**BAB 1**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Lansia merupakan tahap akhir siklus hidup manusia, merupakan bagian dari proses kehidupan yang tidak dapat dihindarkan dan akan dialami oleh setiap individu. Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual (Efendi, 2009).

Menurut WHO, batasan umur lanjut usia dibedakan menjadi empat antara lain usia pertengahan (middle age), yaitu kelompok usia 45 sampai 59 tahun, lanjut usia (elderly), antara 60 sampai 74 tahun, lanjut usia tua (old), antara 75 sampai 90 tahun, dan usia sangat tua (very old), di atas 90 tahun. Sedangkan menurut Undang-undang nomor 13 tahun 1998, lanjut usia merupakan seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas.

Pada tahap lanjut usia akan mengalami perubahan-perubahan terutama pada perubahan fisiologis karena dengan semakin bertambahnya usia, fungsi organ tubuh akan semakin menurun baik karena faktor alamiah maupun karena penyakit. Salah satu gangguan kesehatan yang paling banyak dialami oleh lansia adalah pada sistem kardiovaskuler yaitu terjadi penurunan elastisitas dinding aorta, katup jantung menebal dan menjadi kaku, serta penurunan kemampuan jantung untuk memompa darah. Hal ini menyebabkan menurunnya kontraksi dan volume darah, kehilangan elastisitas pembuluh darah, kurangnya efektivitas pembuluh darah perifer untuk oksigenisasi, serta terjadinya hipertensi akibat meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer (Ismayadi, 2004)

Hipertensi menurut World Health Organization (WHO) adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan darah sistolik ≥140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥90 mmHg) yang menetap. Tekanan darah adalah kekuatan darah untuk melawan tekanan dinding arteri ketika darah tersebut dipompa oleh jantung ke seluruh tubuh. Semakin tinggi tekanan darah maka semakin keras jantung bekerja (WHO, 2013). Di Indonesia terjadi peningkatan prevalensi hipertensi. Secara keseluruhan prevalensi hipertensi di Indonesia tahun 2013 sebesar 26,5%. Sedangkan untuk di Jawa Timur didapatkan prevalensi hipertensi sebesar 26,2% (Riskesdas, 2013). Hipertensi yang terjadi di Indonesia pada kelompok umur 55-75 tahun mencapai rata-rata 55,7% dan kebanyakan berjenis kelamin perempuan (Riskesdas, 2013).

Hipertensi juga menjadi penyakit terbanyak nomor 2 di kota Malang yang bertahan mulai tahun 2012-2014, prevalensi hipertensi yang di kota Malang adalah sebanyak 56.612 kasus. (Profil Kesehatan Kota Malang 2014:20). Hipertensi di kota Malang juga terjadi pada lansia dan kejadian hipertensi sendiri tersebar merata di seluruh wilayah kota Malang. Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan peneliti di Griya Kasih Siloam Malang, terdapat 33 lansia yang tinggal di Griya Kasih Siloam, dari 33 lansia tersebut terdapat 10 lansia yang menderita hipertensi. Hal ini menunjukkan ada 30,3% lansia yang menderita hipertensi di Griya Kasih Siloam Malang.

Penatalaksanaan hipertensi pada lansia dapat dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis. Farmakologis merupakan tindakan yang dilakukan oleh tim medis (dokter) berupa pemberian obat anti hipertensi, akan tetapi tindakan non-farmakologis dapat dilakukan secara mandiri oleh perawat untuk mengupayakan lansia menjadi lebih tenang sehingga tekanan darah dapat berkurang. Salah satunya dengan memberikan terapi relaksasi pada lansia yang mengalami hipertensi. Terapi relaksasi yang dapat diberikan pada lansia dengan hipertensi adalah terapi relaksasi benson. Terapi relaksasi benson merupakan pengembangan metode respon relaksasi dengan melibatkan faktor keyakinan pasien, yang dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu pasien mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan lebih tinggi (Benson & Proctor, 2000, dalam Purwanto, 2006, hlm.36)

Dalam karya tulis ilmiah ini penulis melakukan penelitian berupa studi kasus tentang gambaran tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson di Griya Kasih Siloam Malang.

1. **Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang digunakan penulis dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson di Griya Kasih Siloam Malang?”

1. **Tujuan Penelitian**
   1. **Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson di Griya Kasih Siloam Malang.

* 1. **Tujuan Khusus**
     1. Mengetahui gambaran tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sebelum diberikan terapi relaksasi benson di Griya Kasih Siloam Malang.
     2. Mengetahui gambaran tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sesudah diberikan terapi relaksasi benson di Griya Kasih Siloam Malang.

1. **Manfaat Penelitian**
2. Bagi Tempat Penelitian

Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat sebagai tambahan pengetahuan dan wawasan dalam memberikan asuhan keperawatan non farmakologis pada lansia dengan hipertensi dan sebagai bahan pertimbangan untuk mengupayakan perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

1. Bagi Institusi Pendidikan

Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat sebagai tambahan pengetahuan dan wawasan dalam proses kegiatan belajar mengajar untuk upaya meningkatkan asuhan keperawatan khususnya dalam gambaran tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson.

1. Bagi Masyarakat

Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat sebagai masukan dan tambahan pengetahuan untuk masyarakat, khususnya pada lansia dan keluarganya untuk dapat melakukan tindakan non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi secara mandiri dengan benar dan tepat.

1. Bagi Peneliti Lain

Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat sebagai acuan penelitian selanjutnya dengan berbagai metode untuk mendapatkan data yang lebih mendalam tentang gambaran tekanan darah pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi benson.