**GAMBARAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KADEMANGAN KABUPATEN CIANJUR**

**Nyayu Nina Putri, Intan Meriyani**

Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan PPNI Jawa Barat

Jalan Ahmad IV No. 32

Email: nina,calisanie@gmail.com, intanmeriyani\_cjr15@yahoo.com

**ABSTRAK**

**Latar belakang** : Hipertensi telah menjadi masalah utama dalam kesehatan dunia. Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia, pada tahun 2014, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia sebanyak 18,781 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025 jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa dan hipertensi juga menjadi masalah kesehatan di Indonesia. Prevalensi hipertensi pada penduduk usia >18 tahun mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebanyak 25.8% menjadi 34.1% dari jumlah penduduk Indonesia. (Riskesdas, 2018). Masih jarangnya disedikan waktu khusus untuk kegiatan promosi atau penyuluhan kesehtan di psoyandu lansia sehinnga lansia masih kurang mendapat informasi tentang pentingnya upaya pencegahan penyakit hipertensi dan seringnya masyarakat mengkonsumsi olahan makanan yang kadar garamnya tinggi seperti ikan asin, mengakibatkan banyaknya penderit hipertensi di desa Kedemangan. **Tujuan :** Untuk mengidentifikasi gambaran tekanan darah pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kademangan Desa Kademangan, Kecmatan Cianjur. **Metode :** Deskriptif dengan pendekatan cross sectional, dilakukan pada bualan Februari. **Teknik sampling** : *Accidental sampling.* Pengumpulan data menggunakan lembar observasi pengukuran tekanan darah, stetoskop, dan Sfigmomanometer atau Tensimeter. **Hasil** : Gambaran tekanan darah pada lansia hipertensi hampir seluruh dari responden mengalami hipertensi sedang sebanyak 338 responden atau (96%), sangat sedikit dari responden mengalami hipertensi ringan sebnyak 9 atau (2,6%) dan sangat sedikit dari responden mengalami hipertensi beratsebnayak 5 atau (1,4%) lansia. **Saran** : Untuk lebih meningkatkan pelayanan kesehatan bagi lansia dan membangun posbindu untuk meningkatkan pelayanan khusus untuk lansia dan mengadakan penyuluhan tentang pencegahan penyakit hipertensi.

Kata kunci: Lansia, Prevalensi dan Hipertensi

Dafrat pustaka : 38 (2002-2019)

**Pendahuluan**

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan suatu gangguan pada pembuluh darah sehingga mengakibatkan suplasi oksigen dan nutrisi. Keadaan ini menyebabkan tekanan darah di arteri meningkat dan jantung harus bekerja lebih keras untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Hipertensi merupakan penyakit yang banyak tidak menimbulkan gejala khas sehingga sering tidak terdiagnosis dalam waktu yang lama, batas tekanan darah yang normal adalah 140/90 mmHg (WHO, 2014). Laporan Badan Kesehatan Dunia atau WHO, hipertensi merupakan penyebab nomor 1 kematian di dunia dan akan memperkirakan, jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang membesar. Pada 2025 mendatang, diproyeksikan sekitar 29 persen warga dunia terkena hipertensi. Prosentase penderita hiperetnsi saat ini paling banyak terdapat di negara berkembang. Data global Status *Report on Noncommunicable Diseases* 2012 dari WHO menyebutkan 40% negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sedangkan negara maju hanya 35%. Kawasan Asia Tenggara 36% orang dewasa menderita hipertensi. WHO memperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi akan terjadi pada tahun 2025 terutama di negara berkembang dari sejumlah 639 juta kasus di tahun 2000 menjadi 1,15 milyar di tahun 2025. Prediksi ini didasarkan pada angka penderita hipertensi dan pertambahan penduduk saat ini (WHO, 2014).

Menurut Kemenkes RI 2015, masalah kesehatan pada lanjut usia berawal dari kemunduran sel-sel tubuh, sehingga fungsi dan daya tahan tubuh menurun serta faktor risiko terhadap penyakitpun meningkat. Masalah kesehatan yang sering dialami lanjut usia diantaranya malnutrisi, gangguan keseimbangan dan kebingungan mendadak. Selain itu, beberapa penyakit yang sering terjadi pada lanjut usia antara lain hipertensi, gangguan pendengaran, gangguan penglihatan dan osteoporosis.

