

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini menjelaskan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian.

1.1 Latar Belakang

Seorang individu akan dikatakan lansia apabila usianya 60 tahun ke atas, lansia merupakan proses alamiah dan bukanlah suatu penyakit akan tetapi merupakan tahapan lanjut dari sebuah proses kehidupan yang akan ditandai dengan adanya penurunan kemampuan tubuh individu tersebut untuk beradaptasi dengan stres lingkungan, penurunan fungsi biologis, psikologis, sosial dan ekonomi. Lansia suatu keadaan yang ditandai dengan kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis, kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta penurunan peningkatan kepekaan secara individual (Abdul & Sandu, 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) lanjut usia merupakan kelompok penduduk yang berumur 60 tahun atau lebih. Secara global tahun 2013 proporsi atau keseimbangan dari jumlah penduduk berusia lebih dari 60 tahun yaitu 11,7% dari total jumlah penduduk dunia dan diperkirakan jumlah tersebut terus akan meningkat seiring dengan peningkatan usia harapan hidup. Data WHO menunjukkan pada tahun 2000 usia harapan hidup orang di dunia yaitu 66 tahun, pada tahun 2012 naik menjadi 70 tahun dan pada tahun 2013 menjadi 71 tahun (WHO, 2015). Hasil dari sensus penduduk tahun 2017 secara umum jumlah penduduk lansia di Indonesia sebanyak 23,66 juta orang atau 9,3% dari keseluruhan penduduk. Jumlah penduduk lansia perempuan sebanyak 9,53%, lebih banyak dari jumlah penduduk lansia laki-laki sebesar 8,54% (Kemenkes RI, 2017). Hasil data ini merupakan satu sisi indikator keberhasilan pencapaian pembangunan nasional terutama di bidang kesehatan, namun di sisi lain juga dapat menimbulkan permasalahan jika lansia tidak mendapatkan layanan kesejahteraan dengan baik. Semakin meningkatnya jumlah populasi lansia maka akan menimbulkan permasalahan yang cukup kompleks baik dari masalah biologis, fisiologis atau psikologis. Salah satu masalah kesehatan pada lansia yaitu penyakit tidak menular seperti salah satunya tekanan darah tinggi (Muhith dan Siyoto, 2016). Salah satu perubahan yang terjadi pada lansia yakni perubahan pada sistem kardiovaskuler yang merupakan penyakit utama yang memakan korban karena akan berdampak pada penyakit lain seperti penyakit jantung koroner, jantung pulmonik, kardiomiopati, stroke, gagal ginjal dan hipertensi (Fatmah dalam Lusiane 2019).

Bertambahnya umur menyebabkan tekanan darah (TD) meningkat. Hal ini akan menjadi masalah pada lansia karena hal tersebut dapat menjadi faktor utama terjadinya stroke, payah jantung, penyakit jantung koroner dan hipertensi. Pada lansia berumur lebih dari 60 tahun, dia dapat meninggal karena penyakit jantung. Lansia dapat dinyatakan mengalami hipertensi jika tekanan sistolik sama atau lebih dari 140 mmHg, dan tekanan diastolik sama atau lebih tinggi dari 90 mmHg. Hipertensi sistolik terisolasi apabila tekanan sistolik < 160 mmHg dan tekanan diastolik < 90 mmHg (Sunaryo. 2016). Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi yang sifatnya abnormal dan diukur paling tidak pada tiga kesempatan yang berbeda. Secara umum seorang individu dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya melebihi dari 140/90 mmHg (Ardiansyah,2012).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan bahwa sekitar 1,13 Miliar individu di dunia menyandang hipertensi, artinya bahwa 1 dari 3 individu di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan terdapat 1,5 Miliar individu yang menjadi penyandang hipertensi, dan dapat diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta individu akan meninggal karena hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019). Data Riset Kesehatan Dasar 2018 hipertensi menduduki tempat pertama dalam angka kejadian penyakit tidak menular yang sering terjadi sebanyak 185.857 penduduk Indonesia. Berdasarkan prevalensi hipertensi lansia di Indonesia sebesar 45,9% untuk umur 55-64 tahun, 57,6% umur 65-74 tahun dan 63,8% umur >75 tahun Riset fasilitas kesehatan (Sirkesnas, 2016).

Menurut laporan hasil Riskesdas 2015 bahwa prevalensi penderita hipertensi pada lansia yang berumur 60 tahun di Jakarta sebesar 35%. Berdasarkan penyakit penyebab kematian pasien rawat inap di Kabupaten/Kota Jakarta, hipertensi menduduki peringkat pertama dengan proporsi kematian sebesar 22,02% (1.082 juta jiwa), pada kelompok umur > 60 tahun sebesar 21,02% (1,013 juta jiwa) (Kemenkes, 2013). Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang memiliki hubungan sangat erat dengan lansia. Hal ini terjadi karena perubahan fisiologis yang terjadi seperti penurunan respons imunitas tubuh, katup jantung menebal dan menjadi kaku, penurunan kemampuan kontraktilitas jantung, berkurangnya elastisitas pembuluh darah, serta kurangnya efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi. Hipertensi merupakan salah satu faktor utama dari penyakit jantung dan stroke. Untuk mengatasi masalah hipertensi tersebut dibutuhkan penanganan yang tepat baik penanganan farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu penanganan dengan menggunakan obat - obat kimia cenderung memiliki efek samping negatif lebih besar dibandingkan dengan non farmakologis. Salah satu

penanganan non farmakologis yang digunakan untuk terapi yaitu tanaman obat yang dapat diekstrakan menjadi esensial oil yang dapat digunakan secara komplementer karena dapat digunakan sebagai relaksasi.

