

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Lanjut usia (lansia) adalah individu yang telah berusia ≥ 60 tahun dan mengalami proses penuaan secara alami yang ditandai dengan perubahan pada aspek biologis, psikologis, dan sosial. Meningkatnya angka harapan hidup berdampak pada bertambahnya jumlah penduduk lansia di Indonesia, sehingga negara ini telah memasuki fase aging population. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, persentase penduduk lansia mencapai 11,75% pada tahun 2023 dan meningkat menjadi sekitar 12% pada tahun 2024. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proporsi lansia dalam struktur penduduk Indonesia terus mengalami peningkatan (Badan Pusat Statistik, 2024).

Upaya untuk meningkatkan kesejahteraan lansia telah diatur dalam Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 yang menyatakan bahwa setiap lansia berhak memperoleh pelayanan kesehatan serta perlindungan sosial sebagai bentuk dukungan dalam meningkatkan kualitas hidupnya (Undang-Undang No. 13 Tahun 1998).

Pada tingkat regional, Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan provinsi dengan proporsi penduduk lansia tertinggi di Indonesia, yaitu sekitar 16,3% dari total penduduk. Menurut Badan Pusat Statistik Daerah Istimewa Yogyakarta, angka tersebut berada di atas rata-rata nasional, sehingga Yogyakarta menjadi salah satu wilayah dengan potensi masalah kesehatan lansia yang lebih tinggi, termasuk kejadian hipertensi (Badan Pusat Statistik DIY, 2024).

Penuaan mengakibatkan berbagai perubahan fisiologis, antara lain berkurangnya elastisitas pembuluh darah, meningkatnya kekakuan arteri, serta menurunnya fungsi berbagai sistem organ. Perubahan tersebut menyebabkan peningkatan resistensi perifer yang berkontribusi terhadap naiknya tekanan

darah. Selain faktor fisiologis, gaya hidup yang kurang sehat seperti konsumsi makanan tinggi garam, rendahnya aktivitas fisik, obesitas, dan stres juga berperan dalam meningkatkan risiko hipertensi pada lansia, sehingga kelompok usia ini menjadi lebih rentan mengalami penyakit tersebut (World Health Organization, 2021).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dijumpai di berbagai negara. Sebagian besar kasus, yaitu sekitar 90%, termasuk dalam kategori hipertensi esensial atau hipertensi primer yang penyebab pastinya belum dapat ditentukan secara spesifik. Secara global, lebih dari 1,2 miliar penduduk hidup dengan hipertensi, dan kondisi ini diperkirakan menyebabkan sekitar 9,4 juta kematian setiap tahun. Timbulnya hipertensi esensial dipengaruhi oleh kombinasi berbagai faktor, baik faktor genetik maupun faktor lingkungan, seperti pola konsumsi makanan yang kurang sehat, obesitas, serta paparan stres. Stres yang terjadi secara berkepanjangan dapat merangsang aktivasi sistem saraf simpatis sehingga meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah (Kim & Park, 2023).

Selain berdampak pada kesehatan mental, stres juga memicu berbagai perubahan fisiologis dalam tubuh. Respons terhadap stres mengaktifkan sistem saraf simpatis yang kemudian merangsang pelepasan hormon katekolamin, terutama epinefrin dan norepinefrin. Peningkatan kadar hormon tersebut menyebabkan frekuensi denyut jantung dan curah jantung meningkat, disertai vasokonstriksi pembuluh darah yang berakibat pada kenaikan tekanan darah. Apabila stres berlangsung dalam waktu lama, produksi hormon kortisol juga meningkat sehingga membantu mempertahankan tekanan darah tetap tinggi. Oleh karena itu, stres kronis yang tidak dikelola dengan baik menjadi salah satu faktor yang berperan dalam perkembangan hipertensi (Hinkle & Cheever, 2022).

Di Indonesia, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi sebesar 34,1% berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 yang

diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kejadian hipertensi cenderung lebih tinggi pada kelompok usia lanjut, dengan prevalensi yang diperkirakan mencapai 45–65% dan terus meningkat seiring bertambahnya usia. Di Daerah Istimewa Yogyakarta, hipertensi termasuk salah satu penyakit yang paling sering ditemukan pada lansia serta menjadi faktor yang meningkatkan risiko terjadinya penyakit kardiovaskular (Kementerian Kesehatan RI, 2018; 2022).

