

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masyarakat saat ini cenderung memiliki gaya hidup yang lebih modern, seperti yang terlihat dari pergeseran kepercayaan dan perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Perubahan gaya hidup modern dapat dilihat dari kebiasaan makan, pola minum, pola merokok, dan perilaku lain yang meningkatkan risiko hipertensi. Peningkatan tekanan darah sistolik hingga 140 mmHg atau lebih, serta tekanan darah diastolik hingga 90 mmHg atau lebih, disebut sebagai hipertensi (Achjar dkk., 2022). Hipertensi, atau sering disebut tekanan darah tinggi ditandai oleh tekanan darah yang meningkat pada dinding arteri. Kondisi ini menyebabkan jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah ke seluruh tubuh melalui arteri, sehingga mengganggu kemampuan darah dalam mengantarkan nutrisi dan oksigen ke jaringan tubuh (Azizah dkk., 2022).

Di Indonesia, penyakit yang paling umum diderita oleh lansia saat ini adalah hipertensi (Bandiyah, 2015). Menurut Undang-Undang No 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia di Indonesia, lansia didefinisikan sebagai seseorang yang berusia 60 atau lebih. Lansia sering mengalami tekanan darah tinggi, hal ini disebabkan karena seiring bertambahnya usia, katup jantung mengalami pengerasan, memperlambat aliran darah dan membuat jantung bekerja lebih keras untuk memompa darah ke seluruh tubuh (Jumaiyah dkk., 2020).

Faktor utama yang menyebabkan hipertensi pada lansia antara lain adalah penurunan elastisitas dinding aorta, penebalan dan kekakuan katup jantung, penurunan kapasitas jantung untuk memompa darah sebesar 1% per tahun setelah usia 20 tahun, berkurangnya kekuatan kontraksi dan volume jantung, serta peningkatan resistensi pembuluh darah perifer (Mustika dan Sudiantara, 2019).

Secara global prevalensi lansia berusia 65 tahun keatas meningkat dari 9,3% pada tahun 2020 menjadi 10% pada tahun 2022 dan diperkirakan meningkat sebesar 16% pada tahun 2050 (WHO, 2022). Prevalensi lansia di Indonesia tahun 2023 berdasarkan kelompok usia yaitu usia 60-69 tahun sebesar 63,59%, usia 70-79 tahun sebesar 27,76%, usia 80 tahun ke atas sebesar 8,65%. Prevalensi lansia di Provinsi Bali tahun 2023 berdasarkan kelompok usia yaitu usia 60-69 tahun sebesar 61,39%, usia 70-79 tahun sebesar 28,36%, usia 80 tahun ke atas sebesar 10,22% (Badan Pusat Statistik, 2023). Sebaran penduduk lanjut usia di Kabupaten Badung menurut Dinas Kependudukan dan Catatan Sipil tahun (2023) berdasarkan kelompok usia 60-64 tahun sebanyak 23.422 orang (4,45%), usia 65-69 tahun sebanyak 17.017 jiwa (3,23%), usia 70-74 tahun sebanyak 11.852 orang (2,25%), usia 75 tahun ke atas sebanyak 16.492 orang (3,14%). Prevalensi jumlah lansia usia 60 tahun ke atas di Kecamatan Kuta Utara tahun 2023 yaitu sebanyak 9.964 orang.

World Health Organization (2021) menyatakan bahwa hipertensi terus mengalami peningkatan diperkirakan sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. Menurut data Riskesdas Nasional tahun (2018) menunjukkan bahwa prevalensi penduduk Indonesia usia $\geq$ 18 tahun dengan tekanan darah tinggi yang didapat dari hasil pengukuran sebesar 34,11%. Diketahui bahwa 8,36% terdiagnosa hipertensi dan 13,33% terdiagnosa

hipertensi tidak minum obat serta 32,27% tidak rutin minum obat. Penyakit terbanyak pada lansia adalah penyakit hipertensi dengan prevalensi menurut karakteristik kelompok usia yaitu, usia 55-64 tahun (55,23%), usia 65-74 tahun (63,22%), usia 75 tahun ke atas (69,53%).(Tim Riskesdas, 2018).

