

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Lansia merupakan seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih yang rentan mengalami penurunan fungsi seperti perubahan pada sistem muskulo skelet, sistem skeletal, sistem muscular, sendi serta rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif salah satunya Hipertensi. Penyakit degenerative lansia adalah penyakit yang ditandai dengan penurunan fungsi atau kerusakan struktur tubuh secara bertahap yang mana umumnya terjadi pada masa tua, salah satu penyakit degeneratif adalah hipertensi (Ariyanti, Preharsini, dan Sipolio 2020) .

World Health Organization (WHO) memperkirakan prevalensi hipertensi lansia mencapai 33% pada tahun 2023 dan dua pertiga diantaranya berada di negara miskin dan berkembang (WHO 2023). Angka kejadian hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang tinggi di bidang kesehatan. masih menjadi penyebab kematian nomor 3 di Indonesia (Ardiansyah dan Widowati 2024). Data proyeksi penduduk kabupaten/kota Provinsi Jawa Tengah 2020-2035 sebanyak 25039 jiwa, kelompok umur 60-64 terdapat 8539 jiwa, kelompok umur 65-69 terdapat 6845 jiwa, kelompok umur 70-74 jiwa sebanyak 4832 jiwa dan kelompok umur diatas 75 sebanyak 4824 jiwa (Pokhrel 2024) .

Berdasarkan data rekam medis pada periode Januari-April 2025, tercatat 204 kunjungan lansia, Dimana 154 diantaranya terdiagnosa hipertensi, prevelensi hipertensi di kalangan lansia mencapai 75,49%. Angka ini tergolong tinggi dan menunjukkan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan yang signifikan di wilayah Puskesmas Tegal Timur. Kondisi ini memperlihatkan perlunya intervensi, edukasi serta pendekatan promotive yang lebih intensif dalam menangani hipertensi pada lansia.

Hipertensi berjalan dengan perlahan dan mungkin tidak dirasakan sampai menimbulkan kerusakan organ. Pasien hipertensi sebagian besar datang ke fasilitas kesehatan ketika terjadi komplikasi. Keterlambatan pengobatan

tersebut muncul akibat kurangnya akses masyarakat terhadap layanan kesehatan, terutama pada lansia yang mengakibatkan penderita hipertensi tidak memiliki kontrol atas kondisinya hingga menimbulkan ansietas (Ariyanti, Preharsini, dan Sipolio 2020) .

Ansietas adalah perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan menghadapi ancaman (Lidiana, Hartutik, dan Mustikasari 2022) .

Ansietas yang terjadi pada lansia dengan hipertensi akan menyebabkan aktivasi system saraf otonom (simpatis maupun parasimpatis) yang akan berperan dalam menggerakkan sinyal saraf aferen dan eferen memperantarai hubungan antara otak dan saluran cerna. Sistem simpatis akan memberikan pengaruh penghambatan pada usus, mengurangi fungsi dan sekresi motorik usus melalui pelepasan neurotransmitter seperti noradrenalin. Sinyal yang masuk dari sistem saraf otonom juga terhubung dengan sistem limbik hipokampus, dan amigdala sehingga menghasilkan adanya gejala fisik nyata pada saluran cerna Ketika terjadi perubahan emosional maupun ansietas (Atmaja dan Rafelia 2022) .

Hipertensi disertai dengan ansietas pada lansia dapat memperberat kondisi lansia. Upaya pemberian tatalaksana hipertensi yang komperhensif diperlukan salah satunya dengan aroma terapi. Penelitian yang dilakukan oleh Eni kusianti menjelaskan bahwa pemberian aroma terapi menggunakan lavender dapat menurunkan rata-rata tekanan darah (Kusyati, Santi, dan Hapsari 2021) .

Aromaterapi adalah teknik pengobatan yang menggunakan aroma bahan tanaman tertentu, seperti basil, lavender, jasmine, peppermint, ginger, lemon, orange, geranium, dan masih banyak lagi. Aroma wangi dari aroma terapi, salah satunya lavender bermanfaat untuk mengurangi stress dan kesulitan tidur (Taukhit 2019). Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang diketahui memiliki efek sedatif, hipnotik, dan anti neurodepresi. Kandungan utama minyak lavender adalah linalool asetat, yang memiliki kemampuan untuk merelaksasi dan meredakan otot dan saraf yang tegang. Linalool juga memiliki

efek hipnotik yang membuat orang tertidur. Aromaterapi lavender adalah metode perawatan tubuh atau penyembuhan penyakit dengan menggunakan minyak esensial dan akan mempengaruhi tubuh secara fisik serta emosional. Proses ini akan dapat menurunkan tekanan darah, frekuensi jantung, tinggi, nyeri sendi, stres, dan gangguan tidur (insomnia), dengan meningkatkan produksi hormon melatonin dan serotonin (Gultom, Ginting, dan Silalahi 2016).

