

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Lanjut usia (lansia) merupakan seseorang yang berumur ≥ 60 tahun yang rentan mengalami masalah kesehatan yaitu penyakit dan infeksi karena terjadinya perubahan fisiologis seperti perubahan fungsi organ. Masalah kesehatan yang biasa dialami oleh lansia salah satunya hipertensi (1). Penyebab hipertensi pada lansia terjadi karena perubahan pada pembuluh darah yang mengalami penyempitan yang menyebabkan tahanan perifer meningkat diatas bagian yang mengalami konstriksi atau penyempitan. Kondisi tersebut menyebabkan tekanan darah meningkat pada lengan dan kepala, hal ini juga menyebabkan peningkatan pada sekresi renin meningkat karena penurunan tekanan darah arteri pada arteri ginjal (2). Pada lansia elastisitas arteri menurun dan menjadi kaku sehingga kemampuan untuk berkontraksi atau dilatasi berkurang, hal ini dapat meningkatkan tekanan darah (3). Jika tidak ditangani hal ini akan menyebabkan terjadinya: kerusakan pada jantung, ginjal dan pembuluh perifer (4), penyempitan pembuluh arteri di otak dan lutut, dan pecahnya pembuluh darah di mata (5).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes) populasi lansia di Indonesia sekitar 80.000.000 dari total populasi (6). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 masalah hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 34,11% dari 265.015.300 orang penduduk mengalami hipertensi, di Jawa Timur sebesar 36,32% dari 39.500.851 orang penduduk mengalami hipertensi, di Surabaya lebih dari 30% dari 2.885.555 orang penduduk mengalami hipertensi.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Pasuruan menyatakan bahwa terdapat 45 orang dari total populasi 98 lansia mengalami hipertensi (7). Angka kejadian hipertensi terus meningkat seiring bertambahnya usia, rentang umur 55-64 tahun sebesar 55,2%, 65-74 tahun sebesar 63,2% dan 75 tahun keatas sebesar 69,5% (8). Masalah hipertensi yang sering terjadi pada lansia adalah hipertensi ringan dan sedang (9). Hal ini sejalan dengan survei awal yang dilakukan bahwa terdapat 56 orang dari total populasi 165 lansia menderita hipertensi ringan hingga sedang di UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Pasuruan.

Faktor risiko terjadinya hipertensi pada lansia disebabkan oleh: faktor genetik, umur, jenis kelamin, merokok, berat badan berlebih, konsumsi alkohol, tingkat stres dan lain sebagainya (10). Pada lansia proses hipertensi bisa terjadi melalui jantung dan pembuluh darah. Proses menua menyebabkan dinding dan katup-katup jantung akan mengalami penebalan dan kekakuan, sehingga menyebabkan kontraktilitas jantung menurun (11). Dinding pembuluh darah juga mengalami penebalan dan pengerasan sehingga menjadi kaku. Diameter pembuluh darah menyempit sehingga menyebabkan elastisitas pembuluh darah berkurang, hal ini menyebabkan terjadinya *arteriosklerosis* (pengerasan pembuluh darah). Proses penuaan pada jantung dan pembuluh darah tersebut menyebabkan resistensi pembuluh darah meningkat dan kontraktilitas jantung meningkat sebagai penyebab terjadinya hipertensi (12). Hal ini dapat menyebabkan terjadinya kerusakan pada otak akibat pecahnya pembuluh darah (stroke), gagal ginjal, gagal jantung dan kerusakan pada mata (13).

Tekanan darah pada lansia bisa dikontrol dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi yang bisa diberikan seperti: diuretik, *angiotensin converting enzyme*, *beta blocker* dan obat anti hipertensi lainnya (14). Terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia antara lain membatasi konsumsi garam, olahraga, menghindari stres, melakukan terapi komplementer seperti: terapi akupresur, rendam kaki, aromaterapi, *slow stroke back massage*, relaksasi otot progresif dan lain sebagainya (14). Penelitian ini menggunakan terapi komplementer akupresur pada titik *taichong* dan aromaterapi lavender untuk mengontrol tekanan darah pada lansia. Perangsangan pada akupresur titik *taichong* dengan teknik penguatan mampu menstimulasi endorfin yang dapat memberikan rasa nyaman dan tenang sehingga dapat menyebarkan *Qi* hati. Titik yuan adalah titik meridian di mana energi vital (*yuan Qi*) dari organ *zang-fu* lewat dan menetap. Titik-titik ini terkait dengan lima organ *Yin* dan bertanggung jawab atas regulasi *yuan Qi*. Penekanan titik yuan dapat merangsang energi vital dari meridian dan mengatur aktivitas fungsional organ internal. Oleh karena itu, akupresur pada titik *taichong* dapat merangsang fungsi hati untuk memfasilitasi kelancaran aliran *Qi* (hati) ke seluruh tubuh, sehingga menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik (15).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa terapi akupresur pada titik *taichong* mampu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan nilai mean *pre* intervensi 153,33 mmHg dan *post* intervensi 142,67 mmHg dengan beda mean 10,66 mmHg (16). Penelitian selanjutnya menyatakan bahwa terapi akupresur pada beberapa titik seperti *taichong*, *xingjian*, *taixi*, *hegu*, *neiguan* mampu untuk menurunkan tekanan darah dengan nilai rata-rata tekanan darah sistolik sebelum

