

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap manusia pasti akan mengalami suatu proses pertumbuhan dan perkembangan dari mulai bayi sampai menjadi tua. Lansia adalah seseorang yang telah berusia >60 tahun . Lansia atau menua (menjadi tua) adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti diri dan mempertahankan struktur dan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap jejas (termasuk infeksi) dan memperbaiki kerusakan yang menyebabkan penyakit degenerative misal, hipertensi, arteriosklerosis, diabetes mellitus dan kanker . Jadi proses menua atau lansia merupakan proses alami dimulai dari 60 tahun yang ditandai dengan adanya penurunan kondisi fisik dan psikologis.

Seiring dengan bertambahnya usia seseorang maka banyak perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi pada lansia, sehingga mengakibatkan berbagai macam masalah kesehatan dan menyebabkan meningkatnya penyakit degeneratif pada lansia . Penyakit degeneratif akan membawa akibat terhadap perubahan dan gangguan pada system kardiovaskuler, antara lain adalah penyakit hipertensi . Pada lanjut usia terjadi kemunduran fungsi tubuh dimana salah satunya adalah kemunduran fungsi kerja pembuluh darah, penyakit yang sering dijumpai pada golongan lansia yang disebabkan karena kemunduran fungsi kerja pembuluh darah yaitu salah satunya hipertensi atau tekanan darah tinggi (Sakinah, 2019).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah penyakit yang umum terjadi terutama di kalangan lansia. Penyebab hipertensi pada lansia yaitu terjadinya perubahan-perubahan pada elastisitas dinding aorta yang menurun, katub jantung menebal dan menjadi kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun menyebabkan menurunnya kontraksi dan volumenya, serta meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer (Triyanto, 2014).

Menurut *World Health Organization* atau WHO, di dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang diseluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan meningkat menjadi 29,2% ditahun 2025 nanti. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju, dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk indonesia (Yonata, 2016). Hipertensi di Asia tercatat 38,4 juta tahun 2000 dan diprediksi akan meningkat menjadi 67,4 juta orang pada tahun 2025. Hipertensi di Asia Tenggara sendiri merupakan faktor resiko kesehatan utama, setiap tahunnya hipertensi membunuh 2,5 juta orang di Asia Tenggara. Jumlah penderita hipertensi di dunia terus meningkat (Masriadi, 2016). Berdasarkan *Global Status Report on Noncommunicable Disease* (2014) dari WHO menunjukkan bahwa sebesar 40% negara berkembang mengalami hipertensi. Afrika merupakan kawasan dengan penderita hipertensi paling tinggi dengan presentase sebanyak 46%, kemudian Asia Tenggara dengan presentase sebanyak 36% dan kawasan Amerika dengan presentase kejadian hipertensi sebanyak 35%.

Berdasarkan hasil Riskesdas RI (2018), prevalensi hipertensi di Indonesia mebgalami peningkatan, yaitu rata-rata 38,1% dari total penduduk dewasa umur ≥ 18 tahun. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Riskesdas (2018) menemukan prevalensi hipertensi di Indonesia yang didiagnosis oleh dokter sebanyak 8,4% dan yang minum obat anti hipertensi sebanyak 8,8%, didapatkan yang rutin minum obat hipertensi sebanyak 54,4%, yang tidak rutin minum obat hipertensi sebanyak 32,3%, dan yang tidak minum obat sebanyak 13,3% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Riskesdas (2013) di Provinsi Jawa Barat, prevalensi hipertensi yang dapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun merupakan Provinsi ke-empat dengan kasus hipertensi terbanyak (29,4%) setelah Bangka Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%), dan Kalimantan Timur (29,6%) (Riskesdas, 2013). Sedangkan pada tahun 2018, Provinsi Jawa Barat mendekati ke dua sebagai Provinsi dengan kasus hipertensi tertinggi di Indonesia yaitu sebesar 39,6% setelah Kalimantan Selatan yaitu sebesar 44,1% (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya (2018) diperoleh bahwa penyakit hipertensi merupakan penyakit yang memiliki angka kejadian ketiga tertinggi yang mengalami tren kenaikan yaitu dari tahun 2016 yang totalnya 2.457 jiwa menjadi 24.161 jiwa di tahun 2017 kemudian terjadi peningkatan lagi di tahun 2018 menjadi 24.439 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2018).