Aroma lavender dapat digunakan dengan berbagai cara, salah satunya adalah melalui terapi yang memanfaatkan minyak esensial atau minyak aromatik yang bekerja pada indra penciuman manusia. Kandungan zat dalam aromaterapi lavender berfungsi untuk merangsang sel-sel saraf penciuman dan memengaruhi sistem limbik sehingga menghasilkan perasaan relaksasi dan memengaruhi tekanan darah. Pemberian aromaterapi lavender selama 10 menit mampu menstimulasi sistem limbik, memberikan efek relaksasi yang membuat jantung tidak perlu bekerja lebih keras untuk memompa darah, sehingga tekanan darah dapat menurun, mirip dengan karakteristik aroma lavender itu sendiri. Selain itu, efek positif lainnya dari aromaterapi adalah aroma yang segar dan harum dapat merangsang indra dan memengaruhi organ tubuh, memberikan dampak yang signifikan terhadap emosi. Aromaterapi dapat dilakukan dengan berbagai metode, seperti inhalasi, pijat, difusi, kompres atau perendaman. Inhalasi minyak esensial menjadi lebih efektif ketika menggunakan uap minyak yang dicampurkan dengan air atau menghirup dari kain yang telah direndam minyak esensial. Metode inhalasi ini lebih cepat, nyaman dan aman serta dapat menggunakan alat seperti *vaporizer* atau *diffuser*. Salah satu keuntungan dari aromaterapi melalui inhalasi dibandingkan dengan obat oral adalah tidak memengaruhi saluran pencernaan, terutama ketika targetnya adalah saluran pernapasan atau paru-paru. Komponen kimia dalam aroma tersebut akan masuk ke bulbus olfactory dan kemudian menuju pusat emosional di otak, yaitu sistem limbik, untuk menghasilkan endorfin dan enkephalin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit serta serotonin yang dapat memperbaiki suasana hati (Pratiwi dan Subarnas 2020) .

Berdasarkan data di atas, maka penting untuk dilakukan suatu upaya mengatasi ansietas pada lansia dengan hipertensi sebagai upaya pencegahan

terhadap komplikasi berupa serangan jantung, stroke hingga gagal ginjal pada lansia. Maka, penulis bermaksud untuk mengangkat topik tersebut menjadi karya tulis ilmiah dengan judul "Implementasi inhalasi esensial *oil lavender* pada lansia Ny. U dengan Hipertensi disertai Ansietas di Puskesmas Tegal Timur".

1.2 Rumusan masalah

Bagaimana penerapan implementasi keperawatan berbasis bukti melalui pemberian aroma terapi esensial *oil lavender* pada lansia hipertensi dengan ansietas?

1.3 Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi penerapan aroma terapi esensial *oil lavender* pada Ny. U dengan Hipeartensi Disertai Ansietas.

2. Tujuan khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian pada lansia Ny. U dengan Hipeartensi Disertai Ansietas.
- b. Mampu menegakan diagnosa keperawatan pada lansia Ny. U dengan Hipeartensi Disertai Ansietas.
- c. Mampu menyusun rencana asuhan keperawatan pada lansia Ny. U dengan Hipeartensi Disertai Ansietas
- d. Mampu melaksanakan Tindakan keperawatan berbasis bukti melalui pemberian inhalasi esensial *oil lavender* asuhan keperawatan pada lansia Ny. U dengan Hipeartensi Disertai Ansietas
- e. Mampu mengevaluasi asuhan keperawatan pada lansia Ny. U dengan Hipeartensi Disertai Ansietas.

1.4 Manfaat Penulisan

a. Manfaat Bagi Subjek

Memberikan informasi tentang manfaat pemberian implementasi inhalasi aroma terapi esensial oil lavender sebagai salah satu upaya mengatasi kecemasan hipertensi pada lansia selain menggunakan obat.

b. Manfaat Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai tambahan informasi Tindakan mandiri perawat dalam rangka perbaikan pelayanan Kesehatan terkait “Implementasi inhalasi esensial oil lavender pada lansia Ny. U dengan Hipeartensi Disertai Ansietas”.

c. Manfaat Bagi Tempat Studi Kasus

Memberikan masukan untuk menambah pengetahuan khususnya tentang penerapan Implementasi inhalasi esensial oil lavender pada lansia Ny. U dengan Hipeartensi Disertai Ansietas di Puskesmas Tegal Timur.