

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Darmojo (2011) dalam Afriani, dkk. (2023) mengatakan ketika seseorang sudah mencapai usia dewasa, ia akan mempunyai kemampuan bereproduksi dan ketika usia lanjut kondisi hidup akan berubah, seseorang akan kehilangan tugas dan fungsi akal maupun fisik, dan kemudian mati. Secara umumnya semakin tua usia seseorang maka akan semakin rentan untuk terjadinya penyakit, seperti hipertensi (Adam, 2019 dalam Afriani, Camelia, & Astriana, 2023). Penyebab terjadinya hipertensi pada lansia umumnya berasal dari perubahan kondisi pembuluh darah termasuk di bagian jantung. Karena pada dasarnya dengan bertambahnya usia, pembuluh darah semakin keras dan tidak elastis. Begitu juga dengan organ dan sistem dalam tubuh seorang lansia yang mungkin akan mengalami perubahan.

Selain faktor diatas, penelitian yang dilakukan oleh Kurnia dkk., (2020) dengan judul “Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Ciptoulyo” hipertensi dengan responden usia dewasa madya dengan kisaran umur 40- 59 tahun sebanyak 44 responden dan didapatkan hasil sebanyak 34 (77,28%) orang yang mengalami kualitas tidur yang buruk. Dalam penelitian ini juga mengatakan bahwa faktor hipertensi dipengaruhi karena faktor proses penuaan, juga disebabkan karena penderita hipertensi memiliki kecemasan berlebih dan membuat perasaan gelisah, jantung berdebar-debar, serta badan gemetar. Sehingga dapat

memengaruhi kualitas tidur menjadi buruk. Tingkat kecemasan pada lansia contohnya yaitu beratnya beban yang dihadapi lansia seperti ancaman terhadap integritas fisik meliputi disabilitas fisiologis yang akan terjadi atau penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari. Kualitas tidur yang buruk inilah yang paling sering dikeluhkan dan dipermasalahkan pada lansia dengan hipertensi (Kurniadi, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO), penderita hipertensi sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia, sebagian besar (dua pertiga) berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah, dengan 46% di antaranya tidak menyadari kondisi ini. Kurang dari separuhnya (42%) didiagnosis dan mendapatkan pengobatan, sementara hanya sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) yang berhasil mengendalikan hipertensinya. Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia, dan salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 hingga 2030 (World Health Organization, 2023).

Prevalensi penderita Hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% dengan jumlah mencapai 63.309.620 kasus (Riskesdas, 2018). Terjadi penurunan kasus hipertensi dari 2018 ke 2023 yakni dari 34% menjadi 30% (Kemenkes RI, 2024). Untuk di Provinsi Jawa Timur sendiri penderita Hipertensi terjadi kenaikan dari tahun 2020-2023. Jumlah penderita Hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun sekitar 11.702.478 penduduk dengan proporsi laki-laki 48,8% dan perempuan 51,2%. Untuk wilayah Ponorogo menurut Dinas Kesehatan Jawa Timur 2023, penemuan kasus Hipertensi mencapai 291.743 ribu orang (Dinas

Kesehatan Jawa Timur, 2024). Untuk wilayah kerja Puskesmas Babadan sendiri jumlah kunjungan pasien hipertensi pada tahun 2024 hingga Maret 2025 sebanyak 1858 kunjungan.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Martini, et al. (2018) dalam Nurhayati (2020) mengatakan bahwa lansia dengan hipertensi memiliki pola tidur yang lebih buruk. Gejala yang sering dialami lansia hipertensi seperti sakit kepala, nyeri tengkuk, sesak napas, sering terbangun, bangun terlalu dini, dan nokturia (Nurhayati, 2020). Hal ini disebabkan karena pada lansia terjadi perubahan struktur sistem kardiovaskuler yang dimana berkurangnya elastisitas dari pembuluh darah. Pada saat tekanan darah meningkat beban kerja jantung juga akan meningkat, sehingga terjadi kerusakan vaskuler pembuluh darah. Kemudian terjadi perubahan struktur dan terjadinya penyumbatan pembuluh darah mengakibatkan vasokonstriksi hingga gangguan sirkulasi menuju otak. Jika sudah terjadi resistensi pembuluh darah ke otak biasanya akan menimbulkan nyeri pada kepala dan menyebabkan gangguan pola tidur. Hal ini sesuai penelitian Azizah dkk. (2023) dengan judul Studi Kasus Asuhan Keperawatan Lansia dengan Hipertensi di PPSLU Dewanata Cilacap menyebutkan bahwa pasien lansia dengan hipertensi memiliki masalah nyeri kepala dan menyebabkan sulit untuk tidur.