Prevalensi penderita hipertensi terdiagnosis dokter di Provinsi Bali sebesar 9,57% dan menurut hasil pengukuran penduduk usia ≥ 18 tahun yaitu sebesar 29,97%. Berdasarkan karakteristik kelompok usia yaitu usia 55-56 tahun (44,97%), usia 65-74 tahun (51,85%), usia di atas 75 tahun (56,21%) (Tim Riskesdas, 2018b). Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2022 jumlah penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun mengalami peningkatan pada tahun 2021 sebanyak 555.184 orang menjadi 562.519 orang pada tahun 2022. Penderita hipertensi di Kabupaten Badung yaitu sebanyak 7.586 orang dan penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebanyak 7.560 orang (Dinkes Provinsi Bali, 2022). Data yang didapat di Puskesmas Kuta Utara tahun 2023 penyakit hipertensi menempati peringkat 10 besar penyakit terbanyak dengan jumlah penderita total sebanyak 1.644 orang (119,56%) dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi dan terendah menurut Desa/kelurahan Kerobokan 324 orang (179.01%), Kerobokan Kaja 288 orang (83.24%), Kerobokan Kelod 276 orang (122.67%), Canggu 264 orang (206.25%), Dalung 252 (88.11%), Tibubeneng 240 orang (114.83)%).

Penderita hipertensi sering mengalami beberapa gejala, termasuk sakit kepala (Manuntung, 2019). Sakit kepala yang disebabkan oleh perubahan struktural pada pembuluh darah yang menyumbat pembuluh darah, dan menyebabkan vasokonstriksi sehingga menyebabkan aliran darah yang tidak lancar di otak, meningkatkan resistensi pembuluh darah otak dan pada akhirnya

menyebabkan timbulnya nyeri kepala yang tidak nyaman (Murtiono dan Ngurah, 2020). Hipertensi jangka panjang yang tidak diobati menyebabkan gagal jantung, stroke, infark miokard, gagal ginjal, dan ensefalopati (Manuntung, 2019).

Terapi farmakologi dan non farmakologi dapat digunakan untuk mengobati sakit kepala pada pasien hipertensi dalam upaya mengendalikan tekanan darah. Terapi farmakologi melibatkan penggunaan obat anti-hipertensi, sedangkan terapi non farmakologi meliputi berhenti merokok, berolahraga, mengurangi berat badan, mengurangi garam, makan lebih banyak buah dan sayuran, dan mengurangi lemak (Muzaenah dan Nurhikmah, 2021). Pendekatan *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH) telah menggunakan dan mempromosikan terapi komplementer, seperti *infused water* yang dibuat dari buah-buahan atau sayuran yang direndam, sebagai pendekatan non farmakologi tambahan untuk mengobati gejala hipertensi (Heriyanti dkk., 2023).

Bagi pasien hipertensi yang tidak menyukai atau tidak terbiasa mengonsumsi air, buah, dan sayuran secara langsung, pemberian *infused water* adalah pengobatan yang aman dan tepat. Untuk membuat air yang meningkatkan kesehatan dengan rasa yang enak dan mengandung sari buah yang larut dalam air, air biasa dituangkan ke dalam wadah, diinfuskan dengan tambahan buah, rempah-rempah, atau sayuran, dan didinginkan setidaknya selama tiga jam. Ketika buah-buahan atau rempah-rempah dimasukkan ke dalam air, air akan memiliki aroma yang khas dan menjadi tidak berwarna dan hampir tidak berasa. Selain itu, air adalah kebutuhan manusia yang paling penting. Meskipun rasa lapar dapat membuat manusia bertahan hidup, kekurangan air minum dapat berakibat fatal

karena 80% tubuh manusia terbuat dari air. Untuk itu, *infused water* sangat bermanfaat bagi tubuh (Kamarudin dkk., 2023).