Penanganan secara non-farmakologi dengan teknik relaksasi digunakan untuk mengurangi stres dan membantu untuk berbagai penyakit kronis seperti sakit kepala, sindrom iritasi pencernaan, hipertensi, aritmia penyakit inflamasi pencernaan dan nyeri otot. Respon relaksasi merupakan suatu keadaan umum dimana terjadi penurunan kognitif, fisiologis dan atau perilaku. Relaksasi juga menyebabkan menurunnya gairah. Proses relaksasi dapat memanjangkan serabut otot, impuls pengiriman ke otak dan penurunan aktivitas pada otak dan sistem tubuh lainnya. Penurunan frekuensi jantung dan napas, tekanan darah, konsumsi oksigen serta meningkatnya aktivitas otak dan temperatur kulit perifer merupakan beberapa respon dari relaksasi. Terapi relaksasi yang sering digunakan antara lain imagery, meditasi, biofeedback, hipnoterapi, musik, yoga, prayer, herbal, dan aromaterapi. Salah satu aroma terapi yang dapat menurunkan tekanan darah yaitu aroma terapi lavender (deWitt & O'Neill, 2014).

Aromaterapi merupakan metode pengobatan penyakit non-farmakologi dengan menggunakan minyak atsiri yang dihasilkan dari tumbuhan obat (Adji Suranto, 2011). Kandungan minyak atsiri mempunyai efek yang dapat menenangkan. Senyawa dalam minyak atsiri yang masuk ke dalam tubuh dapat mempengaruhi sistem pengatur emosi. Minyak atsiri yang tercium oleh bagian hidung aka berkaitan dengan reseptor penangkap aroma atau bau-bauan. Aroma lavender adalah minyak esensial yang disuling dari bunga lavender, ia memiliki anti-inflamasi, antiseptik, antibakteri, antimikroba, antijamur dan sifat antidepresan. Aromaterapi lavender ini digunakan mengurangi stres, kecemasan, mengontrol emosional (Sharma, 2018).

Minyak lavender telah memiliki banyak potensi dan ada beberapa kandungan seperti camphene, limonen, nerol dan sebagian besar mengandung linalool dengan jumlah sekitar 30%-60% dari total berat minyak yang merupakan kandungan aktif utama dalam relaksasi (Nuraini, 2014). Manfaat aromaterapi lavender bagi seseorang dapat menurunkan kecemasan, mengatasi gangguan tidur dan menurunkan tekanan darah tinggi. Cara pemberian aromaterapi lavender yaitu diberikan 3 tetes aroma terapi dengan cara diinhalasi selama 10 menit dalam waktu 7 hari (Rezita & Lubis dalam Rika 2017). Lavender yang diberikan pada pasien jantung yang menjalani terapi koroner angiografi bertindak sebagai terapi komplementer untuk membatasi fluktuasi hemodinamik yang berbahaya sehingga dapat mempertahankan hemodinamik yang stabil pada jantung pasien yang menjalani prosedur diagnostik invasif

(Mohsen, 2017).

Penelitian Kim dan Kwon (2010), terdapat perbedaan yang signifikan dalam denyut nadi serta tekanan darah, terutama pada kelompok eksperimen yang diberikan aromaterapi terjadi penurunan tekanan darah dan denyut nadi yang sangat signifikan dibandingkan dengan kelompok terkontrol yang tidak diberikan aromaterapi. Penelitian Adhistya, dkk. (2013), hipertensi memiliki hubungan secara linear dengan morbiditas dan mortalitas penyakit kardiovaskuler. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh aroma terapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh aroma terapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

1.3 Tujuan Umum

Mencari informasi secara spesifik tentang Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi.

1.4 Tujuan Khusus

- 1.4.1** Mencari informasi bagaimana pengaruh aromaterapi lavender dapat menurunkan tekanan darah.
- 1.4.2** Mencari informasi bagaimana metode aromaterapi lavender dapat menurunkan tekanan darah.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak, yaitu :

1.5.1 Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai *evidence based practice* menambah data hasil penelitian keperawatan serta sebagai sarana acuan belajar yang relevan terkait pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dan menambah wawasan mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

1.5.2 Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta dapat memberikan pelayanan yang tepat dan berkualitas dengan mengaplikasikan hasil penelitian yang telah dilakukan khususnya pada penanganan kasus hipertensi.

1.5.3 Bagi Masyarakat

Dengan adanya penelitian ini diharapkan agar masyarakat yang menderita hipertensi dapat mengaplikasikan cara ini untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.