dan sesudah dilakukan terapi akupresur adalah 9,69 mmHg dan tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi akupresur adalah 8,75 mmHg (17).

Aromaterapi lavender sebagai terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah berhubungan dengan sistem kerja saraf yang terdiri dari sistem saraf simpatis dan saraf parasimpatis. Aromaterapi lavender memiliki banyak kandungan salah satunya adalah *linalool* dan *linalool aasetat* yang memberikan rasa rileks dan nyaman. Kondisi tubuh yang rileks mampu menstimulasi molekul yang disebut Nitrat Oksida (NO). Molekul ini bekerja pada tonus otot pembuluh darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Aromaterapi lavender yang dihirup akan membawa molekul aromatik masuk kedalam hidung. Pengaruh aromaterapi di dalam hidung yaitu molekul-molekul tersebut akan menempel pada silia dan membuat pesan elektro kimia. Pesan tersebut dipindahkan melalui saluran olfaktori ke sistem limbik yang dapat menstimulasi memori dan respon emosional. Selanjutnya hipotalamus akan membawa pesan ke dalam otak, pesan yang diterima oleh otak akan dirubah menjadi tindakan yang berupa rasa rileks, nyaman, memperlancar aliran darah dan menurunkan kerja jantung (18).

Pemberian aromaterapi lavender sebanyak 5 tetes selama 10 menit mampu menurunkan tekanan darah dengan nilai rata-rata sistolik sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender 9,73 mmHg dan nilai diastolik sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender 4,32 mmHg (19). Hal ini serupa dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pemberian aromaterapi lavender sebanyak 5 tetes yang diteteskan diatas kapas kemudian di hirup selama 10 menit mampu menurunkan tekanan darah dengan nilai rata-rata sebelum dan sesudah diberikan

aromaterapi lavender nilai tekanan darah sistolik 8,43 mmHg dan diastolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender nilai rata-rata 4,1 mmHg (20).

Berdasarkan penelitian terdahulu tersebut, maka kebaharuan dari penelitian ini adalah peneliti ingin mengkombinasikan terapi akupresur titik *taichong* dan aromaterapi lavender. Kombinasi terapi tersebut bila diaplikasikan bagi lansia dengan hipertensi diharapkan dapat membantu mengontrol tekanan darah. Terapi akupresur titik *taichong* mampu merangsang endorfin yang dapat memberikan rasa nyaman dan tenang, begitu juga dengan kandungan *linalool* dari aromaterapi lavender mampu memberikan rasa rileks dan nyaman. Kombinasi kedua intervensi tersebut yang dilakukan selama 6 kali selama 2 minggu diharapkan mampu menurunkan tekanan darah.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh akupresur titik *taichong* dan aromaterapi lavender pada tekanan darah lanjut usia hipertensi dipanti werdha?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh pemberian terapi akupresur titik *taichong* dan aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada lanjut usia hipertensi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi tekanan darah pada lanjut usia hipertensi sebelum dilakukan terapi akupresur titik *taichong* dan aromaterapi lavender.

1.3.2.2 Mengidentifikasi tekanan darah pada lanjut usia hipertensi setelah diberikan akupresur titik *taichong* dan aromaterapi lavender.

1.3.2.3 Menganalisis pengaruh terapi pada lansia hipertensi setelah dilakukan terapi akupresur titik *taichong* dan aromaterapi lavender.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu membantu mengembangkan ilmu keperawatan gerontik dengan pemberian terapi komplementer berupa terapi akupresur titik *taichong* dan aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada lanjut usia hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi pasien hipertensi

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi lansia hipertensi tentang terapi komplementer yang dapat diterapkan secara mandiri untuk mengontrol tekanan darah.

1.4.2.2 Bagi perawat gerontik

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi perawat gerontik untuk dapat mengetahui salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengontrol tekanan darah pada lanjut usia hipertensi.

1.4.2.3 Bagi panti werdha

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi panti werdha untuk dapat menjadikan terapi akupresur titik *taichong* dan aromaterapi lavender sebagai salah satu terapi yang dapat diterapkan dengan mudah dan dapat diajarkan kepada lansia untuk mengontrol tekanan darah.