Lebih dari separuh populasi lansia mempunyai tekanan darah yang lebih dari normal. Tekanan darah yang lebih dari normal akan mudah mengalami risiko penyakit kardiovaskuler. Kenaikan darah pada orang tua dipandang sebagai konsekuensi dari proses penuaan (Santoso, 2010). Hipertensi telah menjadi masalah utama dalam kesehatan dunia. Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia, pada tahun 2014, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia sebanyak 18,781 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025 jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa dan hipertensi juga menjadi masalah kesehatan di Indonesia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Putu Shinta (2012), tentang prevalensi dan gambaran factor risiko hipertensi pada usia dewasa di Wiliayah Kerja Puskesmas Tabanan II. Didapatkan hasil penelitian bahwa prevalensi pada penduduk usia dwasa di wilayah kerja Puskesmas Tabanan II pada bulan Mei 2012 sebesar 38,5%. Kejadian hipertensi lebih cenderung dialami oleh laki-laki (39,7%), kelompok usia ≥ 60 tahun (54,5%),kurang aktivitas fisik (47,7%), dan kegemukan (42,9%).Mengingat tingginya prevalensi hipertensi pada kelompok dengan aktivitas fisik rendah dan kegemukan, perlu dilakukan intervensi misalnya senam dan promosi kesehatan pada kelompok sasaran berusia 40 tahun keatas.

Puskesmas Kademangan terletak di Desa Kademangan dengan wilayah kerja meliputi 5 desa diantaranya Kademangan, Sukamanah, Bobojong, Cikidangbayabang, dan Mekarjaya. Sebagian besar masyarakatnya bekerja sebagai petani. Pelayann kesehtan seperti posyandu lansia masih sangat memerhatinkan. Jumlah tenaga kader sangat terbatas, tidak tersedianya bangunan khusus untuk kegiatan posyandu, belum lagi, posyandu lansia yang dilakukan bersamaan di posyandu balita karena ketrbatsan tenaga dan fasilitas sehingga memperngaruhi minat dan keinginan lansia untuk memeriksakan kesehatannya terutama tekanan darahn, masih jarangnya disediakan..

**Metode**

Jenis penelitian yang digunakan adalah *deskriptif* . Penelitian ini dilakukan pada bulan 1-17 Februari 2020. Lokasi penelitian ini akan dilakukan di Puskesmas Kademangan Kabupaten Cianjur. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia dengan hipertensi yang di Wilayah kerja Puskesmas Kademangan. Teknik dalam menentukan sampel dalam penelitian ini dengan teknik accidental sampling dimana penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu responden yang secara kebetulan/bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang kebetulan ditemukan itu cocok sebagai sumber data. Dari 352 responden dibagi menjadi 5 yaitu Desa Kedemangan berjumlah 130 responden, desa sukamanah berjumlah 60, desa bobojong berjumlah 60, desa cikedang berjumlah 65 dan di desa leuwikoja berjumlah 37.

Instrumen penelitian alat yang digunakan untuk pengumpulan data lembar observasi pengukuran tekanan darah., yang berisi nama, jenis kelamin, usia, pekerjaan dan tekanan darah lansia, stetoskop, sfigmomanometer atau tensimeter.

**Hasil**

**Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Jenis Kelamin**  | **Frekuensi**  | **Persentase (%)** |
| Laki – Laki | 34 | 9,7 |
| Perempuan  | 318 | 90,3 |
| TOTAL | 352 | 100 |
| **Pekerjaan** |  |  |
| Ibu Rumah Tangga | 279 | 79,3 |
| Buruh | 39 | 11,1 |
| Petani | 26 | 7,4 |
| Wiraswasta | 8 | 2,3 |
| Total | 352 | 100 |
| **Umur**  |  |  |
| Lansia Awal (46-55 tahun) | 166 | 47,2 |
| Lansia Akhir (56-65 tahun) | 171 | 48,6 |
| Manula (>65 tahun) | 15 | 4,3 |
| Total  | 100 | 100 |

Sumber : Depkes RI, 2012

Berdasarkan tabel 4.1 jenis kelamin hampir seluiruh responden berjenis kelamin perempuan dengan 318 orang atau (90,3%) dan sangat sedikit responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 34 orang lansia atau (9,7%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga dengan 279 lansia atau (79,3%) dan berdasarkan umur, sebagaian responden berada pada usia lansia akhir dengan 171 orang atau (48,6%), diikuti lansia awal (47,2%) dan manula (4,3%).

Berdasarkan tabel 4.1 jenis kelamin hampir seluiruh responden berjenis kelamin perempuan dengan 318 orang atau (90,3%) dan sangat sedikit responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 34 orang lansia atau (9,7%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga dengan 279 lansia atau (79,3%) dan berdasarkan umur, sebagaian responden berada pada usia lansia akhir dengan 171 orang atau (48,6%), diikuti lansia awal (47,2%) dan manula (4,3%).

