

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Setiap individu akan memasuki periode baru dalam hidupnya. Salah satunya ialah memasuki masa lansia. Individu yang berumur lebih dari 60 tahun dikatakan sebagai lansia (Depkes RI, 2013). Memasuki usia lansia terjadi berbagai perubahan salah satunya perubahan fisik yang dapat pula menyebabkan pada perubahan sistem tubuh, misalnya sistem kardiovaskuler yang ditandai dengan perubahan curah jantung dan ketahanan pembuluh darah perifer (Agustina, S., Sari, S, M., 2015). Perubahan pada curah jantung dan tekanan perifer dapat membuat seseorang mengalami peningkatan tekanan darah atau dikenal dengan hipertensi (Riskesdas, 2013). Secara umum, hipertensi merupakan penyakit tidak menular serta tanpa gejala jelas sehingga disebut sebagai “*The Sililent Killer*”. Penentuan diagnosis hipertensi dapat dilihat melalui pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastol ≥ 90 mmHg pada pemeriksaan yang berulang (Wahyudi, 2017).

Hipertensi sendiri semakin mengalami peningkatan angka kejadian baik di dunia maupun di Indonesia. Angka kejadian hipertensi di dunia menurut WHO 2015, pada tahun 2015 sebesar 1,13 Miliar dan diperkirakan di tahun 2025 bertambah menjadi 1,5 Miliar. Hal serupa ditunjukkan melalui data Riskesdas 2018, bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran dari tahun 2013 sampai dengan tahun 2018 mengalami kenaikan sebesar 8,3 % dari 25,8% menjadi 34,1 %. Sementara menurut data WHO 2013 pada kelompok umur 65-74 tahun di Indonesia ditemukan ada sebanyak 56,7% yang menderita hipertensi. Penyakit hipertensi menjadi peringkat pertama dari 10 penyakit yang sering dikeluhkan lansia di Indonesia. Kejadian hipertensi diperkirakan akan terus meningkat sesuai dengan jumlah lansia di Indonesia. Jumlah lansia pada tahun 2017 sebesar 23,66 juta jiwa dari keseluruhan penduduk dan akan bertambah setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2017).

Peningkatan tekanan darah atau hipertensi pada lansia tidak lepas dari beberapa faktor pemicunya seperti, keturunan, jenis kelamin, usia, asupan garam

berlebih, stres, obesitas, kurang aktivitas dan kebiasaan merokok (Risikedas, 2013). Kurangnya pemahaman lansia dan pemantauan oleh keluarga terutama yang memiliki lansia akan berpengaruh pada dampak yang ditimbulkan oleh hipertensi, seperti penyakit kardiovaskuler, stroke, retinopati, gagal ginjal, bahkan kematian (Robinson & Saputra, 2014).

Dampak lebih lanjut dari hipertensi tentunya perlu dicegah dengan melakukan pendeteksian secara dini melalui pengontrolan tekanan darah pada lansia. Pengontrolan tekanan darah dapat mencakup pengaturan diet, pembatasan perilaku merokok, manajemen stres, pengendalian tekanan darah dan pengaturan olahraga (P. A. S. Utami et al., 2013). Lansia juga membutuhkan dukungan dari keluarga terhadap pemantauan status kesehatannya. Jika dukungan keluarga disampaikan dengan baik tentunya akan berpengaruh terhadap peningkatan status kesehatan orang tersebut dan begitupun juga sebaliknya. Dukungan yang diberikan oleh keluarga dapat diberikan melalui pemantauan pola hidup seperti diet rendah garam (Tasalim et al., 2020). Dukungan yang diberikan oleh keluarga mampu menjadi motivasi untuk menentukan perilaku kesehatannya (Sutarno & Utama, 2014). Maka, seseorang yang terkena hipertensi akan terdorong untuk patuh dalam menjalani pengontrolan tekanan darah karena adanya keinginan sembuh. Pengetahuan, pemahaman, peningkatan kesadaran, dan sikap melakukan pengontrolan terhadap tekanan darah pada lansia dan keluarga dengan lansia tentunya juga tidak lepas oleh peran perawat komunitas yang memberikan asuhan kepada kelompok rentan.

Perawat komunitas berperan dalam memberikan pendidikan kesehatan mulai dari faktor pemicu hipertensi, bahayanya hipertensi, dan pentingnya pengontrolan tekanan darah yang ditekankan melalui upaya *promotive*, upaya *preventif*, upaya *kuratif*, upaya *rehabilitative*, dan upaya *resosialitatif*. Perawat komunitas juga dapat membantu lansia untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal. Peran perawat komunitas tersebut tentunya berkesinambungan dengan fungsi dari perawat komunitas yakni, memberikan pelayanan optimal, memberikan asuhan keperawatan melalui pendekatan pemecahan masalah, melakukan komunikasi yang efektif serta melibatkan peran serta masyarakat (Kartiningrum et al., 2017). Pendidikan kesehatan yang diberikan pada lansia tentunya membutuhkan sebuah

media yang dapat dengan mudah di pahami dan dapat dilihat berulang kali, yakni dengan menggunakan *booklet*.

Booklet sendiri merupakan bentuk penyampaian informasi yang sederhana, ekonomis, dan efisien untuk meningkatkan pengetahuan sebagai sumber informasi media pendidikan (Heri et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian Wulandari 2020 pemberian *booklet* mengenai hipertensi yang diberikan pada lansia dengan hipertensi berhasil meningkatkan pengetahuan dan merubah perilaku menjadi lebih baik untuk mengontrol tekanan darahnya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka penulis tertarik untuk memberikan sebuah pendidikan kesehatan melalui *booklet*, sehingga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman, kesadaran dalam pengontrolan hipertensi bagi keluarga khususnya yang memiliki lansia.

I.2 Tujuan Penelitian

I.2.1 Tujuan Umum

Peneliti memiliki tujuan untuk memberikan *booklet* yang berisi informasi mengenai hipertensi, guna mendeteksi dini terjadinya hipertensi dalam keluarga terutama pada lansia.

I.2.2 Tujuan Khusus

- a. Meningkatkan pengetahuan pada keluarga dengan lansia mengenai cara mencegah hipertensi.
- b. Memberikan ringkasan mengenai tatalaksana hipertensi pada keluarga dengan lansia.
- c. Meningkatkan pemahaman dan kesadaran keluarga mengenai pentingnya mengontrol tekanan darah.
- d. Meningkatkan pemahaman dan kesadaran lansia mengenai pentingnya mengontrol tekanan darah.

I.3 Target Luaran

Target yang diharapkan dari pembuatan karya ilmiah ini adalah terwujudnya sebuah karya yang dapat mencegah terjadinya masalah hipertensi pada keluarga

dengan lansia. Sementara luaran yang dihasilkan berupa *booklet* hipertensi dengan judul “Cepat Tensi (Cegah dan Pantau Hipertensi) lansia di dalam keluarga-mu” yang telah mendapatkan sertifikat Hak Kekayaan Intelektual (HKI) dengan jenis HKI Hak Cipta. Muatan materi yang terdapat didalamnya menjelaskan mengenai pentingnya masalah hipertensi, cara mencegah hipertensi, mengontrol tekanan darah, dan pentingnya dukungan keluarga.