kemenkes RI, 2021).

Hasil Riskesdas Provinsi Banten tahun 2018 menjelaskan bahwa total penderita hipertensi adalah 1.857.866 jiwa dengan persentase pengidap hipertensi

lebih banyak adalah pada perempuan, sedangkan penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan baru 50% dari total estimasi penderita hipertensi se-Provinsi Banten. Kabupaten Pandeglang merupakan kabupaten dengan presentasi hipertensi sebanyak 16,5% (Dinkes Provinsi Banten, 2020). Kasus Hipertensi di Puskesmas tertinggi ke 9 dilaporkan oleh Puskesmas mandalawangi sebesar 17,12% (Dinas Kesehatan Kabupaten Pandeglang, 2020).

Hipertensi pada lansia terjadi pada proses penuaan yang berhubungan dengan umur seseorang. Manusia mengalami perubahan sesuai dengan bertambahnya usia tersebut. Semakin bertambah umur semakin berkurang fungsi fungsi organ tubuh. Perubahan perubahan fisik yang terjadi pada lansia meliputi perubahan dari tingkat sel sampai ke semua system organ tubuh salah satunya peningkatan tekanan darah. Hampir setiap orang mengalami kenaikan tekanan darah ketika usianya semakin bertambah menjadi semakin tua, kemungkinan seseorang menderita hipertensi juga semakin besar, tekanan sistolik terus meningkat sampai usia 80 tahun dan tekanan diastolik terus naik sampai usia 55 kemudian mulai usia 60 tahun secara perlahan atau bahkan menurun secara drastis (Waryantini dan Amelia, 2021).

Banyaknya komplikasi akibat hipertensi pada lansia di atas maka tingginya kasus hipertensi menunjukkan bahwa hipertensi harus segera di tindak lanjuti. Jika tidak segera dilakukan penanganan, hipertensi dapat menimbulkan resiko morbiditas atau mortalitas dini yang meningkat saat tekanan darah sistolik dan diastolik mulai meningkat. Peningkatan tekanan darah yang berkepanjangan dapat menimbulkan kerusakan pembuluh darah di beberapa organ tertentu misalnya jantung, ginjal, otak sekaligus mata. Tindakan yang dapat dilakukan pada pasien

hipertensi yaitu berupa terapi farmakologi seperti pemberian obat anti hipertensi dan terapi non farmakologi seperti penyuluhan mengenai diet rendah garam dan pengecekan tekanan darah secara rutin yang dilakukan pada kegiatan prolans. Upaya lain yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan relaksasi otot progresif (Rahayu et al., 2020).

Relaksasi otot progresif atau teknik sistematis dapat digunakan untuk mencapai keadaan relaksasi, metode yang diterapkan melalui penerapan metode progresif dengan latihan bertahap dan berkesinambungan pada otot skeletal dengan cara menegangkan dan melemaskannya yang dapat mengembalikan perasaan otot, sehingga otot menjadi rilek dan dapat di gunakan sebagai pengobatan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi esensial. Relaksasi otot progresif merupakan terapi dalam bentuk gerakan yang tersusun sistematis sehingga pikiran dan tubuh akan kembali ke kondisi yang lebih rileks. Relaksasi otot progresif bertujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Hasanah & Pakarti, 2021).

Hal ini selaras dengan hasil penelitian dengan judul "*Efektivitas Pemberian Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah pada Lansia di UPT PSTW Jember*" yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi yang di tandai dengan penurunan tekanan darah dari 133/83 mmHg menjadi 120/81 mmHg (Aminiyah & Safira, 2022).

Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Isnaini (2023) dengan judul "*Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di RSUD dr. Soeratno Gemolong*". Hasil dari penelitian yang

dilakukan oleh peneliti pada Ny. W dan Tn. S dengan penerapan relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di RSUD dr. Soeratno Gemolong. Didapatkan rata-rata perubahan penurunan tekanan darah pada Ny. W sebesar 9,7/6,8. Sedangkan rata-rata perubahan penurunan tekanan darah Tn.S yaitu 9,3/5,5. Adanya perbedaan penurunan tekanan darah pada kedua responden setelah dilakukan intervensi relaksasi otot progresif selama tiga hari berturut-turut.

Penulis telah melakukan pengkajian awal untuk mendapatkan data-data dasar yang akan penulis gunakan untuk menganalisa implementasi yang akan penulis lakukan setelahnya. Hasil anamnesa pada klien Ny. A umur 66 tahun pekerjaan ibu rumah tangga, didapatkan data subjek ditandai dengan klien mengatakan nyeri kepala sampai dengan tengkuk, data objek ditandai dengan klien tampak tegang, hasil pemeriksaan tekanan darah 170/100 mmHg nadi 84 x/m pernafasan 24 x/m. Menurut data awal pengkajian, dapat disimpulkan bahwa klien penderita hipertensi.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik mengangkat Karya Tulis Ilmiah Ners dengan judul "Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Otot Progresif Pada Lansia Ny. A dan Ny. S Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di Kelurahan Pari Mnadalawangi".

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan masalah "Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Relaksasi Otot Progresif Pada Lansia Ny. A dan Ny. S dengan Diagnosa Medis Hipertensi di

Kelurahan Pari Mandalawangi ".

### **1.3. Tujuan**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Studi bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan melalui intervensi relaksasi otot progresif pada lansia Ny. A dan Ny. S dengan diagnosa medis hipertensi di Kelurahan Pari mandalawangi.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Penulis mampu menganalisa kasus kelolaan dan menganalisa masalah keperawatan klien dengan hipertensi dalam hal :

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada lansia Ny. A dan Ny. S dengan Hipertensi.
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada lansia Ny. A dan Ny. S dengan Hipertensi.
- c. Merencanakan intervensi keperawatan pada lansia Ny. A dan Ny. S dengan Hipertensi.
- d. Mengimplementasi Relaksasi Otot Progresif untuk menurunkan tekanan darah pada lansia Ny. A dan Ny. S dengan Hipertensi.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia Ny. A dan Ny. S dengan Hipertensi.

## **1.4. Manfaat Penulisan**

### **1.4.1 Manfaat Keilmuan**

Hasil studi bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan melalui intervensi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia Ny. A dan Ny. S dengan diagnosa medis hipertensi di Kelurahan Pari mandalawangi.

### **1.4.2 Manfaat Aplikatif**

#### **1.4.2.1 Penulis**

Hasil studi kasus ini di harapkan mendapatkan pengetahuan dan pengalaman melakukan intervensi relaksasi otot progresif pada lansia dengan Hipertensi.

#### **1.4.2.2 Rumah sakit / puskesmas**

Hasil studi kasus ini dapat dijadikan referensi praktik keperawatan berbasis bukti yaitu melakukan intervensi relaksasi otot progresif.

#### **1.4.2.3 Masyarakat / klien**

Studi kasus ini nantinya juga akan dapat dijadikan sumber informasi dan masukan bagi klien khususnya klien lansia dengan Hipertensi untuk lebih peduli dengan penyakit yang dideritanya.