

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyebab kematian paling umum di seluruh dunia. Salah satu permasalahan kesehatan adalah penyakit tidak menular (PTM), masalah yang paling serius dalam situasi ini adalah hipertensi (Maulidah et al., 2022). Faktor penyebab hipertensi menurut WHO (2023) dibagi menjadi 2 ada, faktor yang tidak bisa diubah yaitu usia, genetic, jenis kelamin dan untuk faktor yang bisa diubah seperti perubahan gaya hidup dengan makan makanan yang lebih sehat, berhenti merokok dan memperbanyak aktivitas fisik dapat membantu menurunkan tekanan darah. Hipertensi menurut Riskesdas (2018) merupakan penyebab utama kematian di dunia, salah satu target global penyakit tidak menular yaitu menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 25% di tahun 2025.

WHO (2023) mengatakan pada saat ini kasus hipertensi pada tahun 2023 sebanyak 1,28 miliar orang terkena hipertensi, diantaranya berusia 30 sampai 79 tahun, sebagian besar kasus hipertensi berasal dari berbagai negara berkembang, salah satunya Indonesia. Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran penduduk berusia diatas 18 tahun sebesar 34,1%, paling tinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), Papua memiliki angka terendah (22,2%), perkiraan jumlah kasus hipertensi Di Indonesia jumlahnya mencapai 63.309.620 orang, Di sisi lain kematian di Indonesia akibat hipertensi mencapai 427.218 jiwa. (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data Jawa Barat tahun 2022, Jumlah total Penderita Hipertensi yaitu 1.956.417 kasus, Kabupaten Cirebon 29798 kasus, Kabupaten Indramayu 9413 kasus, Kabupaten Majalengka 13181 kasus, Kabupaten Kuningan 9521 kasus

(Dinkes Jawa Barat 2023), Hipertensi menempati peringkat ke-2 dari 10 penyakit terbanyak di Kota Cirebon pada tahun 2022, berikut merupakan datanya.

Tabel 1.1
Data 10 penyakit di Kota Cirebon Tahun 2022

No	Nama penyakit	Jumlah kasus	Presentasi
(1)	(2)	(3)	(4)
1	TBC	81.721 orang	34,1 %
2	Hipertensi	37.589 orang	15,7 %
3	Commond cold	36.232 orang	15,2 %
4	Dyspepsia	23.032 orang	9,7 %
5	Myalgia	22.648 orang	9,4 %
6	Nekrosis pulpa	9.410 orang	3,10 %
7	Diabetes mellitus	9.044 orang	3,8 %
8	Diare dan gastroenteritis	9.044 orang	3,8 %
9	Faringitis	6.992 orang	2,10 %
10	Karies gigi	4.089 orang	1,7 %
	Jumlah total	239.801 orang	100%

(Sumber: Dinkes Kota Cirebon Tahun 2023)

Hipertensi adalah Tekanan darah diatas batas normal yaitu sistolik ≤ 140 mmHg dan diastolik ≤ 90 mmHg (Yuniarti et al., 2023). Salah satu faktor hipertensi adalah usia. Seiring bertambahnya usia dampak penuaan menjadi lebih terasa, ada banyak aspek kehidupan beberapa di antaranya berkaitan dengan kesehatan. Para lansia mengalami penurunan fungsi tubuh di sistem kardiovaskuler, elastisitas jaringan di sekitarnya menurun, pembuluh darah melebar, dan arterosklerosis yang menyebabkan peningkatan prevalensi hipertensi pada lansia (Arwani et al., 2023).

Ada dua penanganan untuk hipertensi, ada penanganan secara farmakologis dan penanganan secara non farmakologis, latihan fisik salah satunya senam merupakan penanganan nonfarmakologis yang sangat membantu dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Keluarga memegang peranan penting terhadap status kesehatan setiap anggota keluarganya, salah satu perannya untuk meningkatkan kesehatan lansia dengan cara keluarga bisa membantu

kegiatan senam pada lansia (Wulan Sari & Rahmanti, 2022). Ada berbagai jenis senam untuk menurunkan hipertensi, salah satunya senam *ergonomic* (Ningtias et al., 2023).

