

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang paling banyak terjadi pada lansia. Penyakit ini dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, stroke dan penyakit ginjal. Salah satunya bisa dilakukan terapi komplementer yang dapat digunakan untuk menangani tekanan darah pada lansia yaitu terapi tawa. (Hakim, L., Batubara, S. O., & Wahyuni, S. E. 2020). Peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik disebut hipertensi. Hipertensi dianggap tekanan darah kronis ketika tekanan sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan tekanan diastolik kurang dari 90 mmHg. Penyakit hipertensi dikenal sebagai pembunuh diam-diam karena apabila tidak melakukan pemeriksaan kesehatan maka lansia tersebut tidak mengenali penyakitnya. Dengan kata lain, si pembunuh tenang. Penyakit arteri koroner, gagal jantung, stroke, penyakit ginjal kronis, penyakit retina, penyakit pembuluh darah perifer dapat disebabkan oleh hipertensi.(Yuli et al., 2019).

Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 1,13 miliar individu di seluruh dunia mengalami hipertensi. Data tersebut menunjukkan bahwa jika tidak dikelola dengan baik, angka ini diperkirakan akan meningkat sekitar 1,5 kali lipat pada tahun 2025 (Gonidjaya et al., 2021). Prevalensi hipertensi pada penduduk umur ≥ 15 tahun berdasarkan diagnosis dokter 8% dan berdasarkan pengukuran tekanan darah 29,2%. Prevalensi hipertensi pada penduduk umur ≥ 18 tahun berdasarkan diagnosis dokter 8,6% dan berdasarkan pengukuran tekanan darah 30,8%. Terdapat celah pengetahuan status hipertensi di masyarakat, di mana terjadi perbedaan lebih dari 20% antara prevalensi berdasarkan diagnosis dokter dan hasil pengukuran tekanan darah baik pada penduduk umur ≥ 15 tahun maupun ≥ 18 tahun.

Urutan tiga provinsi di Indonesia dengan prevalensi hipertensi penduduk umur ≥ 15 tahun berdasarkan pengukuran yang tertinggi adalah Kalimantan Tengah (38,7%), Kalimantan Selatan (34,1%), dan Jawa Timur (32,8%). Sedangkan urutan tiga provinsi di Indonesia dengan prevalensi hipertensi penduduk umur ≥ 18 tahun berdasarkan pengukuran yang tertinggi adalah Kalimantan Tengah (40,7%), Kalimantan Selatan (35,8%), dan Jawa Barat (34,4%). (SKI, 2023).

Prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Barat, menurut laporan dari Dinas Kesehatan Jawa Barat (2023), berada di urutan kedua di antara 35 provinsi di Indonesia, yaitu sebesar 39,6%, sementara kota Cirebon mencatat prevalensi tertinggi di wilayah Ciayumajakuning dengan angka 2.167. Wanita menjadi kelompok yang paling banyak menderita hipertensi, mencapai 13,06%, dibandingkan pria yang hanya 6,32%. Angka tertinggi terdapat pada rentang usia 75 tahun ke atas dengan prevalensi sebanyak 28,28% yang telah didiagnosis oleh dokter. Untuk kelompok usia 45-54 tahun angka prevalensinya adalah 14,57%, kemudian 55-64 tahun sebesar 21,26%, 65-74 tahun sebesar 27,31%, dan untuk usia 75 tahun ke atas adalah 28,28%.

Penatalaksanaan diperlukan untuk mencegah komplikasi yang mungkin muncul. Pengelolaan hipertensi dilaksanakan melalui pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Pengelolaan farmakologis menggunakan obat-obatan anti hipertensi, yang mungkin menimbulkan sejumlah efek samping, seperti ketergantungan, biaya tinggi, dan berbagai isu lain yang bisa memperberat kondisi lansia. Selain itu, kombinasi antara penatalaksanaan farmakologis dan non-farmakologis terbukti lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dibandingkan hanya dengan pendekatan farmakologis saja. Penatalaksanaan non farmakologis mencakup pengurangan stres, penurunan berat badan, peningkatan aktivitas tubuh dan olahraga, pengurangan konsumsi alkohol, natrium dan rokok, serta modifikasi pola makan di samping menghentikan kebiasaan merokok.