Oleh karena itu, diperlukannya pelayanan kesehatan dan penatalaksanaan yang adekuat. Salah satunya yaitu melakukan modifikasi gaya hidup terhadap faktor resiko yang dapat diubah dengan pemahaman yang baik terhadap hipertensi. Terapi hipertensi pada masalah gangguan pola tidur dapat berupa terapi farmakologis dengan obat-obatan dan non-farmakologis. Terapi

farmakologis untuk mengatasi masalah gangguan pola tidur menyebabkan efek samping yang berbahaya bila berkepanjangan. Maka dari itu pemberian terapi non farmakologis lebih efektif di gunakan untuk mengatasi masalah gangguan pola tidur pada lansia hipertensi seperti pijat kaki (Prajayanti, Dwi, & Sari, 2022). Pengobatan non-farmakologis yang dilakukan dengan memberikan tekanan atau memijat jaringan tubuh. Pijat kaki dapat mempengaruhi tekanan darah dengan merangsang reseptor tekanan di kulit, meningkatkan aktivitas vagal, dan mengurangi kadar kortisol, yang secara keseluruhan membantu menurunkan tekanan darah (Widyaningrum, Rahmah, Ulum, & Yulianti, 2023).

Mekanisme pijat kaki terhadap efektifitas dalam mengatasi gangguan pola tidur pada pasien hipertensi yaitu saat kaki diberikan rangsangan atau massage akan menstimulasi syaraf kaki, yang kemudian meningkatkan neurotransmitter serotonin dan dopamine. Setelah itu serotonin dan dopamine akan diteruskan ke hipotalamus dan menghasilkan *Corticotropin Releasing Factor* (CRF), yang kemudian akan merangsang kelenjar pituitari untuk meningkatkan produksi *Proopiomelanocortin* (POMC). Ketika *Proopiomelanocortin* (POMC) meningkat akan merangsang medulla adrenal untuk mensekresikan hormon kortisol dan endorfin yang dapat menurunkan aktivitas sistem syaraf simpatis, serta meningkatkan respon syaraf parasimpatis. Akibat dari penurunan syaraf simpatis dan peningkatan syaraf parasimpatis terjadi vasodilatasi pada pembuluh darah dan memperlancar aliran darah, yang membantu otot-otot tegang pada tubuh menjadi relaks. RAS (Retikuler Aktivating System) yang akan terstimulasi untuk melepaskan serotonin dan

membantu munculnya rangsangan tidur serta meningkatkan kualitas tidur seseorang (Rahmah, Ulum, & Yulianti, 2023). Selain itu penurunan syaraf simpatis dan peningkatan syaraf parasimpatis akan berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah yang dimana jantung tidak memerlukan tekanan kuat untuk memompa dan mengedarkan darah ke seluruh tubuh. Saat jalur energi di tubuh terbuka dan aliran energy tidak terhalang oleh ketegangan otot, maka tekanan darah dapat menurun hingga stabil (Faridah Umamah, 2019 dalam Aditya dan Khoiriyah, 2021 dalam Akhmad Zainur & Amalia, 2023).

Pernyataan diatas sejalan dengan peneltian yang dilakukan oleh Fatikasari Dian dkk., (2024) dengan judul “Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Kelurahan Joyotakan Surakarta” yang menyatakan bahwa pijat kaki ini efektif menurunkan tekanan darah. Penelitiannya dilakukan dengan menggunakan 2 responden lansia dengan hasil kedua pasien mengalami penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi pijat kaki selama 3 hari. Selain itu dalam penelitian Arbianto dan Prasanti (2023) yang penelitiannya dilakukan dengan seorang lansia dengan gangguan pola tidur menunjukkan hasil yang signifikan dimana responden setelah dilakukan terapi pijat kaki pola tidurnya berubah menjadi lebih baik dari sebelumnya, yakni durasi tidur lebih lama dan kualitas tidur yang memuaskan. Oleh karena itu, diperlukan upaya pengelolaan tidur yang baik untuk mencegah terjadinya komplikasi pada hipertensi.

1.2 Batasan Masalah

Penulisan karya ilmiah ini membatasi permasalahan dengan judul “Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Pada Lansia dengan Gangguan Pola Tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo”.

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimanakah asuhan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Melakukan dan menganalisis asuhan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo.

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Melaksanakan dan menganalisis asuhan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo.
- b. Merumuskan dan menganalisis diagnosa keperawatan pada asuhan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo.
- c. Menyusun dan menganalisis intervensi keperawatan pada asuhan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo.

- d. Melakukan dan menganalisis tindakan keperawatan pada asuhan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo.
- e. Melakukan dan menganalisis evaluasi keperawatan pada asuhan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dan pengembangan ilmu keperawatan khususnya tentang masalah gangguan pola tidur pada lansia penderita hipertensi.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Pasien dan Keluarga atau Masyarakat

Klien dan keluarga akan mendapatkan pemahaman tentang cara mengatasi gangguan tidur dan mendapatkan kualitas tidur yang lebih baik.

- b. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan penting dalam memberikan asuhan keperawatan yang efektif bagi lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur.

- c. Bagi Profesi Keperawatan

Peningkatan pelatihan dan pengetahuan tentang manajemen hipertensi mengenai terapi non-farmakologis pijat kaki bagi perawat dapat secara signifikan meningkatkan kinerja mereka dalam

memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif kepada lansia hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur.

d. Bagi Instansi Kesehatan

Dapat digunakan sebagai informasi bagi institusi pendidikan dalam pengembangan penelitian tentang asuhan keperawatan pada lansia hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur.