

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Lanjut usia merupakan tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia (Dewi, 2014). Di masa ini seseorang mengalami kemunduran struktur dan fungsi organ (Azizah, 2011). Darmojo (2010) menjelaskan bahwa pada kondisi ini manusia secara progresif akan kehilangan daya tahan terhadap infeksi dan akan menumpukkan banyak distorsi metabolik dan struktural yang disebut sebagai penyakit degeneratif. Salah satu karakteristik penyakit degeneratif yang dijumpai pada lanjut usia adalah hipertensi. Hipertensi merupakan suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan (Sulistyarini, 2013). Ridwan (2009) menjelaskan, apabila masalah hipertensi tidak terkontrol dengan baik, dapat memicu terjadinya komplikasi hipertensi. Sebagai dampak terjadinya komplikasi hipertensi adalah terjadinya kerusakan berbagai organ target seperti otak, mata, jantung, dan ginjal. Selain itu, kualitas hidup penderita menjadi rendah dan kemungkinan terburuknya adalah terjadinya kematian pada penderita akibat komplikasi hipertensi yang dimilikinya.

Menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapatkan melalui pengukuran pada umur  $\geq 18$  tahun adalah sebesar 26,5%. Prevalensi penderita hipertensi di Jawa Timur yang terdiagnosis dokter sebesar 10,7% dan yang terdiagnosis tenaga kesehatan atau minum obat sendiri sebesar 10,8% (Risksedas, 2013). Prevalensi hipertensi berdasarkan survei awal di wilayah Dinoyo RW II pada tanggal

26 november tahun 2015 di Posyandu Lansia Matahari, Kelurahan Keputran yang didapatkan melalui pengukuran tekanan darah sekunder pada umur  $\geq$  60 tahun adalah sebesar 32% dengan tekanan sistolik 130-213 mmHg dan tekanan diastolik sebesar 92-94 mmHg.

Menurut para ahli dalam Suryana (2014), penyebab hipertensi paling bermakna pada lanjut usia adalah proses penuaan. Proses penuaan menyebabkan banyak kemunduran pada sistem tubuh lanjut usia, salah satunya adalah sistem kardiovaskuler. Perubahan sistem kardiovaskuler pada lanjut usia ditandai dengan adanya pengapuran pembuluh darah atau arteriosklerosis yang mengakibatkan pembuluh darah menjadi kaku dan mengalami penurunan elastisitas. Kondisi ini membuat *cardiac output* menurun dan peningkatan resistensi pembuluh darah. Hal ini mempengaruhi kerja jantung semakin tinggi untuk memompa darah, sehingga terjadi peningkatan tekanan darah. Menurut Azizah (2011), proses pengapuran ini akan berlanjut menjadi proses yang menghambat aliran darah, yang pada suatu saat dapat menutup pembuluh darah, dan mengakibatkan terjadinya kematian jaringan atau biasa disebut infark.

Dari masalah dan dampak yang ditimbulkan oleh hipertensi, maka penatalaksanaan hipertensi yang optimal penting sekali untuk dilakukan. Hipertensi tidak bisa hanya diberikan dengan tindakan farmakologi tanpa melibatkan non farmakologi. Tindakan non farmakologi yang dapat dilakukan adalah relaksasi. Membuat seseorang mencapai keadaan relaksasi dapat dilakukan juga dengan relaksasi Benson, Green & Setyawati (2005, dalam Darmawan, Swarningsi, & Wijaya, 2015). Relaksasi Benson merupakan teknik relaksasi yang digabung dengan keyakinan yang dianut oleh pasien, Benson & Proctor (2000, dalam Yanti, 2012). Keunggulan dari relaksasi Benson yaitu relaksasi ini menggunakan metode yang sederhana,

dapat dilakukan kapan saja tanpa membutuhkan ruangan yang khusus, menekan biaya pengobatan, dan dapat dilakukan secara mandiri, bersama-sama atau dengan bimbingan mentor, Yosep (2007, dalam Aryana & Novitasari, 2013). Berdasarkan penelitian sebelumnya, yang dilakukan oleh Purwati, Suryani & Supriyono pada November 2013 dengan judul perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi relaksasi Benson pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Karangayu Semarang menunjukkan adanya perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah relaksasi benson yang signifikan dengan nilai  $p=0,0001$  ( $<\alpha=0,05$ ). Penelitian ini juga dilakukan oleh Darmawan, Swarningsi & Wijaya pada tahun 2014 dengan judul pengaruh relaksasi Benson terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Denpasar Timur II, yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tekanan darah pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan relaksasi Benson dengan nilai  $p=0.0001$  ( $<\alpha=0,05$ ). Dari data tersebut, maka perlu adanya penelitian mengenai relaksasi Benson sebagai penatalaksanaan non farmakologi, sehingga intervensi keperawatan mandiri semakin efisien dalam mengatasi masalah hipertensi, khususnya pada lanjut usia.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adakah pengaruh relaksasi Benson terhadap tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi stadium I di Posyandu Lansia Matahari RW II, Kelurahan Keputran, Kecamatan Tegalsari, Surabaya?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui adanya pengaruh relaksasi Benson terhadap tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi stadium I di Posyandu Lansia Matahari RW II, Kelurahan Keputran, Kecamatan Tegalsari, Surabaya.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi tekanan darah *sistole* dan *diastole* pada lanjut usia dengan hipertensi stadium I sebelum pelaksanaan relaksasi Benson.
- 1.3.2.2 Mengidentifikasi tekanan darah *sistole* dan *diastole* pada lanjut usia dengan hipertensi stadium I sesudah pelaksanaan relaksasi Benson.
- 1.3.2.3 Menganalisis pengaruh relaksasi Benson terhadap tekanan darah *sistole* dan *diastole* pada lanjut usia dengan hipertensi stadium I.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Relaksasi Benson dapat digunakan sebagai salah satu informasi ilmiah keperawatan medikal bedah dalam hal pemberian relaksasi Benson pada kelompok lanjut usia dengan masalah hipertensi.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **1.4.2.1 Bagi Responden**

Relaksasi Benson dapat menekan biaya pengobatan, dapat dilakukan secara mandiri dan dapat menciptakan suatu lingkungan internal, sehingga dapat membantu pasien dengan hipertensi dalam mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan lebih tinggi.

##### **1.4.2.2 Bagi Perawat**

Dengan adanya penelitian ini dapat menjadikan relaksasi Benson sebagai intervensi mandiri perawat yang perlu diterapkan dalam asuhan keperawatan pada lanjut usia yang menderita hipertensi.