Pengelolaan non-farmakologis juga dilakukan melalui terapi komplementer. Beberapa jenis terapi komplementer yang sering diterapkan untuk menurunkan tekanan darah meliputi terapi tawa, terapi musik, relaksasi progresif, yoga, hipnoterapi, dan imajinasi terpandu atau *guided imagery*. (Nurhusna., et.al. 2018)

Terapi tawa adalah suatu macam terapi yang bertujuan untuk menghasilkan kebahagiaan yang terungkap lewat suara tawa atau senyuman yang menghias wajah, serta perasaan yang sehingga menghasilkan kebebasan dan sukacita, meningkatkan aliran darah yang bisa menghindarkan dari penyakit dan menjaga kesehatan. Tawa juga membuka pembuluh darah, sehingga mendukung kelancaran sirkulasi darah di seluruh tubuh. Terapi ini berpotensi untuk membantu dalam pengaturan tekanan darah dengan mengurangi stres hormonal dan menciptakan keadaan tenang yang efektif untuk menangani stres. Pelaksanaan terapi tawa ini memerlukan waktu sekitar 20 hingga 30 menit dan tidak memerlukan keahlian khusus untuk melakukannya. Peran perawat sangat penting dalam mencegah komplikasi pada pasien dengan hipertensi, terutama dalam pelaksanaan intervensi yang bersifat non farmakologis. Metode non farmakologis yang bisa diterapkan untuk mengelola tekanan darah adalah melalui terapi tawa. Tipe terapi ini dapat memproduksi hormon endorfin ke dalam sistem sirkulasi, sehingga membuat tubuh merasa lebih nyaman dan berelaksasi, serta mampu menurunkan tingkat tekanan darah.

Penelitian ini di dukung oleh penelitian yang terdahulu dilakukan oleh Nurhusna, et.al, (2018) yaitu tawa sebagai pengobatan untuk tekanan darah tinggi pada orang tua di area layanan puskesmas Olak Kemang kelurahan Ulu Gedong, Jambi. Terdapat dampak yang signifikan dari terapi tawa dalam mengurangi tekanan darah. Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Efendi, Z., et.al. (2023) mengenai Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja

Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2023 dengan hasil penelitian diketahui bahwa nilai rata-rata tekanan darah sistolik sebelum terapi tertawa pada lansia penderita hipertensi adalah 150,09. Nilai rata-rata tekanan darah diastolik sebelum terapi tertawa pada lansia dengan hipertensi tercatat sebesar 91,56. Hasil setelah dilakukan terapi tertawa, rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi menjadi 147,33. Rata-rata tekanan darah diastolik setelah terapi tertawa pada kelompok ini adalah 87,03. Terdapat pengaruh dari terapi tertawa terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di kawasan Puskesmas Lubuk Buaya, Kota Padang, pada tahun 2023.

Penelitian yang dilakukan oleh Indriyati., Herawati, V, D (2024) diperoleh hasil bahwa tekanan darah sebelum terapi tawa tercatat pada angka 160/90 mmHg. Hasil setelah dilakukannya terapi tawa, menjadi 150/70 mmHg, yang menunjukkan adanya penurunan tekanan darah. Metode terapi tawa ini dapat dianggap berhasil dalam menurunkan tekanan darah, sebagai salah satu teknik relaksasi yang diduga mampu menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi. Melalui terapi tawa, tubuh dapat memproduksi endorfin dan serotonin, yang merupakan bentuk morfin alami yang dihasilkan tubuh dan juga melatonin. Penelitian lebih lanjut bisa fokus pada pengukuran terapi tawa dengan memperhatikan denyut nadi serta frekuensi pernapasan.

Penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi tawa sangat efektif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

1.2. Rumusan Masalah

Penulis merumuskan masalah di atas dapat disimpulkan: “Bagaimana Implementasi Terapi Tawa Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon?”

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus penulis mampu mengimplementasikan Terapi Tawa Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon

1.3.2. Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat :

- 1.1.1.1. Menggambarkan Pelaksanaan Implementasi Terapi Tawa Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon
- 1.1.1.2. Menggambarkan Respon Atau Perubahan Setelah Dilakukan Implementasi Terapi Tawa Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon
- 1.1.1.3. Menggambarkan Analisis kesenjangan pada kedua pasien dengan Hipertensi yang dilakukan Implementasi Terapi Tawa Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon.

1.4. Manfaat

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu menambah pengetahuan dan referensi dalam penerapan Implementasi Terapi Tawa Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1. Bagi Pasien

Pasien diharapkan dapat memperoleh keterampilan dan pengetahuan mengenai terapi tawa dengan melakukan latihan setiap hari.

1.4.2.2. Bagi Puskesmas

Penulis berharap studi kasus ini dapat bermanfaat sebagai bahan bacaan tambahan mengenai “Implementasi Terapi Tawa Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Cirebon” bagi petugas kesehatan dan tempat praktik untuk meningkatkan standar pelayanan khususnya pada pasien Hipertensi.

1.4.2.3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat memberikan informasi lebih lanjut serta referensi dalam proses pengembangan ilmu keperawatan khususnya bidang keperawatan gerontik dengan menerapkan metode terapi tawa pada pasien Hipertensi.

1.4.2.4. Bagi Penulis

Penulis berharap studi kasus ini dapat bermanfaat sebagai pengembangan keterampilan ilmu keperawatan dalam tindakan terapi tawa pada lansia dengan hipertensi