

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 LATAR BELAKANG**

Menurut *World Health Organisation* (WHO), lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan.

Proses penuaan adalah siklus kehidupan yang ditandai dengan tahapan-tahapan menurunnya berbagai fungsi organ tubuh, yang ditandai dengan semakin rentannya tubuh terhadap berbagai serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian misalnya pada sistem kardiovaskuler dan pembuluh darah, pernafasan, pencernaan, endokrin dan lain sebagainya. Hal tersebut disebabkan seiring meningkatnya usia sehingga terjadi perubahan dalam struktur dan fungsi sel, jaringan, serta sistem organ. Perubahan tersebut pada umumnya mengaruh pada kemunduran kesehatan fisik dan psikis yang pada akhirnya akan berpengaruh pada ekonomi dan sosial lansia. Sehingga secara umum akan berpengaruh pada *activity of daily living* (Fatmah, 2010).

Salah satu penyakit tidak menular yang akan menjadi prioritas masalah kesehatan saat ini adalah hipertensi karena perjalanan penyakit hipertensi sangat perlahan dan mungkin penderita penyakit hipertensi tidak menunjukkan gejala selama bertahun-tahun sampai terjadi kerusakan organ yang bermakna (*Silent Killer*) (Prince, 2005). Hasil Riset Kesehatan Dasar (2007) menunjukkan bahwa sebagian besar kasus hipertensi di masyarakat belum terdiagnosis. Hipertensi baru terdeteksi ketika seseorang yang pada awalnya ingin memeriksakan suatu penyakit atau keluhan lain pada tempat pelayanan kesehatan kemudian ditemukan hipertensi karena penyakit ini menunjukkan gejala-gejala awal sebagai deteksi dini pada pasien. Penderita hipertensi kurang atau bahkan belum mendapatkan penatalaksanaan yang tepat dalam mengontrol tekanan darah, maka angka morbiditas dan mortalitas akan semakin meningkat dan masalah kesehatan dalam masyarakat akan semakin sulit untuk diperbaiki (Berek, 2010).

Hipertensi diperkirakan menjadi penyebab kematian sekitar 7,1 juta orang di seluruh dunia atau sekitar 13% dari total kematian. Menurut *Harvard Health Publications* (2009) dan laporan statistik Badan Kesehatan Dunia / WHO (2012) di Amerika sebanyak 54 juta penduduk mengalami prehipertensi dan 74 juta penduduk mengalami hipertensi atau 1 dari 3 orang mengalami hipertensi pada 12 orang dewasa dan diperkirakan setiap 1 dari 6 kematian disebabkan oleh hipertensi.

Hipertensi di negara berkembang mencapai 37% pada tahun 2000 dan diperkirakan mencapai 42% pada tahun 2025. Bila dikalikan dengan penduduk Indonesia yang 200 juta jiwa saja maka setidaknya terdapat 74 juta jiwa yang menderita hipertensi. Di Indonesia tingkat kesadaran masyarakat masih rendah terhadap penyakit hipertensi, sehingga masyarakat yang menyadari dirinya hipertensi juga masih sedikit (Sja'bani, 2008).

Prevalensi hipertensi yang tinggi pada laki-laki usia 25-44 tahun sebesar 95 per 1000 orang, sedangkan perempuan usia 25-44 tahun sebesar 50 per 1000 orang dan menjadi sebaliknya pada usia diatas 60 tahun lebih tinggi perempuan yaitu sebanyak 191 per 1000 orang dan laki-laki 150 per 1000 orang (Litbang Depkes, 2009). Survey Kesehatan Dasar 2013 yang dilakukan Kementerian Kesehatan menunjukkan hasil pengukuran tekanan darah pada umur 18 tahun keatas sebesar 25,8%, sedangkan jumlah penderita hipertensi di Indonesia didapat melalui kuesioner terdiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4% yang didiagnosis tenaga kesehatan atau minum obat sebesar 9,5%. Jadi ada 0,1% yang minum obat sendiri. Responden yang mempunyai tekanan darah normal tetapi sedang minum obat hipertensi sebesar 0,7%. Jadi jumlah penderita hipertensi di Indonesia sebesar 26,5%.

