

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Total populasi manusia yang berumur 65 tahun saat ini diperkirakan berjumlah sekitar 617 juta jiwa atau setara dengan 8,5% dari total keseluruhan penduduk bumi. Diperkirakan jumlah penduduk lanjut usia ini akan meningkat hingga mencapai 1,6 miliar orang atau 17% dari total keseluruhan penduduk bumi di tahun 2050 (U.S National Institute on Aging (NIA), 2016).

Menurut WHO tahun 2016 Asia Tenggara menjadi kawasan dengan populasi lansia terbesar yaitu sekitar 142 juta jiwa atau sebesar 8%. Pada tahun 2050 di perkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini 2000 jumlah lansia sekitar 5,300,000 (7,4%) dari total populasi , sedangkan pada tahun 2010 jumlah lansia 24,000,000 (9,7%) dari total populasi, dan pada tahun 2020 di perkirakan jumlah lansia mencapai 28,800,000 (11,34%) dari total populasi. Tahun 2016 terdapat 22,6 juta lansia atau 8,75% penduduk dengan umur tengah 28 tahun di Indonesia dan jumlah itu diperkirakan akan naik menjadi 41 juta orang atau 13,82 persen penduduk dengan umur tengah 32 tahun pada tahun 2030 (Badan pusat statistik, 2016).

Menurut Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013 hipertensi menjadi penyakit dengan jumlah terbanyak. Dengan Prevalensi 45,9% pada usia 55-64 tahun., 57,6% pada usia 65,74% dan 63,8% pada

usia kurang lebih 75 tahun (infodatin Kemenkes RI, 2016). Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa hipertensi paling banyak diderita oleh lansia .

Hipertensi merupakan gambaran suatu kondisi dimana tekanan darah seseorang melebihi ambang batas tekanan darah normal sehingga hal ini dapat meningkatkan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) (sumartini,zulkifli,& Adithya 2019). Hingga saat ini hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup besar untuk tetap di tangani. WHO (World Health Organization) menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22% penduduk dunia dan mencapai 36% angka kejadian di Asia Tenggara. Hipertensi ini juga menjadi penyebab kematian dengan angka 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia tahun 2016 (Anitasari, 2019).

Menurut data yang berasal dari Dinas Kesehatan (Diskes) Kalimantan Timur tahun 2016, ditemukan sebanyak 120.844 orang menderita penyakit hipertensi, yang mana 41,6% atau 50.283 orang diantaranya berjenis kelamin pria dan sisanya sebanyak 58,4% atau 70.561 orang berjenis kelamin perempuan sedangkan sebanyak 68,7% di antaranya adalah lansia. Dinas kesehatan kota samarinda mencatat angka kejadian hipertensi di Kota Samarinda tahun 2015 sebanyak 68,123 penderita (DKK Kaltim, 2015) sementara data yang terdapat pada pukesmas Pasundan Samarinda mengatakan bahwa hipertensi menjadi salah satu penyakit yang terbanyak diantara 10

penyakit lainnya dan angka ini terus meningkat, pada tahun 2014 jumlah penderita hipertensi yang tercatat sebanyak 2.404 orang (12.19%) dari 13.129 orang, pada tahun 2015 kasus meningkat sebanyak 2.354 orang (22.93%) dari 10.493 orang, dan tahun 2016 periode Januari - Desember terdapat sebanyak 1.431 orang dimana 1.227 orang (85.7%) berusia diatas 45 tahun (Data pukesmas Pasundan Samarinda, 2016).

Peningkatan kasus yang terjadi pada hipertensi merupakan pertanda bahwa penyakit ini harus diatasi. Penatalaksanaan pada pasien penderita hipertensi dapat diberikan terapi baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Terapi farmakologis yang dapat diberikan berupa obat anti hipertensi sedangkan pada terapi non farmakologis hal utama yang dapat dilakukan ialah dengan mengintervensi gaya hidup pasien seperti olahraga secara teratur, mengatur berat badan yang ideal, menghentikan kebiasaan meroko, mengatur jumlah konsumsi garam perhari, membiasakan diri untuk selalu mengonsumsi buah dan sayur serta mengurangi bahan makanan yang mengandung lemak, merendam kaki menggunakan air hangat, mencium beberapa aroma therapy, dan terapi Tarik nafas dalam .Terapi non farmakologis hingga saat ini menjadi pilihan alternatif bagi beberapa pasien penderita hipertensi hal utama yang menjadikan terapi non farmakologis sebagai pilihan alternatif ialah dari segi biaya yang diperlukan untuk terapi non farmakologi lebih mudah dijangkau

ketimbang dengan terapi farmakologis yang dapat memberikan efek samping pada beberapa pasien. Hal utama yang menjadi fokus dalam pengobatan hipertensi non farmakologis ialah dengan adanya intervensi terhadap gaya hidup pasien yang tidak sehat menjadi pola hidup sehat, salah satunya yaitu dengan terapi komplementer yang mana pada terapi ini menggunakan bahan – bahan alami yang sangat mudah untuk ditemukan, seperti aromaterapi, terapi herbal, terapi nutrisi, meditasi.

Berdasarkan data di atas penulis tertarik menulis penelitian tentang Gambaran terapi pada pasien Lansia penderita Hipertensi dengan menggunakan metode *Literature Review*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan merumuskan masalah penelitian adalah “Bagaimana Terapi Non Farmakologi Untuk Menurunkan Hipertensi Pada Lansia berdasarkan *literature review*?”

C. Tujuan

Penulisan Karya Tulis Ilmiah Ilmiah dalam bentuk literature review ini bertujuan untuk mengetahui terapi non farmakologi untuk menurunkan hipertensi pada lansia.

D. Manfaat Penelitian

Penulisan KTI ini di harapkan dapat bermanfaat dan di gunakann sebagai bahan masukkan bagi :

1. Bagi Keluarga dan Masyarakat

Memberikan informasi bagi Masyarakat, usia dewasa terutama lansia dalam terapi non farmakologi untuk menurunkan hipertensi.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Sebagai wacana ilmiah dan acuan untuk melaksanakan penelitian penelitian lebih lanjut, Khususnya menyangkut tentang terapi non farmakologi untuk menurunkan hipertensi pada lansia.

3. Bagi Peneliti

Penulisan KTI ini diharapkan dapat menambah wawasan dan meningkatkan ilmu pengetahuan penulis dan sebagai sarana Dalam menerapkan teori yang telah diperoleh selama mengikuti kuliah serta hasil penelitian ini juga sebagai pengalaman penelitian.