

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pada hakikatnya menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap dalam kehidupannya, yaitu : masa anak, masa dewasa, dan masa tua. Tiga tahap ini berbeda, baik secara biologis maupun psikologis. Berdasarkan hasil sensus penduduk pada tahun 2014 jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia adalah 18.781 juta jiwa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015). Memasuki masa tua berarti mengalami kemunduran secara fisik maupun psikis. Kemunduran fisik pada lansia dapat ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, penurunan pendengaran, penglihatan menurun, gerakan menjadi lambat, kelainan berbagai fungsi organ vital, sensitivitas emosi, dan kurang gairah (Mubarak, 2009). Dengan adanya penurunan-penurunan penurunan fisik tersebut, maka kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress juga menurun. Menurunnya kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress inilah yang dapat menyebabkan lansia mengalami peningkatan tekanan darah (Hipertensi).

Hipertensi secara umum disebabkan oleh pola gaya hidup yang kurang baik diantaranya konsumsi garam yang berlebihan karena garam dapat meningkatkan tekanan darah dengan cepat pada beberapa orang, khususnya bagi

penderita diabetes, penderita hipertensi ringan, dan orang dengan usia tua.

Kandungan

lemak



yang berlebihan dalam darah dapat menyebabkan timbunan kolestrol pada dinding pembuluh darah menyempit dan akibatnya tekanan darah akan meningkat (Elisa, 2012).

Tekanan darah yang tinggi sangat berbahaya karena dapat memperberat kerja organ jantung. Selain itu, aliran tekanan darah tinggi membahayakan arteri, organ jantung, ginjal, dan mata. Apabila tekanan darah selalu tinggi maka dapat menimbulkan kerusakan beberapa organ tubuh, diantaranya kerusakan jantung, terbentuknya benjolan abnormal pada dinding arteri, penyempitan pembuluh arteri, penyempitan pembuluh darah di ginjal sehingga menyebabkan kerusakan ginjal, dan pecahnya pembuluh darah di mata (Prasetyaningrum, 2014).

Hipertensi merupakan gangguan kesehatan yang ditandai dengan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih tinggi dari 90 mmHg, atau dapat disebut dengan suatu keadaan ketika seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang mengakibatkan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) (Mujhidullah, 2012 : Kusharyadi, 2008).

Di Indonesia masalah hipertensi cenderung meningkat. Hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2001 menunjukkan bahwa 8,3% penduduk menderita hipertensi dan meningkat menjadi 27,5% pada tahun 2004. Kelompok Kerja Serebrokardiovaskuler FK UNPAD/RSHS tahun 1999, menemukan prevalensi hipertensi sebesar 17,6%, dan MONICA Jakarta tahun 2000 melaporkan prevalensi hipertensi di daerah urban adalah 31,7%. Sementara

untuk daerah rural (Sukabumi) FKUI menemukan prevalensi sebesar 38,7%. Hasil SKRT 1995, 2001 dan 2004 menunjukkan penyakit kardiovaskuler merupakan penyakit nomor satu penyebab kematian di Indonesia dan sekitar 20-35% dari kematian tersebut disebabkan oleh hipertensi (Ekowati, 2009).

Melihat kejadian dan dampak dari penyakit hipertensi, maka dilakukan penatalaksanaan hipertensi yaitu dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Misalnya dalam terapi farmakologis obat yang sering digunakan dalam terapi hipertensi yaitu reserprine, namun obat tersebut dapat menghambat system sipatikoadrenergik yang akan menghilangkan sebagian noradrenalin yang ada pada dinding arteri. Apabila obat ini diminum terlalu banyak akan menyebabkan depresi (Jasmarizal, dkk 2011).

Terdapat satu upaya untuk menurunkan tekanan darah selain terapi farmakologis, yaitu salah satunya adalah wortel. Wortel (*Daucus carota L*) adalah tumbuhan sayur pegunungan yang ditanam sepanjang tahun. Wortel dikenal sebagai sayuran umbi yang mudah diperoleh dipasaran dan wortel juga tidak mengenal musim panen sehingga wortel dapat dimanfaatkan untuk menurunkan tekanan darah (Basith 2013)

Salah satu kandungan wortel yang baik untuk menurunkan atau mengendalikan tensi adalah kalium. Kalium bersifat sebagai diuretik yang kuat sehingga membantu menjaga keseimbangan tekanan darah. Kalium juga memiliki fungsi sebagai vasodilatasi pada pembuluh darah. Vasodilatasi pada pembuluh darah dapat menurunkan tekanan perifer dan meningkatkan curah jantung

sehingga tekanan darah dapat normal. Selain itu, kalium dapat menghambat pelepasan renin sehingga mengubah aktifitas sistem reninangiotensin dan kalium juga mampu mempengaruhi sistem saraf perifer dan sentral yang mempengaruhi tekanan darah sehingga tekanan darah dapat terkontrol (Wibowo, 2010).

Melihat banyaknya fenomena penyakit hipertensi yang akan menimbulkan kecemasan dan kematian. Penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ‘ **Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Penerapan Jus Wortel (Daucus Caorta L) Untuk Membantu Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Sendang Guwo**’

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh pemberian jus wortel (Daucus Caorta L.) untuk membantu menurunkan tekanan darah pada lansia di Kelurahan Sendang Guwo?

## **C. Tujuan Penulisan**

### 1. Tujuan Umum

Penulis karya tulis ilmiah ini bertujuan agar penulis mampu menerapkan asuhan keperawatan pada keluarga dengan gangguan hipertensi.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian pada pasien dengan hipertensi.
- b. Mampu merumuskan diagnosa keperawatan hipertensi.
- c. Mampu menentukan tujuan dan membuat rencana terhadap pengaruh pemberian jus wortel pada pasien hipertensi.

- d. Mampu melaksanakan implementasi terhadap pengaruh pemberian jus wortel pada pasien hipertensi.
- e. Mampu melakukan evaluasi pada pasien hipertensi yang telah diberikan jus wortel.

#### **D. Manfaat Penulisan**

##### **1. Bagi Pasien**

Diharapkan dapat memberikan manfaat yang mampu memberikan motivasi dan dorongan, terutama pada penderita hipertensi untuk mampu menerapkan manfaat dari jus wortel untuk menurunkan hipertensi.

##### **2. Bagi Tenaga Keperawatan**

Memberikan kontribusi peran perawat sebagai edukator dan konselor bagi pasien terutama dalam memberikan penerapan jus wortel terhadap hipertensi.

##### **3. Bagi Pelayanan Kesehatan**

Sebagai bahan masukan dalam menciptakan pemberian pelayanan kesehatan dan lebih meningkatkan mutu pelayanan serta meningkatkan kemampuan dalam bidang keperawatan untuk menerapkan jus wortel pada penderita hipertensi.