

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia atau lanjut usia sebagian besar merujuk pada individu yang berusia 60 tahun keatas. Seiring dengan bertambahnya usia, individu mengalami beberapa perubahan fisiologis, anatomis, dan biokimia pada tubuh. Lansia merupakan tahap yang ditandai oleh awal terjadinya kelemahan fisik pada tubuh, rentan terhadap berbagai penyakit, lingkungan yang tidak stabil atau sering berubah-ubah, berkurangnya mobilitas serta kehilangan ketangkasan (Arfiani,Camelia & Astriana, 2023) .

Lansia sering kali mengalami penurunan berbagai fungsi organ secara fisiologis akibat proses penuaan, sehingga rentan terhadap berbagai penyakit seperti osteoporosis, jantung, diabetes mellitus, hipertensi, dan rematik (Mubarroh, Susanto and Mustar, 2021). Masalah kesehatan akibat proses penuaan merupakan salah satu persoalan yang sangat mendasar yang sering dijumpai pada lansia. Menurut survei yang dilakukan oleh perhimpunan Gerontologi Medik Indonesia (PERGEMI) tentang kondisi kesehatan dan kesejahteraan lansia di Indonesia pada Mei tahun 2022, hampir 25% riwayat penyakit kronis banyak ditemukan pada penduduk lansia di Indonesia, dan hipertensi menjadi penyakit dengan presentase tertinggi sebesar 37,8% (PERGEMI, 2022).

Menurut WHO (2022), hipertensi merupakan salah satu isu kesehatan global dengan prevalensi sebesar 22% dari total penduduk dunia, sementara di Indonesia berdasarkan riskesdas 2018 menunjukkan hasil prevelensi pengukuran tekanan darah, hipertensi sebesar 34,1% (RISKESDAS, 2018). Prevalensi penderita hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) diatas 30%, kondisi ini menyebabkan hipertensi menjadikan salah satu masalah kesehatan yang menonjol di DIY (Alfana *et al*, 2023). DIY menjadi provinsi dengan prevalensi hipertensi diatas nilai nasional Berdasarkan data dari 11 provinsi di Indonesia, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menempati urutan ke-4 dengan prevalensi hipertensi tertinggi (Dinkes D.I. Yogyakarta, 2023).

Hipertensi adalah kondisi medis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah yang masuk ke arteri secara abnormal. Kondisi ini sering kali tidak menunjukkan gejala pada awalnya. Menurut definisi, , hipertensi terjadi ketika tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Kondisi ini adalah salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular seperti stroke, serangan jantung, dan gagal jantung. Hipertensi dikenal sebagai istilah “*The Silent Killer*” karena sering sekali tidak menimbulkan gejala dan umumnya baru terderdeteksi setelah penderita mengalami komplikasi (Kemenkes RI, 2023). Komplikasi yang disebabkan oleh hipertensi dapat dicegah dengan berbagai upaya, seperti dilakukannya pencegahan komplikasi dengan dilakukannya penatalaksanaan hipertensi. Upaya

penatalaksanaan hipertensi dilakukan melalui dua metode utama, yaitu farmakologi dan nonfarmakologi (Utomo, *et al.* 2025).

Terapi nonfarmakologi yang terbukti berperan dalam menurunkan tekanan darah adalah terapi rebusan daun alpukat. Terapi ini memanfaatkan kandungan *flavonoid*, *saponin*, dan *alkonoid* yang berperan sebagai antioksidan serta memiliki efek diuretik sehingga dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Indrawati Nopriyanti & Oktari, 2023). Selain itu, daun alpukat juga mengandung *tanin* yang berperan sebagai antioksidan pendukung dalam menjaga elastisitas pembuluh darah dan mendukung pengelolaan hipertensi secara non-farmakologis (Wijaya & Simaibang, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Indrawati, Nopriyati & Oktari (2023), dengan judul “Pengaruh Pemberian Rebusan Daun alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Desa Naumbai” menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun alpukat terbukti berpengaruh signifikan dalam menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Hasil penelitian tersebut memperlihatkan adanya penurunan rerata tekanan darah setelah intervensi selama 7 hari, sebelum diberikan terapi rebusan daun alpukat, rerata tekanan darah sistolik responden yaitu 168,53 mmHg dan menurun menjadi 156,73 mmHg setelah diberikan terapi rebusan daun alpukat. Sedangkan rerata tekanan darah diastolik turun dari 95,00 mmHg menjadi 79,67 mmHg.

Dalam konteks pelayanan kesehatan, khususnya keperawatan, penerapan terapi nonfarmakologis seperti rebusan daun alpukat merupakan bagian dari asuhan keperawatan. Perawat memiliki peran penting sebagai edukator, fasilitator, dan konselor dalam pengendalian hipertensi pada lansia. Perawat dapat membantu klien mengendalikan tekanan darah, meningkatkan kualitas hidup, dan mengurangi risiko komplikasi (Ayaturahmi, Rifa'atuk & Rian, 2022).

