

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Menurut undang-undang RI No.13 tahun 1998 pasal 1 ayat 2 tentang kesejahteraan lansia, lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia >60 tahun. Semakin bertambah tua umurnya, proporsi lansia yang mengalami keluhan kesehatan semakin besar. Lansia rentan mengalami penyakit yang berhubungan dengan proses menua salah satunya hipertensi yang disebabkan karena menurunnya kemampuan sistem kardiovaskuler. Hipertensi pada lansia merupakan peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik yang cenderung lebih tinggi yaitu untuk tekanan sistolik di atas 160 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg (Fatimah, 2010). Hal itu dikarenakan dinding arteri pada usia lanjut (lansia) mengalami penebalan yang mengakibatkan penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku (AD Anggraini, A Waren, E Situmorang, H Asputra, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh (Siswanto, 2020), diketahui hipertensi dapat memperpendek harapan hidup penderitanya 10-20 tahun, sedangkan penelitian yang dilakukan oleh (Septi danasari & Wibowo, 2017), angka harapan hidup di Jawa Timur pada tahun 2014 yaitu mencapai 68,56 tahun untuk laki laki dan 72,44 tahun untuk perempuan. Saat ini hipertensi menjadi masalah di seluruh dunia karena prevalensi yang tiap tahun terus mengalami peningkatan (Tasya.R, Emira, Sulistyorini et al., 2018). Data dari Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (InaSH) mengatakan bahwa faktor kematian paling tinggi adalah hipertensi. Pada tahun 2000-2013 terdapat sekitar 56 juta penduduk Indonesia meninggal, 7 juta diantaranya disebabkan oleh hipertensi (Wahyuddin & Andajani, 2017). Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun. Menurut hasil Riskesdas 2013 adalah 26,5% dengan prevalensi menurut jenis kelamin, laki-laki 22,8% dan perempuan 28,8%. Prevalensi di provinsi Jawa Timur sebesar 26,2%, lalu data

dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sampang, persentase hipertensi sebesar 82,5% atau sekitar 208.652 penduduk, dengan proporsi laki-laki sebesar 80,9% (98.968 penduduk) dan perempuan sebesar 84% (109.684 penduduk).

Pola makan sangat berpengaruh dalam peningkatan tekanan darah (Ratna & Aswad, 2019). Hipertensi pada lansia disebabkan karena pola makan yang buruk dengan mengkonsumsi makanan tinggi natrium yang dapat mempengaruhi kenaikan tekanan darah sehingga menyebabkan terjadinya hipertensi. (Adriaansz et al., 2016). Salah satu cara dalam menurunkan tekanan darah yaitu dengan penerapan diet DASH (Kumala, 2014). Penerapan pola diet berperan penting dalam membantu menurunkan tekanan darah, diet yang direkomendasikan bagi penderita hipertensi yaitu dengan diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) diet ini berfokus untuk mengurangi asupan natrium dan lemak dengan cara meningkatkan asupan protein, serat, serta memastikan kecukupan vitamin dan mineral. Sebuah studi systematic review dan metaanalysis dari semua *randomized controlled trials* (RCTs) hingga tahun 2013 pada 2561 partisipan, yang mengevaluasi efek dari diet DASH pada tekanan darah menunjukkan bahwa diet DASH menurunkan tekanan darah sistolik secara signifikan sebesar 6,74 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 3,54 mmHg. Hasil ini mengungkapkan efek pengurangan yang menguntungkan dari diet DASH pada tekanan darah sistolik dan diastolik pada orang dewasa (Saneei et al., 2014).

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk menyusun karya tulis ilmiah dalam bentuk asuhan keperawatan pada pasien lansia penderita hipertensi dengan memberikan terapi diet DASH di Kelurahan Gunung Sekar Kecamatan Sampang Kabupaten Sampang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimanakah asuhan keperawatan lansia dengan hipertensi dalam penerapan terapi diet DASH di Kelurahan Gunung Sekar Kecamatan Sampang Kabupaten Sampang?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk memberikan asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi serta penerapan terapi diet DASH di Kelurahan Gunung Sekar Kecamatan Sampang Kabupaten Sampang

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada lansia lansia dengan hipertensi di kelurahan gunung sekar kecamatan sampang kabupaten sampang
2. Menentukan diagnosa keperawatan pada lansia lansia dengan hipertensi di kelurahan gunung sekar kecamatan sampang kabupaten sampang
3. Menentukan intervensi asuhan keperawatan pada lansia lansia dengan hipertensi di kelurahan gunung sekar kecamatan sampang kabupaten sampang
4. Melakukan implementasi keperawatan pada lansia lansia dengan hipertensi serta penerapan terapi diet dash di kelurahan gunung sekar kecamatan sampang kabupaten sampang
5. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia lansia dengan hipertensi serta penerapan terapi diet dash di kelurahan gunung sekar kecamatan sampang kabupaten sampang

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dan bermanfaat bagi dunia pendidikan dalam mengembangkan ilmu keperawatan khususnya Efektivitas terapi diet DASH pada Asuhan keperawatan Hipertensi

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi peneliti

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat memperkaya referensi tentang asuhan keperawatan pada penderita hipertensi dengan penerapan terapi diet DASH.

2. Bagi Klien

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat menambah informasi dan pengetahuan pada masyarakat mengenai pencegahan dan pengobatan peningkatan tekanan darah dengan melakukan diet DASH

3. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan dapat menjadi salah satu acuan dalam melakukan asuhan keperawatan bagi penderita hipertensi.