Terapi tawa adalah salah satu cara untuk mencapai kondisi rileks. Tawa merupakan paduan dari peningkatan sistem syaraf simpatik dan juga penurunan kerja sistem syaraf simpatik. Peningkatannya berfungsi untuk memberikan tenaga bagi gerakan pada tubuh, namun kemudian hal ini diikuti juga oleh penurunan sistem syaraf simpatik yang salah satunya disebabkan oleh adanya perubahan kondisi otak yang menjadi rileks dan membantu pada pelebaran pembuluh darah, sehingga rata-rata tawa menyebabkan aliran darah sebesar 20% (Hasan&Hasan, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh Ramdhani, *et al* (2010) tentang terapi tawa untuk menurunkan stres pada hipertensi, melibatkan 40 responden dengan metode *quasi eksperimen pre-post test* terhadap kelompok intervensi dan kelompok kontrol selama intervensi diberikan 2 kali dalam satu minggu pemberian selama 3 minggu menunjukkan hasil penurunan tekanan darah rata-rata 11 poin. Sedangkan dari beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa terapi tawa dapat mengatasi

masalah-masalah yang terkait dengan stres, efikasi diri, dan tekanan darah (Beckman, Regier dan Young, 2007; Chaya *et al.*, 2008). Sementara itu, sebuah makalah yang diterbitkan oleh Journal of the Royal College of General Practitioners di Inggris bulan agustus 1999 menyatakan bahwa secara medis tawa baik bagi orang. "Tawa mempengaruhi semua organ tubuh dan semakin besar tawa, makin baik gunanya bagi tubuh. Saat tawa, tubuh akan mengeluarkan . hormon yang merangsang jantung dan berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami. Perasaan tegang berkurang, kalori-kalori dibakar dan pencernaan meningkat." Jadi tawa dapat mengurangi kegemukan, sebab tawa meningkatkan metabolisme. Saat tawa, proses-proses sirkulasi dan pencernaan meningkat dan seluruh sistem menjadi jauh lebih aktif.

Berdasarkan studi kasus pada Tn.s menegelukkan kepala pusing mersakan mual dan muntah dan mengalami darah tinggi sehingga penulis mengimplementasikan terapi tertawa untuk menurunkan tekanan drah pada lansia dengan hipertensi sebagai solusi pengobatan non farmakologi .

## **1.2 RUMUSAN MASALAH**

Penanganan masalah hipertensi untuk mencegah terjadinya komplikasi dapat melakukan dengan 2 cara yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis. Saat ini terapi farmakologis masih merupakan pilihan utama oleh tenaga kesehatan dalam penanganan hipertensi, tetapi perlu diketahui pengaruh terapifarmakologis (obat-obatan) selain mengurangi gejala dapat memberikan efek samping bagi penderita. Oleh karena itu, dapat disarankan untuk pengembangan pendekatan non farmakologis sebagai terapi pendamping farmakologis pada pasien hipertensi dengan komplikasi dan tanpakomplikasi. Terapi non farmakologis yang akan diberikan pada pasien berupa terapi tertawa. terapi tawa merupakan relaksasi dengan mengatur pernafasan secara dalam dan lambat yang berpengaruh pada aktivitas parasimpatis terhadap pengaturan denyut jantung dan tekanan darah. terapi tawa memberikan efek relaksasi dan aktivasi saraf parasimpatis sehingga secara sinergik dapat bekerja menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti merumuskan pertanyaan masalah penelitian yaitu "Apakah aplikasi terapi tertawa efektif menurunkan tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi di rumah sakit islam sultan agung semarang ?".

### **1.3 Tujuan penelitian**

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi tertawa terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi

2. Tujuan khusus

a. Untuk mengetahui tekanan darah pada lansian dengan hipertensi sebelum dilakukan pre-test terapi tertawa di rumah sakit islam sultan agung semarang .

b. Untuk mengetahui perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi setelah dilakukan post-test terapi tertawa di rumah sakit islam sultan agung semarang .

### **1.4 Manfaat studi kasus**

1. Manfaat untuk Pendidikan dan Perkembangan Ilmu Keperawatan

Terapi tawa dapat digunakan sebagai bagian dari intervensi mandiri keperawatan dan perkembangan ilmu praktis keperawatan khususnya dalam menangani pasien hipertensi, sehingga meningkatkan pengakuan terhadap perawat sebagai profesi mandiri.

2. Manfaat untuk Pasien

Pasien hipertensi primer dapat menjadikan terapi tawa sebagai pola hidupnya untuk mengurangi atau mencegah komplikasi.

3. Manfaat untuk Institusi Kesehatan atau di rumah sakit islam sultan agung

Mengembangkan bentuk pelayanan non farmakologis sebagai salah satu intervensi keperawatan dalam mengatasi masalah hipertensi terutama mencegah komplikasi.