**Tabel 4.2**

**Gambaran Tekanan darah Responden**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tekanan Darah**  | **Frekuensi**  | **Persentase (%)** |  |
| 1. Hipertensi Ringan **(130-139 / 80-89 mmHg)**
 | 9 | 2,6 |  |
| 1. Hipertensi Sedang **(140-179/ 90-119 mmHg)**
 | 338 | 96 |  |
| 1. Hipertensi Berat **(>180 / >120 mmHg)**
 | 5 | 1,4 |  |
| 1. Hipertensi Sedang **(140-179/ 90-119 mmHg)**
 | 338 | 96 |
| 1. Hipertensi Berat **(>180 / >120 mmHg)**
 | 5 | 1,4 |
| Total | 352 | 100 |

 Sumber: AHA, 2017

Tabel 4.2 Dari hasil penelitian didapatkan bahwa tekanan darah pada lansia hipertensi hamper seluruh dari responden mengalami hipertensi sedang sebanyak 338 responden atau (96%), sangat sedikit dari responden mengalami hipertensi ringan sebnyak 9 atau (2,6%) dan sangat sedikit dari responden mengalami hipertensi beratsebnayak 5 atau (1,4%) lansia.

**Pembahasan**

**Karakteristik Responden**

Subjek pada penelitian ini adalah 352 orang penderita hipertensi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kademangan. Karakteristik umum responden pada penelitian ini dapat dilihat pada table 4.1. Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa jenis kelamin hampir seluiruh responden berjenis kelamin perempuan dengan 318 orang atau (90,3%) dan sangat sedikit responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 34 orang lansia atau (9,7%). Hal ini sesuai dengan penelitian yang menemukan bahwa jumlah penderita hipertensi perempuan lebih banyak dari pada laki-laki. Ini dikarenakan perempuan mengalami menopause, yang pada kondisi ersebut terjadi perubahan hormonal, yaitu terjadi penurunan perbandingan estrogen dan androgen yang menyebabkan peningkatan pelepasan renin, sehingga dapat memicu peningkatan tekanan darah. (Annindiya,2012).

Dari kelompok usia responden didapatkan responden sebagaian responden berada pada usia lansia akhir dengan 171 orang atau (48,6%), diikuti lansia awal (47,2%) dan manula (4,3%). Menurut Novian (2013) Semakin tua usia, kejadian tekanan darah tinggi (hipertensi) semakin tinggi. Hal ini dikarenakan pada usia tua terjadi perubahan struktural dan fungsional pada sistem pembuluh darah perifer yang bertanggung jawab pada perubahan tekanan darah yang terjadi pada usia lanjut.

Dari jenis pekerjaan responden didapatkan, sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga dengan 279 lansia atau (79,3%). Kurangnya aktivitas fisik (olah raga) Hal ini terjadi karena kurangnya efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi, meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer (Smeltzer, 2012).

Menurut Notoatmodjo (2005) yang menyatakan ada beberapa aspek sosial yang mempengaruhi status kesehatan seseorang, antara lain adalah: umur, jenis kelamin, pekerjaan dan sosial ekonomi,. Artinya keempat aspek sosial tersebut dapat mempengaruhi status kesehatan responden salah satunya adalah penyakit hipertensi

**Gambaran pravalensi Hipertensi pada lansia**

Berdasarkan hasil penelitian ini, didapatkan bahwa gambaran hipertensi pada lansia hampir seluruh dari responden mengalami hipertensi sedang sebanyak 338 responden atau (96%), sangat sedikit dari responden mengalami hipertensi ringan sebnyak 9 atau (2,6%) dan sangat sedikit dari responden mengalami hipertensi beratsebnayak 5 atau (1,4%) lansia.

Menurut Novian (2013) Semakin tua usia, kejadian tekanan darah tinggi (hipertensi) semakin tinggi. Hal ini dikarenakan pada usia tua terjadi perubahan struktural dan fungsional pada sistem pembuluh darah perifer yang bertanggung jawab pada perubahan tekanan darah yang terjadi pada usia lanjut.

Hipertensi bisa terjadi pada semua usia, tetapi semakin bertambah usia seseorang maka resiko terkena hipertensi semakin meningkat. Penyebab hipertensi pada orang dengan lanjut usia adalah terjadinya perubahan – perubahan pada , elastisitas dinding aorta menurun, katub jantung menebal dan menjadi kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun 1% setiap tahun sesudah berumur 20 tahun kemampuan jantung memompa darah menurun menyebabkan menurunnya kontraksi dan volumenya, kehilangan elastisitas pembuluh darah. Hal ini terjadi karena kurangnya efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi, meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer (Smeltzer, 2012).