Hasil studi pendahuluan di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II menunjukkan bahwa diperoleh data lansia yang berusia 60-69 tahun dengan angka hipertensi berdasarkan data kunjungan bulan Januari hingga Desember 2024 mencapai 688 kasus dengan penderita laki-laki 237 orang (34,45%), perempuan 451 orang (65,55%). Sedangkan data kunjungan pada bulan Januari hingga November 2025 mencapai 752 kasus dengan penderita laki-laki 252 orang (33,51%), perempuan 500 orang (66,49%). Hal ini menunjukkan bahwa di tahun 2025 mengalami peningkatan kasus pada penderita hipertensi pada lansia. Puskesmas Gamping II memberikan pelayanan dan konseling kesehatan mengenai hipertensi melalui program PROLANIS (Program Pelayanan Penyakit Kronis) yang dilaksanakan satu bulan sekali, Program PROLANIS ini mencakup skrining, senam bugar, dan pelatihan kader untuk merawat lansia.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang “ Penerapan Terapi Rebusan Daun Alpukat Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Penerapan Terapi Rebusan Daun Alpukat Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi ?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diketuinya penerapan terapi rebusan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu menerapkan terapi rebusan daun alpukat pada pasien hipertensi menggunakan pendekatan proses keperawatan mulai dari pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi, evaluasi, dan dokumentasi pada pasien lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II.
- b. Mengetahui respons penerapan terapi rebusan daun alpukat terhadap tekanan darah pada dua lansia hipertensi.
- c. Mengetahui faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan terapi rebusan daun alpukat pada lansia hipertensi.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah studi kasus keperawatan gerontik dengan menerapkan kasus pada dua pasien lansia yang mengalami hipertensi melalui pendekatan proses keperawatan .

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Studi kasus ini dapat di gunakan sebagai bahan dalam pengembangan ilmu keperawatan pada keperawatan gerontik khususnya pada penerapan terapi rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Lansia Hipertensi

Diharapkan dapat memberikan informasi bagi lansia penderita hipertensi dan sebagai terapi non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah dengan menggunakan terapi rebusan daun alpukat.

b. Bagi Perawat

Diharapkan dapat dijadikan sebagai tindakan keperawatan alternatif non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi dengan terapi rebusan daun alpukat.

c. Bagi Institusi Pendidikan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam keperawatan gerontik dengan penerapan terapi rebusan daun alpukat pada lansia dengan hipertensi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menambah pengetahuan penulis selanjutnya dalam melakukan asuhan keperawatan pada lansia hipertensi

dengan menggunakan intervensi penerapan terapi rebusan daun alpukat .

F. Keaslian Penelitian

1. Indrawati, Nopriyati, & Oktari, (2023) berjudul “Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Alpukat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Desa Naumbai”. Menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun alpukat efektif menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Intervensi yang dilakukan berupa rebusan 4 lembar daun alpukat sebanyak 200 cc yang diberikan 1 kali sehari selama 7 hari dapat menurunkan rata-rata tekanan darah sistolik dari 168,53 mmHg menjadi 156,73 mmHg dan tekanan darah diastolik dari 95 mmHg menjadi 79,67 mmHg, dengan hasil yang signifikan secara statistik ($p = 0,00$). Persamaan penelitian ini sama-sama menggunakan rebusan daun alpukat sebagai terapi nonfarmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Perbedaannya terletak pada metode yang digunakan yaitu *pre- eksperimen, one group pretest- post test*, jumlah sampel 15 lansia, menggunakan 4 lembar daun alpukat dan diberikan 1 kali sehari sebanyak 200 cc selama 7 hari.
2. Wijaya & Simaibang. (2024) berjudul “Pemberian Terapi Komplementer Rebusan Daun Alpukat terhadap Penurunan Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Pembantu Desa Bumi Pratama Mandira”. Penelitian ini menunjukkan bahwa rebusan daun alpukat efektif

menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum intervensi sebesar 143,90 mmHg dan sesudah intervensi menjadi 132,00 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum intervensi sebesar 92,20 mmHg dan sesudah intervensi menjadi 82,33 mmHg. Persamaan penelitian ini Sama- sama menggunakan terapi non- farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Perbedaannya terletak pada metode yang digunakan yaitu Quasi Intervensi atau Pengabdian Masyarakat dengan durasi 15 menit setiap sesi kegiatan, dan jumlah sampel 30 lansia. Penelitian ini tidak menjelaskan secara rinci jumlah daun alpukat, volume air, maupun durasi hari intervensi.

3. Astuti, Depeda, dan Sari (2022) berjudul “Pengaruh pemberian rebusan daun alpukat untuk penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Buaran Mangga Kecamatan Pakuhaji”. Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun alpukat menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi, dengan tekanan darah sistolik dari 147,25 menjadi 139,25 mmHg, serta tekanan darah diastolik dari 99,75 menjadi 94,75. Persamaan penelitian ini sama- sama menggunakan terapi non- farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Perbedaannya penelitian ini terletak pada metode yang digunakan yaitu metode *Mixed method* (quasi eksperimen ,wawancara), jumlah sampel 20 responden lansia, penelitian ini menambahkan data kualitatif berupa pengalaman

subjektif responden, namun tidak menjelaskan dosis dan volume rebusan secara spesifik