

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Bab ini membahas tentang pendahuluan yang berisi: latar belakang, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penulisan.

#### **A. Latar Belakang**

*World Health Organization* (WHO) tahun 2023 memaparkan bahwa lansia ialah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas yang akan mengalami proses penuaan yang disertai dengan perubahan-perubahan baik secara fisik, psikologis maupun sosial. Lansia dikatakan memiliki risiko untuk mengalami berbagai penyakit degeneratif dibandingkan dengan usia muda, salah satu penyakit degeneratif yang sering timbul tanpa gejala adalah hipertensi.

Hipertensi disebut sebagai “*silent killer*” karena bisa muncul tanpa gejala atau tanda-tanda peringatan, sehingga banyak yang tidak menyadarinya (Ariyanti *et. al.*, 2020). Hipertensi merupakan suatu keadaan meningkatnya tekanan darah yang tidak normal pada seseorang yang mengalami hipertensi. Keadaan ini dapat menyebabkan risiko kesehatan yang serius dan bahkan mematikan, seperti masalah jantung dan stroke. Peningkatan tekanan darah di atas 140/90 mmHg dapat dianggap sebagai hipertensi dan harus segera diobati. Tekanan darah saat fase sistolik sebesar 140 mmHg mencerminkan tahap di mana jantung sedang memompa darah, sementara tekanan darah pada fase diastolik sebesar 90 mmHg menandakan proses aliran darah kembali ke jantung (Istikomah, 2020). Pada lansia hipertensi disebabkan oleh perubahan pada penurunan elastisitas dinding aorta, katup jantung menebal serta menjadi kaku, kemampuan jantung memompa untuk darah, hilangnya elastisitas pembuluh darah dan meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer (Fitrianti & Putri, 2018).

Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2023, diperkirakan sekitar 1,28 miliar individu di seluruh dunia mengalami tekanan darah tinggi dimulai dari usia 30-79 tahun. Sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah, sedangkan hipertensi pada lansia terdapat kurang lebih 972 juta orang atau 26,4% orang. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Kurang dari separuh orang dewasa (42%) dengan hipertensi terdiagnosis dan diobati. Sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengendalikannya. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030.

Berdasarkan data Riskesdas RI, (2013) total penduduk Indonesia yang mengalami penyakit hipertensi yaitu sebesar 25,8%, sedangkan pada tahun 2018 yaitu mencapai 34,1% Riskesdas RI, (2018). Lansia yang mengalami hipertensi sebesar 32,5% pada usia  $\geq 60$  tahun keatas (Kemenkes RI, 2022). Pernyataan diatas menunjukkan adanya peningkatan penyakit hipertensi setiap tahunnya di Indonesia. Dinas Provinsi Kalimantan Barat pada tahun 2018 memaparkan bahwa penyakit hipertensi saat ini menempati urutan ke-3 di antara 10 penyakit dengan kasus mencapai 44.134 kasus atau 36,99% dari jumlah penduduk. Berdasarkan dari data Dinas Kesehatan Kota Pontianak tahun 2022, Kota Pontianak mengalami hipertensi sebanyak 165.559 kasus. Prevalensi hipertensi tertinggi ke-dua terjadi diwilayah Kecamatan Pontianak Utara yaitu mencapai 36.094 kasus, di Kecamatan Pontianak Utara terdapat 5 Puskesmas, dari ke-5 Puskesmas tersebut penderita hipertensi dengan angka tertinggi terdapat di wilayah kerja UPT Puskesmas Siantan Tengah dengan persentase sebanyak 49,6% atau 9.490 kasus, dan jumlah lansia yang mengalami hipertensi di Puskesmas Siantan Tengah 494 orang lansia laki-laki, 427 orang lansia perempuan. Jumlah hipertensi lansia pada laki-laki lebih tinggi karena kebiasaan merokok,

kebiasaan mengkonsumsi kopi, dan kebiasaan begadang sehingga pada lansia laki-laki lebih banyak dari lansia perempuan sejalan dengan penelitian (Hasni *et al.*, 2022).

Lansia adalah individu yang berusia 60 tahun keatas yang terdiri dari lansia awal yaitu umur 60-74 tahun, lansia menengah dengan rentan umur 75- 90 tahun dan lansia akhir yaitu lansia dengan umur 90 tahun keatas. Terdapat beberapa masalah pada lansia yaitu ISPA, penyakit sendi, masalah gigi, kesehatan mental dan hipertensi. Hipertensi karena peningkatan tekanan darah 24 jam dan denyut jantung, peningkatan sistem saraf simpatik, dan peningkatan retensi garam dapat diakibatkan karena adanya durasi tidur pendek dalam jangka waktu yang lama yang mengakibatkan tekanan darah menjadi tinggi (Amanda & Martini, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 23 Mei 2023 dengan cara wawancara dan pemeriksaan fisik yang dilakukan pada 5 responden penderita hipertensi pada lansia maupun pada keluarganya di wilayah kerja UPT Puskesmas Siantan Tengah di dapatkan hasil bahwa rata-rata penderita lansia yang mengalami hipertensi karena faktor gaya hidup yang kurang sehat seperti kurang olahraga, mengkonsumsi makanan asin dan berlemak kebiasaan merokok, mengkonsumsi kopi, dan adanya faktor keturunan atau genetik yang mengakibatkan terjadinya tekanan tinggi darah meningkat.