Senam *ergonomic* dapat mengembalikan posisi dan kelenturan sistem saraf serta melancarkan aliran darah ke otak sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Gerakan latihan *ergonomic* ini secara instan membuka, membersihkan, dan mengaktifkan seluruh sistem tubuh, termasuk sistem kardiovaskular. Selain itu juga dapat meningkatkan fungsi vasodilatasi dan mengurangi resistensi pembuluh darah perifer. Meningkatkan elastisitas pembuluh darah membuatnya lebih fleksibel dan darah yang dipompa jantung lebih stabil (Astuti et al., 2022).

Penelitian tentang senam ergonomik yang dilakukan oleh Arwani, A., Zulfa, A., & Kartika, L. (2023) yang berjudul “Pemberian Senam Ergonomik untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi” Setelah 3 hari melakukan senam ergonomik, tekanan darah pasien berkurang secara signifikan. Rata-rata penurunan tekanan darah sistolik 10 mmHg dan tekanan darah diastolik 5 mmHg, Penurunan tekanan darah pada akhirnya menjadi pre-hipertensi. Penelitian ini juga dilakukan oleh Manik, M. h., Marliana, S., & Zuliawati (2023) yang berjudul “Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Puskesmas Deli Tua Tahun 2022” selama 2 minggu didapatkan hasil dari 30 orang rata-rata tekanan darah sebelum senam yaitu 156/90 mmHg dan setelah senam menjadi 137/82 mmHg, artinya senam ergonomik ada pengaruh menurunkan tekanan darah. Penelitian ini juga dilakukan oleh Yuniar, V, D., Kurniyanti, M. A, Muntaha (2022) dengan judul “Efektivitas Senam Ergonomik Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita

Hipertensi Di Dukuh Banjarjo Kabupaten Malang” didapatkan hasil selama 3 hari melakukan senam ergonomik dengan jumlah responden 18 orang, rata-rata hasil pemeriksaan tekanan darah sebelum senam 151/91 mmHg dan setelah senam menjadi 126/80 mmHg yang berarti ada pengaruh pemberian senam ergonomik.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus yang berjudul “Asuhan keperawatan keluarga Ny. S dan Ny. J pada gerontik dengan hipertensi yang dilakukan senam *ergonomic* di wilayah kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang maka, rumusan masalahnya sebagai berikut. “Bagaimanakah asuhan keperawatan keluarga Ny. S dan Ny. J pada gerontik dengan hipertensi yang dilakukan senam *ergonomic*?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus penulis mendapatkan gambaran Asuhan Keperawatan Keluarga Ny. S dan Ny. J Pada gerontik dengan Hipertensi yang dilakukan senam *ergonomic* di wilayah kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon.

1.3.2 Tujuan khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat:

- a. Menggambarkan asuhan keperawatan keluarga Ny. S dan Ny. J pada gerontik dengan hipertensi yang dilakukan senam *ergonomic*
- b. Menggambarkan pelaksanaan tindakan senam *ergonomic* pada Ny. S dan Ny. J dengan hipertensi

- c. Menggambarkan respon atau perubahan pada Ny. S dan Ny. J dengan hipertensi yang dilakukan senam *ergonomic*
- d. Menggambarkan kesenjangan pada Ny. S dan Ny. J dengan hipertensi yang dilakukan senam *ergonomic*

1.4 Manfaat KTI

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan karya tulis ini dapat menambah pengetahuan serta informasi kepada pembaca dalam penerapan intervensi keperawatan yaitu berupa senam *ergonomic* pada pasien hipertensi.

1.4.2 Manfaat praktik

1.4.2.1 Manfaat bagi Klien dan Keluarga

Klien dan Keluarga diharapkan dapat menerapkan senam *ergonomic* untuk menurunkan tekanan darah.

1.4.2.2 Manfaat bagi Puskesmas

Puskesmas diharapkan mendapatkan pengetahuan dan informasi dalam mengatasi pasien dengan hipertensi menggunakan senam *ergonomic*.

1.4.2.3 Manfaat bagi institusi Pendidikan

Diharapkan hasil pembahasan studi kasus yang berupa asuhan keperawatan ini dapat menambah informasi mengenai senam *ergonomic* pada pasien hipertensi.

1.4.2.4 Manfaat bagi Penulis

Diharapkan studi kasus ini bisa menambah informasi dan wawasan serta keterampilan penulis dalam penatalaksanaan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi yang dilakukan senam *ergonomic*.