Terapi *infused water* mentimun adalah salah satu pengobatan non farmakologi yang digunakan untuk membantu penderita hipertensi mengatasi sakit kepala. Air yang direndam dengan mentimun mengandung magnesium, yang membantu melancarkan aliran darah, dan kalium, yang dapat menurunkan tekanan darah dengan mengurangi sekresi renin. Untuk mengurangi rasa sakit, fosfor, asam folat, dan vitamin C dapat meredakan stres dan ketegangan (Fandizal dkk., 2020). Selain itu, kandungan flavonoid yang ditemukan dalam mentimun memiliki sifat anti-inflamasi, bertindak sebagai antioksidan, dan mengurangi rasa sakit. Ekstrak buah mentimun dapat mencegah radikal bebas dan memiliki efek analgesik. Dengan menghambat aktivitas enzim siklooksigenase (COX) dan memiliki sifat antioksidan, senyawa flavonoid dapat mengurangi jumlah asam arakidonat bebas yang dihasilkan dari fosfolipid atau menghambat sistem enzim yang mensintesis prostaglandin, yang pada akhirnya dapat mengurangi sensasi nyeri (Vicamilia, 2020). Tanaman sayuran yang paling pertama ditanam adalah mentimun (*Cucumis Sativus L.*) yang memiliki nilai ekonomi tinggi dan beragam kegunaan sehingga terjangkau oleh pasien hipertensi (Lestari, 2018). Kesegaran dan rasa yang didapat akan tetap terjaga tanpa perlu menambahkan gula atau pengawet karena *infused water* mentimun tidak mempercepat proses pembusukan seperti halnya perasan dan pencampuran. *Infused water* mentimun dapat disimpan di lemari pendingin hingga 24 jam (Sulianta, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Hendrayana et al (2023), tentang *cucumber (cucumis sativus L.) fruit and combination with losartan attenuate the elevation of*

blood pressure in hypertensive menyatakan bahwa buah mentimun mengandung mineral seperti kalsium yang dapat mengurangi cairan intraseluler dengan cara menghambat parathormon sehingga menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Anggreini (2021), dengan judul “Studi Kasus Pemberian *Infused Water* Mentimun Pada Klien Hipertensi Yang Mengalami Nyeri Akut Di Wilayah Tanjung Hulu Pontianak Timur” menunjukkan bahwa setelah dilakukan implementasi pada Ny. I selama 3 hari pada pagi hari dengan dosis 1 kali sehari, mentimun yang digunakan sebanyak 50 g mentimun dan 250 ml air yang sebelumnya sudah disimpan di dalam kulkas. Hasil yang didapatkan setelah diberikan intervensi *infused water* mentimun pada hari pertama kemudian dievaluasi, yang awalnya tekanan darah pasien 160/92 mmHg dengan skala nyeri 6 sebelum terapi menjadi 150/90 mmHg dengan skala nyeri 5 setelah terapi. Pada hari kedua, tekanan darah pasien adalah 150/100 mmHg dengan skala nyeri 5 sebelum terapi menjadi 145/95 mmHg dengan skala nyeri 4 setelah terapi. Setelah tiga hari terapi, tekanan darah pasien turun dari 150/90 mmHg dan skala nyeri 4 menjadi 140/80 mmHg dan skala nyeri 3. Skala nyeri pasien rata-rata berada pada skala nyeri 5 sebelum menerima tindakan berupa terapi *infused water* mentimun, setelah menerima tindakan, skala nyeri pasien rata-rata berada pada skala nyeri 4, dan pasien juga tampak tidak meringis. Hal ini menunjukkan bahwa skala nyeri menurun baik sebelum maupun sesudah diberikan *infused water* mentimun.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Gerilda (2022), didapatkan hasil setelah dilakukan implementasi keperawatan pada Tn. T yang berusia 63 tahun selama 3 hari berturut-turut menggunakan *infused water* mentimun diberikan sebanyak 1

kali sehari pada dengan dosis 50 g buah mentimun yang sudah dicuci bersih dan diiris tipis kemudian direndam dalam 200 ml air minum dan didinginkan pada lemari pendingin minimal 3 jam. Setelah intervensi dengan infused water mentimun pada hari pertama, terjadi penurunan skala nyeri kepala yang dirasakan pasien. Awalnya, skala nyeri adalah 5, namun menurun menjadi 3 pada hari kedua. Pada hari ketiga, skala nyeri menurun lebih lanjut dari 3 menjadi 0, sehingga masalah nyeri akut dapat diatasi. Hal ini terindikasi dari penurunan keluhan nyeri, serta pasien tidak menunjukkan ekspresi wajah yang menunjukkan kesakitan. Menurut penelitian Putri (2022), setelah penerapan *infused water* mentimun selama tiga hari, satu kali sehari pada pagi hari, dengan dosis 50 gram mentimun dan 200 ml air, masalah atau diagnosa keperawatan nyeri pada Ny. I teratasi pada hari ketiga. Terbukti dengan berkurangnya keluhan nyeri. Hasil pengkajian menunjukkan klien mengalami nyeri kepala dan tengkuk, dengan skala nyeri rata-rata 5 sebelum mendapatkan terapi, setelah terapi rata-rata skala nyeri klien menurun menjadi 3, selain itu klien tampak tidak meriang, dan setelah mendapatkan pemberian *infused water* mentimun.

Studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas Kuta Utara dan di lokasi penelitian Banjar Kwanji Desa Dalung, belum ada penelitian sebelumnya yang dilakukan terkait *terapi infused water* mentimun untuk lansia penderita hipertensi. Salah satu kegiatan rutin di Banjar Kwanji adalah posyandu lansia yang dilakukan sebulan sekali sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan dan didampingi oleh Puskesmas Kuta Utara. Posyandu lansia memiliki berbagai program, termasuk skrining kesehatan, pemeriksaan kesehatan, Pemberian

Makanan Tambahan (PMT), dan manajemen hipertensi non farmakologi melalui senam hipertensi yang dipandu oleh kader lansia.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk menulis Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) yang berjudul “Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Dengan Terapi *Infused Water* Mentimun pada Lansia dengan Hipertensi di Banjar Kwanji Desa Dalung Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2024”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka masalah yang dapat ditetapkan adalah “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Nyeri Akut dengan Terapi *Infused Water* Mentimun pada Lansia dengan Hipertensi di Banjar Kwanji Desa Dalung Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2024?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk mengetahui asuhan keperawatan nyeri akut dengan terapi *infused water* mentimun pada lansia dengan hipertensi di Banjar Kwanji Desa Dalung Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung Tahun 2024”.

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian asuhan keperawatan pada lansia hipertensi dengan masalah nyeri akut di Banjar Kwanji Desa Dalung.
- b. Merumuskan diagnosis keperawatan pada lansia hipertensi dengan masalah nyeri akut di Banjar Kwanji Desa Dalung.

- c. Menyusun perencanaan asuhan keperawatan pada lansia hipertensi dengan masalah nyeri akut di Banjar Kwanji Desa Dalung.
- d. Mengimplementasikan pemberian tindakan terapi non farmakologi yaitu terapi *infused water* mentimun pada lansia hipertensi dengan masalah nyeri akut di Banjar Kwanji Desa Dalung.
- e. Mengevaluasi tindakan pemberian terapi non farmakologi yaitu terapi *infused water* mentimun pada lansia hipertensi dengan masalah nyeri akut di Banjar Kwanji Desa Dalung.
- f. Menganalisis hasil pemberian terapi *infused water* mentimun pada lansia hipertensi dengan masalah nyeri akut di Banjar Kwanji Desa Dalung.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan tenaga kesehatan khususnya perawat dalam memberikan asuhan keperawatan nyeri akut dengan terapi *infused water* mentimun pada lansia dengan hipertensi.
- b. Hasil Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat menambah dan mengembangkan pengetahuan bagi mahasiswa jurusan keperawatan mengenai asuhan keperawatan nyeri akut dengan terapi *infused water* mentimun pada lansia hipertensi.
- c. Hasil Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat digunakan sebagai gambaran untuk penelitian lebih lanjut yang terkait dengan asuhan keperawatan nyeri akut dengan *infused water* mentimun pada lansia hipertensi.

2. Manfaat praktis

- a. Hasil Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat memberikan pertimbangan kepada perawat dalam memberikan pelayanan asuhan keperawatan nyeri akut dengan terapi *infused water* pada lansia hipertensi.
- b. Hasil Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap pada lansia hipertensi terkait penggunaan terapi *infused water* mentimun dalam menurunkan keluhan nyeri dan tekanan darah tinggi.
- c. Hasil Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi bagi pihak institusi kesehatan sesuai dengan standar praktik keperawatan dalam memberikan terapi non farmakologi pada lansia hipertensi.