

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### 1.1.Latar belakang

Lanjut usia merupakan masa yang tidak dapat dihindari, seseorang yang telah menua disebut lansia. Lansia ialah individu yang sudah berusia 60 tahun keatas (PerMenKes RI, 2016). Lansia merupakan proses natural menjadi tua seiring bertambahnya usia yang ditandai dengan perubahan sistem manusia dan berkurangnya fungsi anggota dan organ tubuh manusia (Miller, 2012). Salah satu perubahan yang terjadi yakni struktur pembuluh darah, seperti lumen yang menyempit serta dinding pembuluh darah lebih kaku dan kurang lentur sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah atau hipertensi. Hipertensi merupakan penyebab umum terjadinya penyakit komplikasi terlebih pada sistem kardiovaskuler (Hartono, 2018).

Sistem kardiovaskuler pada lansia akan mengalami perubahan, salah satunya yaitu menebalnya katup jantung serta kaku sehingga kapasitasnya untuk menyalurkan darah keseluruh tubuh semakin berkurang. Penurunan kemampuan ini dapat menyebabkan kontraksi dan volumenya menurun, elastisitas pembuluh darah berkurang dan menyebabkan takanan atau resistensi pembuluh darah perifer meningkat yang membuat tekanan darah meningkat (Hariyono, 2020).

Kelompok lansia cenderung rawan terhadap penyakit hipertensi. Meskipun peningkatan tekanan darah adalah bagian dari proses menua, namun kondisi ini harus tetap mendapatkan penanganan dengan baik. Pengendalian hipertensi pada lansia dilaksanakan supaya hipertensi dapat terkendali dengan baik dan tidak merambah ke penyakit lainnya yang dapat menyebabkan komplikasi. WHO memperkirakan bahwasanya pada tahun 2050 penduduk usia 60 tahun keatas akan mengalami peningkatan pesat dari 12% menjadi 22%. Pada tahun 2050 diperkirakan penduduk lansia mencapai 2 miliar penduduk dan 80% dari penduduk lansia berada di negara berkembang dengan pendapatan

rendah hingga sedang (WHO, 2018). Sejalan dengan perkiraan WHO, Indonesia dimana saat ini masih menjadi negara berkembang, maka Indonesia dapat mengalami hal tersebut. Ditambah dengan prevalensi hipertensi di Indonesia yang terus bertambah, maka hal ini menjadi peringatan bagi seluruh masyarakat di Indonesia.

Mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi menjadi hal yang harus dilakukan. Hipertensi dapat dikendalikan melalui metode farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis dilaksanakan dengan memberi obat anti hipertensi. Terapi farmakologis ini harus dijalani seumur hidup oleh pasien. Efeksamping mengkonsumsi obat antihipertensi yaitu seseorang batuk kering, kelemahan, pusing, dan/atau sakit kepala, konstipasi, mual, dada berdebar-debar. Pasien lansia dengan hipertensi yang melakukan terapi farmakologis memiliki risiko beberapa kali lipat mengalami penyakit gagal ginjal, penyakit jantung coroner, risiko stroke, dan/atau demensia jika dibandingkan dengan pasien hipertensi yang lebih muda (Potter & Perry, 2016).

Terapi farmakologis memiliki dampak serius bagi tubuh lansia, penulis ingin melakukan penerapan *evidence based nursing* terkait terapi non-farmakologis, agar dapat membantu proses penyembuhan dan meningkatkan imunitas tubuh lansia, serta mengurangi efek terapi farmakologis. Terapi non-farmakologis dapat dilaksanakan agar membantu mengurangi tekanan darah diantaranya diet *dietary approaches to stop hypertension (DASH)*, penurunan berat badan, *mindfulness-based stress-reduction program (MBSRP)*, pengurangan konsumsi alkohol, *isometric handgrip training*, aktivitas fisik, *aerobic, immersed ergocycle*, dan *foot massage* (Iqbal & Handayani, 2022). Dapat dilihat dari berbagai tindakan yang dapat membantu mengurangi tekanan darah, contoh terapi non-farmakologis yang dapat dilaksanakan adalah terapi pijat kaki atau *foot massage* (Putra, dkk, 2024). Terapi ini diambil berdasarkan turunan dari salah satu rencana tindakan teurapetik keperawatan / tindakan

mandiri perawat yaitu lakukan perawatan kaki pada SIKI I.02079 dengan judul intervensi perawatan sirkulasi (PPNI, 2018).

Tindakan intervensi ini telah terbukti efektif dalam mengurangi tekanan darah pada pasien hipertensi, sejalan dengan penelitian Iqbal & Handayani (2022) dimana penelitian ini menunjukkan beberapa terapi non farmakologis terkait penurunan tekanan darah yaitu diet DASH, penurunan berat badan, pengurangan konsumsi alkohol, MBSRP, isometric handgrip training, aktifitas fisik, dan pijat kaki. Pijat kaki adalah metode non farmakologis yang paling efektif untuk mengurangi tekanan darah hingga 8,4/3,4 mmHg jika dilaksanakan dengan rutin selama setidaknya 30 menit. Penelitian Anwar, dkk (2022) memperlihatkan hasil bahwasanya ada pengaruh pemberian tindakan intervensi selama 12 kali pemberian selama 12 hari intervensi terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Berdasarkan perolehan studi pendahuluan yang dilaksanakan penulis di BPSTW Yogyakarta didapatkan bahwasanya 62 dari 121 lansia atau 51,23% lansia yang ada diseluruh wisma BPSTW terdiagnosa mengalami hipertensi. Pada wisma Grojogan Sewu ada 6 dari 10 lansia mengalami hipertensi, termasuk Bp M dan Bp.S. Berdasarkan latar belakang diatas penulis mempunyai ketertarikan melaksanakan analisis penerapan pemberian terapi *foot massage* pada lansia dengan hipertensi di BPSTW Abiyoso Yogyakarta.

## 1.2.Rumusan masalah

Bagaimana analisis penerapan pemberian terapi *foot massage* pada lansia dengan hipertensi di BPSTW Abiyoso Yogyakarta?

## 1.3.Tujuan study kasus

### 1.3.1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh penerapan *evidence based nursing* analisis penerapan terapi *foot massage* pada lansia dengan hipertensi di BPSTW Abiyoso Yogyakarta

### 1.3.2. Tujuan khusus

1.3.2.1. Mengetahui tekanan darah lansia sebelum dilaksanakan intervensi *foot massage*

1.3.2.2. Mengetahui tekanan darah lansia setelah dilaksanakan intervensi *foot massage*

1.3.2.3. Mengetahui perbedaan tekanan darah lansia sebelum dan setelah dilaksanakan intervensi *foot massage*

### 1.4. Manfaat study kasus

#### 1.4.1. Manfaat praktis

Dapat dilaksanakan sebagai terapi non-farmakologis keperawatan untuk menurunkan tekanan darah

#### 1.4.2. Manfaat akademis

Dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa sebagai pelayanan kepada pasien lansia maupun masyarakat tentang pengaruh *foot massage* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi