

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Undang-Undang Nomor 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia yang dimaksud dengan lansia ialah seseorang yang sudah mencapai usia 60 tahun keatas. Lansia dalam proses kehidupannya yang menjadi tua (menua) akan mengalami perubahan degenerative yaitu pada kulit, tulang, jantung, pembuluh darah, paru-paru, saraf dan jaringan tubuh lainnya. Perubahan degenerative ini mengakibatkan lansia lebih rentan terhadap penyakit, sindroma, dan kesakitan dibandingkan dengan orang dewasa (Kholifah, 2016).

Lanjut usia merupakan suatu tahap akhir dalam rentang kehidupan manusia. Lanjut usia yaitu proses yang berkesinambungan yang berlangsung sepanjang hayat manusia, mulai dari manusia lahir sampai berakhir pada masa lanjut usia (Supriadi, 2015). Lanjut usia ditandai dengan perubahan pada penampilan seperti tanda-tanda penuaan pada wajah, perubahan perubahan pada daerah persendian, perubahan pada bagian tubuh seperti adanya perubahan pada sistem saraf yaitu pada otak sehingga mengakibatkan menurunnya kemampuan intelektual, perubahan pada pancra indra, perubahan seksual seperti menopause pada wanita dan klimetrik pada laki-laki, dan perubahan pada fungsi fisiologis seperti meningkatnya tekanan darah (Supriadi, (Supriadi, 2015).

Lanjut usia merupakan periode akhir dalam kehidupan manusia dimana seseorang mulai mengalami kemunduran seperti kemunduran fisik dan mental.

Lansia dalam proses kehidupannya yang menjadi tua (menua) akan mengalami perubahan degeneratif. Perubahan degeneratif merupakan suatu permasalahan yang terjadi seiring bertambahnya usia, seperti penyakit jantung, hipertensi, tulang, paru paru, saraf dan jaringan tubuh lainnya. (Kholifah S. N., 2016 (Kholifah S. N., 2016)).

Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi yang bersifat abnormal, secara umum orang yang dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya lebih tinggi dari 140/90 mmHg. Hipertensi terjadi sebagai peningkatan respon curah Jantung yang cepat yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti faktor genetik, obesitas, stress, konsumsi minuman beralkohol, serta perubahan elastisitas jaringan dan pelebaran pembuluh darah sehingga berpengaruh terhadap penyakit (Aspiani, 2014).

Menurut data WHO menunjukkan satu milyar orang di dunia menderita hipertensi. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta jiwa tiap tahunnya, dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara yang 1/3 populasinya menderita hipertensi (WHO, 2015). Hipertensi menduduki peringkat nomor tiga penyebab kematian setelah stroke dan tuberculosi, yaitu mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia (Riskesdas, 2018). Berdasarkan hasil pendataan kesehatan lansia di Desa Miruek Lamreudeup, Kecamatan Baitussalam, Kabupaten Aceh Besar, diketahui bahwa jumlah lansia di desa tersebut 174. Dari jumlah tersebut, 54 (31,03%) lansia mengalami hipertensi.

Keluhan yang paling sering dialami oleh penderita hipertensi ialah nyeri pada kepala bagian belakang. Nyeri merupakan tanda peringatan bahwa terjadi

kerusakan jaringan, yang harus menjadi pertimbangan utama keperawatan saat mengkaji nyeri (Setiawati. 2019). Penanganan nyeri hipertensi dapat dilakukan melalui dua cara yakni farmakologis dan non farmakologis. Penanganan secara farmakologis ialah penanganan dengan menggunakan obat-obatan yang dapat membantu menurunkan serta menstabilkan tekanan darah. Efek samping yang biasa ditimbulkan ialah sakit kepala, pusing, lemas, dan mual. Maka dari itu, alternatif yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah tanpa ketergantungan obat yaitu dengan penanganan non farmakologis (Juliartini, 2018).