Berdasarkan hasil pengkajian terdapat 1 responden yang mengeluh sulit tidur akibat rasa nyeri yang dialami, terbangun tengah malam, mimpi buruk, susah mulai tidur, mengalami cemas, jika masalah gangguan pola tidur ini tidak diatasi dengan tepat akan menimbulkan berbagai masalah fungsi pada tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian (Madeira *et al.*, 2019) bahwa rata rata lansia yang mengalami hipertensi mengalami gangguan pola tidur dan

terdapat hubungan yang signifikan antara gangguan pola tidur dengan hipertensi.

Gangguan tidur adalah gangguan dari pola tidur seseorang, hal ini akan berdampak pada kesehatan seseorang. Gangguan pola tidur adalah gangguan yang terjadi pada kualitas dan kuantitas waktu tidur seseorang akibat faktor eksternal (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016). Masalah yang timbul pada lansia yang mengalami hipertensi dengan gangguan pola tidur dapat berpengaruh pada fungsi tubuh misalnya: mengalami penurunan konsentrasi, kelelahan, mudah marah, kebingungan, stress, depresi, insomnia, penurunan fungsi otak, serta tekanan darah akan meningkat (Dewi, 2014). Upaya agar penderita hipertensi mampu mengontrol tekanan darah dan mengatasi nyeri serta gangguan pola tidur terdapat beberapa intervensi keperawatan seperti terapi nonfarmakologi.

Intervensi nonfarmakologi yang dapat dilakukan oleh perawat untuk meningkatkan kualitas tidur dan mengurangi gangguan tidur adalah dengan beberapa terapi antara lain: Pemantauan tanda-tanda vital pasien, membiasakan tidur malam lebih awal, tidak mengonsumsi minuman yang bisa menyebabkan susah tidur seperti kopi pada malam hari, pembatasan aktivitas fisik, istirahat yang cukup, pola hidup sehat seperti menjaga kebugaran tubuh, jalan pagi 2 kali seminggu, diet rendah garam, gula dan lemak, menghindari konsumsi rokok, alkohol, mengurangi stress, serta rutin pemeriksaan fisik ke posyandu (Avelina & Dery, 2021). Terapi relaksasi otot progresif, rendam kaki air hangat, aroma terapi, maupun terapi murottal, dll (Julwansa Saragih & Damanik, 2022), dan intervensi yang dapat mengatasi gangguan pola tidur pada lansia yang mengalami hipertensi adalah terapi relaksasi nafas dalam dan terapi murottal. Hal ini sejalan dengan penelitian Ningrum & Dolifah (2023) bahwa kombinasi terapi relaksasi nafas dalam dan terapi murottal dapat mengurangi tekanan darah

dan dapat mengatasi gangguan pola tidur pada lansia (Iksan & Hastuti, 2020).

Berdasarkan permasalahan diatas, penulis tertarik untuk menulis karya ilmiah dengan judul “asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di wilayah kerja UPT Puskesmas Siantan Tengah” mengingat tingginya jumlah penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Siantan Tengah dan komplikasi yang terjadi bila hipertensi tidak ditangani dengan tepat.

#### **B. Batasan Masalah**

Masalah pada studi kasus ini dibatasi asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di wilayah kerja UPT Puskesmas Siantan Tengah.

#### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah sebagai berikut:

“Bagaimanakah asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di wilayah kerja UPT Puskesmas Siantan Tengah”.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan penulisan pada kasus ini adalah sebagai berikut:

##### **1. Tujuan umum**

Penulis mampu memberikan dan menerapkan asuhan keperawatan pada lanjut usia yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur secara benar.

2. Tujuan Khusus
  - a. Meningkatkan pengetahuan tentang konsep dasar penyakit dan asuhan keperawatan pada klien yang mengalami hipertensi secara teoritis.
  - b. Menggambarkan asuhan keperawatan pada klien yang mengalami hipertensi di UPT Puskesmas Siantan Tengah.
  - c. Menganalisis perbandingan asuhan keperawatan secara teori dengan kasus asuhan keperawatan yang dilakukan secara langsung pada klien yang mengalami hipertensi di lapangan khususnya di UPT Puskesmas Siantan Tengah.

#### **E. Manfaat Penulisan**

1. Bagi Tempat Pelayanan Kesehatan  
Sebagai bahan masukan bagi tenaga kesehatan agar lebih meningkatkan keterampilan dalam memberikan asuhan keperawatan khususnya pada pasien yang mengalami hipertensi.
2. Bagi Penulis  
Dapat digunakan untuk penerapan ilmu pengetahuan yang di dapat pada bangku kuliah dilaksanakan dalam lahan praktek lapangan dengan pasien yang mengalami hipertensi
3. Bagi Pasien dan Keluarga  
Manfaat praktis penulisan karya ilmiah bagi pasien dan keluarga yaitu supaya pasien dan keluarga dapat mengetahui gambaran umum tentang hipertensi beserta perawatan yang benar bagi klien agar penderita mendapat perawatan yang tepat dalam keluarganya.
4. Manfaat Bagi Perawat di Komunitas  
Karya Tulis Ilmiah ini dapat menjadi referensi dalam penelitian yang akan datang serta dapat menambah wawasan dalam bidang ilmu keperawatan komunitas maupun keluarga.

5. Bagi Perawat Lansia

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan bagi perawat lansia memberikan asuhan keperawatan secara maksimal khususnya kepada klien yang mengalami gangguan pola tidur pada penderita hipertensi.