Prevalensi hipertensi pada lanjut usia cukup tinggi yaitu pada usia diatas 65 tahun didapatkan antara 60-80%. Sekitar 60% hipertensi pada usia lanjut adalah hipertensi sistolik terisolasi (*isolated systolik hipertension*) yaitu terdapat kenaikan tekanan darah sistolik disertai penurunan tekanan darah diastolik. Peningkatan tekanan darah sistolik disebabkan terutama oleh kekakuan arteri atau berkurangnya elastisitas aorta (Manurung, 2018). Menurut Sigarlaki (2012) menyatakan bahwa pada usia lansia arteri besar kehilangan kelenturannya dan menjadi kaku karena itu darah pada setiap denyut jantung dipaksa untuk melalui pembuluh darah yang sempit dari pada biasanya dan menyebabkan naiknya tekanan darah (Sigarlaki, 2012)

Tingginya kasus hipertensi diatas dikarenakan tidak sedikit orang yang menganggap penyakit hipertensi pada lansia adalah hal biasa, sehingga mayoritas masyarakat menganggap remeh penyakit ini (Hosen et al, 2014). Penderita hipertensi juga memerlukan pendampingan keluarga dalam pemeliharaan kesehatan dengan cara merubah *life style* seperti gaya makan, gaya hidup terutama dalam mengelola stress sehingga perlu pemberdayaan masyarakat terutama penderita didampingi keluarga tentang cara perawatan hipertensi. Pemantauan tekanan darah oleh keluarga membantu penderita hipertensi meningkatkan kualitas hidupnya sehingga mengurangi biaya perawatan dan komplikasi yang berbahaya (Maryati & Praningsih, 2019).

Dengan semakin bertambahnya usia, kemungkinan seseorang menderita hipertensi juga semakin besar. Penyebab hipertensi pada lansia adalah elastisitas dinding aorta menurun, katub jantung menebal dan menjadi kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun, kehilangan elastisitas pembuluh darah, meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer, obesitas,

gaya hidup, merokok dan konsumsi alkohol, dan stres (Nurarif A.H., & Kusuma H., 2016).

Disebutkan dalam firman Allah, QS. Ar-Ra'd ayat 28 :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya :

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati jadi tentram”.

Dan untuk mengatasi stress juga dapat membaca Al-Quran sehingga menjadi tenang. Sebagaimana dalam firman Allah, QS.Al-Israa Ayat 82 :

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya :

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”.

Ayat tersebut berkaitan dengan hipertensi karena stress dapat menjadi faktor terjadinya hipertensi, untuk menghilangkan stress maka kita harus selalu mendekati diri kepada Allah S.W.T dengan demikian hati kita menjadi lebih tenang dan stress dapat menghilang.

Tekanan darah yang tinggi tidak boleh disepelekan begitu saja, karena dapat menimbulkan komplikasi. Semakin tinggi tekanan dalam pembuluh darah, maka semakin keras jantung harus bekerja untuk memompa darah. Apabila dibiarkan tidak terkendali, hipertensi dapat menyebabkan serangan jantung, pembesaran jantung dan gagal jantung (Sakinah, 2019). Hipertensi juga dapat menyebabkan gagal ginjal, kebutaan, pecahnya pembuluh darah dan gangguan kognitif (WHO,2013). Hipertensi dijuluki sebagai *the silent killer* karena biasanya tidak menunjukkan gejala dan hanya terdiagnosis melalui skrining atau ketika penyakit tersebut bermanifestasi pada komplikasi gangguan tertentu (Apriyanti, 2012). Lansia yang menderita penyakit hipertensi harus segera mencari pengobatan agar terkontrolnya tekanan darah, juga mencegah terjadinya komplikasi, serta mengurangi atau mengatasi tanda dan gejala yang muncul.

Karena segala penyakit pasti ada obatnya dan Allah SWT juga yang akan menyembuhkan penyakit tersebut. Allah SWT berfirman dalam Al-Quran surah

وَإِذَا مَرَضْتُ فَبُهِرْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ

Artinya : “Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan aku” QS. 26 : 80

بِإِذْنِ اللَّهِ عَنْ جَابِرٍ عَنْ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِهِ وَجَلَّ { رواه مسلم, وابو داود وأحمد } عَزَّ

Artinya : “dari Jabir dari Rasulullah SAW. Beliau bersabda : “setiap penyakit ada obatnya. Apabila ditemukan obat yang tepat untuk suatu penyakit, maka akan sembuhlah penyakit itu dengan izin Allah” (HR. Muslim, Abu Daud dan Ahmad).

