

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) hingga saat ini masih menjadi penyebab utama angka kesakitan (morbiditas) dan kematian (mortalitas) di berbagai negara, salah satunya adalah hipertensi (WHO, 2023). Hipertensi merupakan keadaan ketika tekanan darah berada di atas batas normal, yaitu tekanan darah sistolik ≥ 130 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 80 mmHg (AHA, 2025). Penyakit ini dapat dialami oleh orang dewasa maupun lanjut usia, dengan angka kejadian yang cenderung meningkat seiring bertambahnya umur (Kemenkes RI, 2021). Lansia yang berusia ≥ 60 tahun mengalami berbagai perubahan fisiologis akibat proses penuaan sehingga lebih rentan terhadap penyakit degeneratif, termasuk hipertensi (Mardiati et al., 2025). Hipertensi dikenal sebagai silent killer karena sering berkembang tanpa gejala yang khas, tetapi berisiko menimbulkan komplikasi serius apabila tidak ditangani secara optimal (Pawitra et al., 2024). Kondisi tersebut dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup, terutama pada kelompok lanjut usia.

Secara global, prevalensi hipertensi menunjukkan kecenderungan terus meningkat. *World Health Organization* melaporkan bahwa sekitar 1,4 miliar penduduk dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi pada tahun 2024 (WHO, 2025). Di Indonesia, berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) prevalensi hipertensi masih tergolong tinggi dan meningkat sesuai pertambahan usia. Kelompok lansia menjadi kelompok dengan angka kejadian tertinggi, yaitu mencapai 57,8% pada usia ≥ 65 tahun (SKI, 2023). Selain itu, hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang paling banyak ditemukan pada lansia dibandingkan PTM lainnya (Pangribowo, 2022). Di tingkat provinsi, Jawa Timur menempati urutan ketiga dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak di Indonesia, yaitu sebesar 32,8% (SKI, 2023). Sementara itu, Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto mencatat sebanyak 9.991 kasus hipertensi pada tahun 2024 (Dinas Kesehatan Mojokerto, 2024). Data tersebut menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah

kesehatan masyarakat yang memerlukan upaya penanganan secara berkesinambungan.

Hasil pengamatan di UPT Pesanggrahan PMKS Majapahit Sooko Mojokerto menunjukkan bahwa hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling sering dialami oleh lansia. Sebagian besar penghuni memiliki tekanan darah di atas nilai normal sehingga membutuhkan pemantauan secara berkala. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa pengendalian hipertensi masih menjadi tantangan karena berpotensi menimbulkan komplikasi apabila tidak dikelola dengan baik. Selain itu, kepatuhan lansia dalam menjalani pengobatan dan terapi juga masih menjadi kendala dalam keberhasilan pengendalian hipertensi (Sapitri et al., 2023; Widiarti et al., 2024). Oleh sebab itu, diperlukan penatalaksanaan yang tepat, berkelanjutan, dan sesuai dengan kondisi lansia agar tekanan darah tetap terkontrol.

Hipertensi pada lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya proses penuaan, pola makan, aktivitas fisik, serta kondisi psikologis (WHO, 2023). Bertambahnya usia menyebabkan elastisitas pembuluh darah menurun sehingga tekanan darah cenderung meningkat (Riyada et al., 2023). Selain itu, kebiasaan mengonsumsi makanan yang kurang sehat, rendahnya aktivitas fisik, serta stres yang berlangsung dalam waktu lama turut berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah bertahap (A. P. Sari et al., 2023). Apabila faktor-faktor tersebut tidak dikendalikan, risiko hipertensi akan semakin meningkat sehingga diperlukan upaya pencegahan dan pengelolaan yang dilakukan secara berkesinambungan.

Hipertensi yang tidak terkontrol dalam jangka panjang dapat menyebabkan berbagai komplikasi, seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal (WHO, 2023). Kondisi tersebut terjadi akibat tekanan darah yang terus meningkat sehingga menimbulkan kerusakan pada pembuluh darah serta organ-organ vital (Marhabatsar & Aisyah, 2021). Selain terapi farmakologis, pengendalian hipertensi juga dapat dilakukan melalui pendekatan nonfarmakologis. Salah satu terapi pendamping yang dapat diterapkan adalah pemberian jus mentimun (Sutriyawan et al., 2025). Kandungan kalium, magnesium, serta kadar air yang tinggi pada mentimun berperan dalam menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit sehingga membantu menurunkan tekanan darah (Alfaqih & Kurniati, 2021). Oleh karena itu, jus mentimun dapat dimanfaatkan sebagai terapi komplementer yang sederhana, aman, mudah diperoleh, serta relatif ekonomis dalam membantu mengendalikan tekanan darah pada lansia

Keberhasilan penatalaksanaan hipertensi tidak terlepas dari peran tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif. Perawat berperan sebagai pemberi asuhan, edukator, sekaligus fasilitator dalam membantu pasien mengendalikan tekanan darah (Nurfachriza & Falah, 2025). Penerapan intervensi nonfarmakologis berupa pemberian jus mentimun dapat diintegrasikan ke dalam asuhan keperawatan sebagai terapi pendamping (Asadha, 2021). Selain itu, edukasi mengenai pola hidup sehat perlu diberikan secara berkelanjutan agar lansia mampu meningkatkan kepatuhan terhadap pengelolaan hipertensi (Amellia et al., 2025). Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul "Analisis Asuhan Keperawatan Gerontik pada Pasien Hipertensi Melalui Intervensi Pemberian Jus Mentimun di UPT Pesanggrahan PMKS Majapahit Mojokerto."

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka rumusan masalah dalam karya ilmiah ini adalah: Bagaimana penerapan asuhan keperawatan gerontik pada lansia dengan hipertensi melalui intervensi pemberian jus mentimun di UPT Pesanggrahan PMKS Majapahit Sooko Mojokerto

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Melakukan penerapan asuhan keperawatan gerontik pada lansia dengan hipertensi melalui intervensi pemberian jus mentimun di UPT Pesanggrahan PMKS Majapahit Sooko Mojokerto.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Menganalisis asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi yang digambarkan melalui pendekatan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, intervensi, dan evaluasi.
2. Menganalisis penerapan intervensi pemberian jus mentimun berdasarkan praktik berbasis bukti (*evidence-based practice*) serta mengevaluasi keberhasilan asuhan keperawatan yang diberikan dalam menurunkan tekanan darah pada lansia.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

1. Bagi Peneliti
Menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman dalam penerapan asuhan keperawatan gerontik pada lansia dengan hipertensi, khususnya melalui intervensi nonfarmakologis berupa pemberian jus mentimun
2. Bagi Institusi Pendidikan
Menjadi referensi ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada bidang keperawatan gerontik dan penerapan terapi komplementer pada lansia dengan hipertensi.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Hasil penulisan ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam penerapan intervensi nonfarmakologis sebagai bagian dari pelayanan kesehatan bagi lansia dengan hipertensi.

2. Bagi Perawat

Hasil penulisan ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pemberian asuhan keperawatan gerontik secara komprehensif, termasuk penerapan intervensi komplementer berupa pemberian jus mentimun.

3. Bagi Lansia

Hasil penulisan ini diharapkan dapat membantu lansia dalam menjaga kondisi kesehatannya melalui penerapan intervensi yang sederhana, aman, dan mudah dilakukan.