Salah satu pengobatan non farmakologis yang bisa diberikan untuk penderita tekanan darah tinggi adalah pengobatan nutrisi yang dilakukan menggunakan pengelolaan diet tekanan darah tinggi. Pengobatan diet ialah alternatif yang baik untuk penderita tekanan darah tinggi/hipertensi. Pengobatan ini dapat dilakukan dengan mengkonsumsi sayuran yang dapat mempengaruhi tekanan darah, seperti mentimun (*Cucumis sativus*) (Somantri, 2020). Buah mentimun mampu membantu menurunkan tekanan darah karena mentimun memiliki kandungan seperti kalium, magnesium, dan fosfor yang efektif mengobati hipertensi. Kalium yaitu elektrolit intraseluler yang utama, 98% kalium tubuh berada di dalam sel, 2% sisanya diluar sel untuk fungsi neuromuskuler, kalium mempengaruhi aktivitas otot jantung (Bare, 2013). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Munawaroh (2019) yang berjudul "Penerapan Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Tresna Werdha Hargodadali Surabaya menunjukkan bahwa pemberian jus mentimun efektif untuk mengatasi nyeri dan menurunkan tekanan darah pada lansia yang menderita

hipertensi, Hasil ini dibuktikan dengan sebelum diberikan jus mentimun tekanan darah klien 160/90 mmHg dan setelah diberikan jus mentimun tekanan darah pasien menjadi 120/80 mmHg. Dengan demikian pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mentimun terbukti mempengaruhi beban kerja jantung, pompa kalium natrium, dan memberi ketenangan yang pada akhirnya berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah. Hasil ini memandakan bahwa intervensi jus mentimun efektif untuk menurunkan tekanan darah dan mengontrol tekanan darah agar tetap stabil.

Setelah melakukan pengkajian pada Ny.A pada bulan September 2025 pasien mengatakan memiliki penyakit hipertensi sejak 2 tahun yang lalu. Pasien mengeluh sering pusing, merasa tegang pada bagian kepala belakang, dan merasa tegang dan kaku pada bagian leher belakang. Pasien mengatakan rasa nyeri yang dirasakannya terkadang mengganggu aktivitasnya. Maka dari itu, peneliti memberikan penerapan intervensi terapi herbal pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan fenomena penelitian yang dipaparkan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah intervensi yang berjudul "Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny. A dengan Pemberian Jus Mentimun untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Kasus Hipertensi di Desa Meruek Lamreudeup, Kecamatan Baitussalam, Kabupaten Aceh Besar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan suatu permasalahan yaitu “Bagaimana Pemberian Asuhan Keperawatan Gerontik pada Ny. A dengan Pemberian Jus Mentimun Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Kasus Hipertensi?”

C. Tujuan Karya Ilmiah Akhir

1. Tujuan umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir (KIA) ini bertujuan untuk mengetahui penerapan asuhan keperawatan gerontik pada Ny. A dengan pemberian terapi jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada kasus hipertensi di Desa Meruek Lamreudeup, Kecamatan Baitussalam, Kabupaten Aceh Besar.

2. Tujuan khusus

- a. Mampu melaksanakan pengkajian yang tepat pada pasien hipertensi dengan pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada lansia
- b. Mampu menegakkan diagnosa keperawatan yang tepat pada pasien hipertensi dengan pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada lansia
- c. Mampu menentukan rencana keperawatan yang tepat pada pasien hipertensi dengan pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada lansia
- d. Mampu melaksanakan tindakan keperawatan pada pasien dengan tepat mengenai hipertensi dengan pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada lansia

- e. Mampu melaksanakan evaluasi tindakan keperawatan pada pasien hipertensi dengan pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada lansia
- f. Mampu membandingkan intervensi dengan pemberian jus mentimun pada teori yang sudah ada dengan intervensi yang diberikan pada kasus hipertensi

D. Manfaat Karya Ilmiah Akhir

1. Bagi Peneliti

Manfaat bagi peneliti adalah dapat menambah wawasan mahasiswa tentang asuhan keperawatan pasien dengan hipertensi dengan pemberian terapi jus mentimun dan dapat menerapkan ilmu yang sudah dipelajari selama kuliah.

2. Bagi Intstitusi

Karya ilmiah ini diharapkan dapat berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan departemen keperawatan gerontik, menambah pustaka atau memberikan wawasan khususnya bagi mereka yang mendalami ilmu kesehatan mengenai penatalaksanaan hipertensi

3. Bagi Intstitusi Kesehatan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan yang dapat digunakan untuk menganalisis asuhan keperawatan gerontik dengan pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada kasus hipertensi. Penulisan karya ilmiah ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan untuk menyusun program penyuluhan atau promosi kesehatan gerontik terkait pemberian jus mentimun pada kasus hipertensi.

4. Bagi Masyarakat

Karya ilmiah ini diharapkan memberikan informasi kepada lansia khususnya dalam mencegah hipertensi dan memberikan gambaran asuhan keperawatan gerontik dengan pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah pada kasus hipertensi yang diberikan oleh tenaga kesehatan terhadap lansia yang mengalami hipertensi.