Untuk menghindari komplikasi dari hipertensi, maka diperlukan suatu terapi pengobatan (Sakinah, 2019). Lansia yang menderita penyakit hipertensi tentunya harus segera diobati. Pengobatan hipertensi terdiri dari 2 cara yaitu pengobatan farmakologi dan pengobatan non farmakologi. Pengobatan farmakologi merupakan pengobatan medis, sedangkan non farmakologi adalah suatu pengobatan tanpa menggunakan bahan kimia (Agung et. Al, 2014).

Penanganan farmakologi terdapat beberapa obat hipertensi diuretic obat-obat jenis ini membantu tubuh untuk meniadakan tubuh dari cairan dan sodium yang berlebihan sehingga pembuluh darah tidak terlalu berat dalam bekerja karena terlalu banyak cairan dalam tubuh. Betabloker obat jenis ini akan membantun menghentikan efek adrenalin. Aplha-bloker akan membantu pembuluh darah agar tidak mengalami halangan atau membuat pembuluh darah terbuka. Ace inhibitor berguna untuk mencegah pembuluh darah mengalami kontraksi atau penyempitan dengan cara mencegah dan menghentikan pembentukan angiotensin II (Junaedi et.al, 2013).

Berbagai penelitian dikembangkan untuk memberikan terapi hipertensi yang lebih baik. Indonesia merupakan salah satu negara yang sangat kaya akan sumber daya alam dan sangat mungkin untuk di budidayakan. Salah satu alasan menggunakan obat nonfarmakologi dari bahan alam yaitu efektifitas yang baik, relatif lebih murah, diharapkan lebih sedikit efek sampingnya dan

lebih mudah di terima oleh tubuh karena merupakan bahan alami (Bambang, 2016). Oleh karena itu terapi nonfarmakologi lebih diutamakan karena diyakini lebih aman dan memberi efek yang baik, melalui terapi nonfarmakologi adalah memodifikasi gaya hidup termasuk diet buah tinggi serat, kalsium, magnesium serta kalium (Putra, 2019).

Banyak tanaman di sekitar kita dipercaya masyarakat dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah, misalnya buah pisang ambon (*Musa Paradisiaca* Var. *Sapientum* Linn). Buah pisang ambon hampir tidak mengandung natrium, tetapi banyak mengandung kalium serta B6, C, dan E Vitamin E dan kalium berkhasiat menurunkan tekanan darah dan menjaga kecantikan selain itu kandungan kalium dalam buah ini berfungsi untuk menyeimbangkan kadar air dalam tubuh, dan menurunkan tekanan darah (Choirul, 2021).

Di Indonesia, buah pisang merupakan buah yang mudah ditemukan. Buah pisang ternyata memiliki banyak manfaat bagi kesehatan para konsumen. Namun tidak semua konsumen menyadari khasiat buah pisang itu, dimana salah satunya dapat menurunkan tekanan darah tinggi. Buah Pisang Ambon merupakan salah satu pengobatan non farmakologi yang bisa digunakan untuk menurunkan tekanan darah. Buah pisang ambon merupakan tanaman herbal yang berasal dari kawasan asia tenggara (termasuk Indonesia). Buah Pisang Ambon selain sebagai sumber vitamin dan mineral juga sangat berkhasiat, kandungan kalium pada buah pisang ambon dapat menurunkan tekanan darah, menghindari penyumbatan pada pembuluh darah, mencegah stroke (Suyanti, 2012). Menurut Miftahul (2014), para peneliti menyatakan bahwa ini dapat terjadi karena kandungan kalium yang sangat tinggi dalam pisang akan meningkatkan konsentrasi dalam intraseluler sehingga cenderung menarik cairan dari bagian ekstraseluler beserta natrium sehingga terjadi retensi cairan yang mengakibatkan peningkatkan ekskresi natrium dalam urin (*natriuresis*) dan menurunkan tekanan darah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan firman Allah SWT dalam Al-Quran surah An-Nahl Ayat 69 yang menjelaskan bahwa buah-buahan merupakan obat bagi suatu penyakit.