**Daftar Pustaka**

Arikunto, Suharsini. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.

Dahlan, Sopiyudin. 2010. *Besar Sampel dan cara pengambilan sampel*. Jakarta : Salemba Medika.

Douma S, Triantafyllou A 2009, Prevalence awarences trathment and control of hypertension in an selderly population in Greece The International Journal Of Rural.

Depkes RI, 2009. istem Kesehatan nasional. Jakarta.

M. Dody. 2017. Jurnal Pengaruh Senam Lansia terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur jambi.

Grace & Munawir. 2016. Jurnal Pengaruh Senam Lansia terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Pederita Hipertensi Di Puskesmas Wara Palopo.

Hidayat. 2010. Metode penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif. Surabaya: Health Book Publising

Irianto, K. 2014. Memahami Berbagai macam penyakit. Bandung: Alfabet

Kementrian Kesehtan RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia 2013*. Jakarta : Kemenkes RI

Kementrian Kesehtan RI. 2015. *Info Data Pembinaan Kesehatan Olahraga Indonesia*. Jakarta : Kemenkes RI

Kementrian Kesehtan RI. 2015. *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). Jakarta: Badan Litbang Kemenkes RI*

Marssy, Rad. 2007. *Manfaat Olahraga untuk Kesehatan Pembuluh Darah*. http://tutorial-kesehatan.co.id/manfaat-olahraga-untuk-kesehatan-pembuluh-darah.html, diakses 11 Oktober 2019.

Maryam, R. Siti. Dkk., 2008, *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya,* edisi 1., Salemba Medika, Jakarta

Notoatmodjo, Soekidjo. 2010, *Metodologi penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Novian A, 2013. Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi. Jurnal keehatan masyarakat Volume 1, Nomor 9.

Syahrani., 2017, *Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Pada Lansia Dengan Hipertensi,* Skripsi, Falkutas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Hidayatullah, Jakarta, h.25

Soni, R.K et al, 2013, Health Realated Quality of Life in Hypertension Chronic Kidney disease and Coexixtent Chronic Condition.

Tanto, Cris, Arifputra, Andy, Anindita, Tiara. 2014. “Stroke” dalam Kapita Selekta Kedokteran Essentials Of Meidicine. Edisi IV. Jakarta Pusat: Penerbit Media Aesculapius

Tilong, A. 2014. *Waspada penyakit-penyakit mematikan tanpa gejala menyolok*. Yogyakarta : buku biru

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)., 2013, Kementrian Kesehatan RI, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI, Jakarta.

Riskedas.2013.http://www.litbang.depkes.go.id/sites/download/rkd2013/Laporan\_Ri skesdas2013.PDF di akses tanggal 23 September 2019

Reka Medik PUSKESMAS Kademangan. 2019

Santoso, Djoko. 2010. Membonsai Hipertensi. Surabaya : Jaring Pena

Smeltzer, S. & Bare, B.G . 2008. *Textbook of Medical Surgical Nursing*, 9th, Philadelphia, Lippincot

Smeltzel, Suzanne, C. 2007. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth*. Jakarta : EGC

Smeltzel, Suzanne, C. 2002. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth*. Vol 2. Jakarta : EGC

Stanley, M. & Beare, P. G. 2012. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Jakarta: EGC

Sumitarsih. 2010. Kebugaran Jasmani Untuk Lansia Olahraga, 147-160.

Suroto. 2004. Buku Pegangan Kuliah Pengertian Senam, Manfaat senam dan Urutan Gerak. Semarang : Unit Pelaksana Teknis Mata Kuliah Umum Olahraga Undip.

Suroto. 2004. Senam Kesehatan Yogyakarta : Muha Medika.

Sugiyono. 2008. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta

Suratun, dkk. 2008. *Klien Gangguan Sistem Muskuloskeletal : Seri Asuhan Keperawatan.* Jakarta : EGC

Udjianti, Wajan. Juni. 2010. Keperawatan Kardiovaskuler. Jakarta : Salemba Medika

Widianti & Atikah Proverawati. 2010. *Senam kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika

Widyanto, F. C dan Triwibowo,C. 2013. *Trend disease Trend Penyakit Saat ini*, Jakarta: Trans info Media

*World Health Oeganization* (WHO). 2014. “Q&As on hypertension”. <http://www.who.int/features/qa/82/en/>. Diakses pada tanggal 5 September 2019

*World Health Oeganization* (WHO). 2014. Data Hipertensi Global. Asia Tenggara: WHO