

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang ilmu kesehatan memberikan dampak positif dalam meningkatkan Usia Harapan Hidup (UHH). Peningkatan UHH mengakibatkan jumlah penduduk yang berusia lanjut cenderung meningkat dan bertambah lebih cepat. Lansia merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis (Efendi & Makhfudli, 2020).

Tahun 2019 jumlah penduduk lansia sebesar 9,7% dari total jumlah penduduk atau sekitar 25,9 juta orang. Tahun 2035 jumlahnya diprediksikan sebesar 48 juta (15,77%) atau hampir tiga kali lipat dibanding pada tahun 2010. Jumlah lansia Indonesia diproyeksikan akan meningkat menjadi 27,5 juta atau 10,3%, dan 57,0 juta jiwa atau 17,9% pada tahun 2045 (BPS Jateng, 2019). Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis dengan angka prevalensi yang sangat tinggi pada lansia. Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Riskedas, 2018).

Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, dengan *Proportional Mortality Rate* (PMR) mencapai 6,7 % dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Provinsi Jawa Tengah merupakan provinsi tertinggi di seluruh Indonesia yang memiliki kejadian hipertensi sebesar 13.4% (Kemenkes, 2019). Pada tahun 2021 Jawa Tengah memiliki angka hipertensi sebanyak 8.700.512 jiwa (Profil Kesehatan Jateng, 2021). Jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Wonogiri per tahun 2020 sebanyak 407,33 jiwa, per tahun 2021 sebanyak 393,96 jiwa, dan pada tahun 2022 penderita hipertensi di Kabupaten Wonogiri mengalami kenaikan yaitu sebanyak 399.129,00 jiwa. (DINKES Kab. Wonogiri. 2022). Bulan mei-juni

2023 terdapat sebanyak 222 kasus hipertensi di RSUD dr Soediran MS Wonogiri. (RM RSUD dr SM Wonogiri, 2023)

Hipertensi sering di sertai dengan gejala somatis, kualitas hidup yang rendah dan gangguan peran selain itu hipertensi rentan terhadap masalah-masalah psikososial salah satunya adalah depresi. Depresi pada lansia berasal dari kondisi fisik, psikologis dan sosial yang saling berinteraksi secara merugikan dan memperburuk kualitas hidup dan produktifitas kerja pada lansia. Penurunan kondisi fisik pada lansia akan membawa kondisi fisik yang rawan terhadap berbagai macam penyakit, kemudian akan mengadirkan berbagai macam gangguan fungsional dan penyakit pada lansia tidak hanya akan berpengaruh pada kondisi fisik namun juga akan berpengaruh pada kondisi psikisnya. Faktor psikologis yang ditandai dengan adanya konflik yang tidak terselesaikan (cemas, rasa bersalah), kemunduran daya ingat serta adanya gangguan kepribadian. Faktor sosial yang berpengaruh adalah kurangnya interaksi sosial (isolasi sosial) dan kesepian yang dialami lansia (Yani & Febiansyah, 2018).

Menurut *World Health Organization* (WHO), Data dari *World Population Prospects* tahun 2015 sebanyak 901 juta orang berusia 60 tahun atau lebih. Pada tahun 2030 akan terus mengalami peningkatan menjadi 1,4 milyar (*United Nation* 2015 dalam Saraisang dkk, 2018). Depresi pada lansia mengalami peningkatan yakni pada tahun 2018 penduduk lansia mencapai 350 juta jiwa dan yang mengalami depresi sekitar 20%. Sedangkan pada 2 tahun 2019 jumlah penduduk dunia hanya sekitar 250 juta jiwa dan yang mengalami depresi sekitar 19%. Prevalensi depresi pada lansia didunia dengan usia rata-rata 60 tahun serta diperkirakan terdapat 500 juta jiwa.

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa terdapat 100 juta kasus depresi setiap tahunnya. Dari jumlah itu 5,8% dari jumlah total laki-laki di dunia mengalami depresi dan proporsi wanita depresi di dunia adalah 9,5% dari jumlah total wanita di dunia (Livana, 2018). Prevalensi lansia dengan hipertensi yang mengalami depresi di dunia dengan usia rata-rata 60 tahun diperkirakan 500 juta jiwa. Prevalensi lansia berusia 55-64 tahun yang mengalami depresi sebesar 15,9%, lansia usia 65-74 tahun sebesar 23,2%, dan lansia usia diatas 75 tahun sebesar 33,7%. Di Indonesia prevalensi penderita depresi pada tahun 2021 sekitar 33,7 juta jiwa (11,8%). Data prevalensi

depresi pada lansia di Indonesia cukup tinggi yaitu sebanyak 76,3% (Risksedes, 2018).

Menurut dari deskripsi prevalensi diatas penulis membuat Karya Tulis Ilmiah ini guna mengetahui bagaimana penerapan terapi *Reminiscence* dan relaksasi otot progresif pada depresi lansia dengan hipertensi di RSUD dr Soediran Mangun Sumarso Wonogiri.

B. RUMUSAN MASALAH

Bagaimana penerapan dari Terapi *Reminiscence* dan Relaksasi Otot Progresif pada Depresi Lansia dengan Hipertensi di RSUD dr Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui penerapan dari Terapi *Reminiscence* dan Relaksasi Otot Progresif pada Depresi Lansia dengan Hipertensi di RSUD dr Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri.

2. Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan hasil penerapan Terapi *Reminiscence* pada Depresi Lansia dengan Hipertensi di RSUD dr Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri.
2. Mendeskripsikan hasil penerapan Relaksasi Otot Progresif pada Depresi Lansia dengan Hipertensi di RSUD dr Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri.
3. Mendeskripsikan perkembangan sesudah dan sebelum dilakukan Terapi *Reminiscence* pada Depresi Lansia dengan Hipertensi di RSUD dr Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri.
4. Mendeskripsikan perkembangan sesudah dan sebelum dilakukan Relaksasi Otot Progresif pada Depresi Lansia dengan Hipertensi di RSUD dr Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri.
5. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden.

D. MANFAAT PENELITIAN

Penerapan ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Bagi masyarakat

Sebagai terapi non-farmakologis bagi masyarakat karena mudah diterapkan dan dilakukan mandiri oleh masyarakat.

2. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan
 - a. Dapat digunakan pendahuluan penelitian dalam mengembangkan penelitian selanjutnya tentang Terapi *Reminiscence* dan Relaksasi Otot Progresif pada Depresi Lansia dengan Hipertensi.
 - b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksana penelitian di bidang keperawatan tentang Terapi *Reminiscence* dan Relaksasi Otot Progresif pada Depresi Lansia dengan Hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.
3. Bagi penulis

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan ditatanan pelayanan keperawatan, khususnya tentang Terapi *Reminiscence* dan Relaksasi Otot Progresif pada Depresi Lansia dengan Hipertensi.