ثُمَّ كَلَىٰ مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْأَلِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ
بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ
يَتَفَكَّرُونَ ﴿٦٩﴾

Terjemahnya:

“Kemudian makanlah dari segala jenis bunga-bunga dan buah-buahan (yang engkau sukai), serta turutlah jalan-jalan peraturan Tuhanmu yang diilhamkan dan dimudahkannya kepadamu”. (Dengan itu) akan keluarlah dari dalam badannya minuman (madu) yang berlainan warnanya, yang mengandung penawar bagi manusia (dari berbagai-bagai penyakit). Sesungguhnya pada yang demikian itu, ada tanda (yang membuktikan kemurahan Allah SWT) bagi orang-orang yang mau berfikir”.

Ayat ini menjelaskan bahwa beberapa jenis bunga-bunga dan buah-buahan yang mengandung penawar bagi manusia dari berbagai penyakit. Dan buah pisang adalah salah satu diantara buah-buahan yang disebutkan dalam Al-Quran. Dimana buah pisang ambon mempunyai banyak manfaat, salah satunya adalah dapat menurunkan tekanan darah.

Dini Astuti dalam Journal of Nutrition Collage (2012) menjelaskan penelitian yang di lakukan di Provinsi Sumatra Barat sebanyak 30 lansia di panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin sebelum di berikan buah pisang ambon sebanyak 2 buah (± 140 g/buah) perhari selama 1 minggu rata-rata tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik lansia hipertensi, Sedang adalah 170,65 mmHg dan 98,75 mmHg . Setelah konsumsi 2 buah pisang ambon. (± 140 g/buah) per hari selama 1 minggu rata-rata tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik lansia hipertensi Sedang adalah 159,16 mmHg dan 94,80 mmHg. Hasilnya terdapat penurunan tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik.

Hasil penelitian Fatmawati, et.all (2017) tentang pengaruh pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia menunjukkan hasil nilai p-value

0,023 ($p < 0,05$) yang berarti pemberian pisang ambon berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Alini tahun 2015 dengan mengonsumsi 3 buah pisang ambon (420gr)/hari dapat menurunkan tekanan darah pada 22 responden lansia penderita hipertensi. Dimana sebelum diberikan konsumsi pisang ambon rata-rata tekanan darah sistolik responden 167 mmHg dan setelah diberikan konsumsi pisang ambon rata-rata tekanan darahnya menurun hingga 153,14 mmHg. Pada pengukuran tekanan darah diastolik sebelum diberikan konsumsi pisang ambon didapatkan rata-rata 92 mmHg dan setelah diberikan konsumsi pisang ambon rata-rata tekanan darah diastoliknya menjadi 82 mmHg. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi 3 buah pisang ambon perhari berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Pada penelitian Suwandi tahun 2013 dilakukan perlakuan pada lansia penderita hipertensi dengan tekanan darah 160/90 mmHg dan diberikan konsumsi buah pisang ambon sebanyak 140gr (2 buah/hari) pada pagi dan sore hari. Pada saat sebelum pemberian intervensi, responden mengalami hipertensi sedang dan setelah dilakukan intervensi tekanan darah mengalami penurunan dengan 6 responden menjadi hipertensi ringan, 1 responden tekanan darahnya menjadi normal, dan 2 responden tetap hipertensi sedang. Pada sebelum pemberian konsumsi buah pisang ambon, 3 responden mengalami hipertensi berat dan setelah dilakukan intervensi mengalami penurunan menjadi hipertensi sedang sebanyak 2 responden dan 1 responden tetap hipertensi berat.

Dari berbagai penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa buah pisang ambon ternyata bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Berdasarkan data dan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan *literature review* dengan judul “Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Penerapan Pisang Ambon Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah *literatur review* ini yaitu “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Gerontik Dengan Penerapan Pisang Ambon Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi?” berdasarkan *literatur review*.

1.3 Tujuan

Untuk menggambarkan asuhan keperawatan gerontik dengan penerapan buah pisang ambon untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi berdasarkan *literature review*.

1.4 Manfaat

Hasil dari studi kasus ini diharapkan memberi manfaat :

1.4.1 Bagi Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat dan meningkatkan kemandirian perawatan hipertensi dengan penerapan buah pisang ambon untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Menambah keluasan ilmu dan teknologi terapan bidang keperawatan dalam penerapan buah pisang ambon untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.4.3 Bagi Penulis

Menambah wawasan dengan menganalisis penerapan buah pisang ambon untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.4.4 Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam melakukan penelitian dengan fenomena-fenomena yang sedang terjadi di masyarakat, khususnya terhadap pasien lansia dengan hipertensi.