Hipertensi adalah keadaan ketika tekanan darah berada di atas batas normal sehingga beban kerja jantung meningkat untuk mempertahankan aliran darah ke seluruh jaringan tubuh. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, jantung dapat mengalami perubahan struktur maupun fungsi yang menyebabkan kemampuan memompa darah menjadi kurang optimal. Penurunan fungsi pompa jantung tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya penurunan curah jantung. Oleh sebab itu, pengelolaan hipertensi tidak cukup hanya mengandalkan terapi farmakologis, tetapi perlu dipadukan dengan pendekatan nonfarmakologis. Salah satu terapi komplementer yang banyak digunakan adalah akupresur, yaitu teknik pemberian tekanan pada titik-titik tertentu di permukaan tubuh untuk memberikan efek relaksasi, memperlancar sirkulasi darah, mengurangi aktivitas sistem saraf simpatik, serta membantu mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi (Hinkle & Cheever, 2022).

Akupresur merupakan terapi komplementer yang semakin banyak dimanfaatkan dalam praktik keperawatan karena bersifat sederhana, tidak invasif, mudah dipelajari, dan memiliki risiko efek samping yang minimal. Terapi ini bekerja melalui stimulasi pada titik-titik akupresur yang memengaruhi sistem saraf sehingga menghasilkan respons relaksasi, memperbaiki aliran darah, serta membantu menjaga keseimbangan fungsi sistem saraf otonom, sistem endokrin, dan sistem imun. Dalam praktik keperawatan, akupresur dapat dijadikan sebagai bagian dari intervensi terapi komplementer untuk meningkatkan kenyamanan pasien, mengurangi stres, dan mendukung peningkatan kondisi kesehatan, khususnya pada individu yang

mengalami hipertensi (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penerapan akupresur pada lansia dengan hipertensi dapat memberikan manfaat dalam membantu menurunkan tekanan darah. Manfaat ini penting mengingat hipertensi pada kelompok lansia tidak hanya meningkatkan risiko gangguan kardiovaskular, tetapi juga berhubungan dengan penurunan fungsi kognitif serta berkurangnya kualitas hidup. Dengan demikian, akupresur dapat dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi keperawatan berbasis bukti yang aman, efektif, mudah diterapkan, dan sesuai untuk mendukung pengelolaan hipertensi pada lansia.

Berdasarkan pemaparan tersebut, terapi akupresur layak dikaji lebih lanjut sebagai salah satu upaya keperawatan dalam mengendalikan tekanan darah pada lansia. Penerapan terapi ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup, mempertahankan status kesehatan, serta mengurangi risiko terjadinya komplikasi akibat hipertensi.

1.2 Rumusan masalah

Bagaimana gambaran nilai tekanan darah pada lansia setelah diberikan terapi akupresur di ruang rawat inap RS Panti Rapih?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penerapan terapi akupresur terhadap perubahan nilai tekanan darah pada lansia yang dirawat di ruang rawat inap RS Panti Rapih.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi nilai tekanan darah pada lansia sebelum diberikan terapi akupresur di ruang rawat inap RS Panti Rapih.

1.3.2.2 Mengidentifikasi nilai tekanan darah pada lansia setelah diberikan terapi akupresur di ruang rawat inap RS Panti Rapih.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan di RS Panti Rapih dalam menerapkan terapi akupresur sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien lansia.

1.4.2 Bagi Perawat

Menjadi referensi bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan yang lebih komprehensif melalui penerapan terapi komplementer yang aman, efektif, dan mudah dilakukan.

1.4.3 Bagi Lansia

Memberikan alternatif terapi nonfarmakologis yang dapat membantu menurunkan tekanan darah, meningkatkan kenyamanan, serta memperbaiki kualitas hidup lansia selama menjalani perawatan.

1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar atau referensi untuk penelitian selanjutnya terkait terapi akupresur maupun intervensi komplementer lainnya dalam penanganan masalah kardiovaskular pada lansia.