

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak diderita oleh masyarakat baik yang tinggal dinegara maju maupun di negara berkembang, hipertensi menjadi faktor kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya, hipertensi sangat berisiko terjadi masalah kesehatan yang lainnya seperti terjadinya penyakit jantung, kerusakan ginjal, dan penyakit berbahaya lainnya. Hasil pengukuran mengikuti kriteria *The Seventh Report of The Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure* (JNC 7) Hipertensi yaitu bila tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. (Riskesdas, 2018).

Data *World Health Organization* (WHO, 2018) menunjukkan bahwa sekitar 26,4% penduduk dunia mengalami hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Sebanyak kurang lebih 60% penderita hipertensi berada di negara berkembang, termasuk Indonesia dan diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan pada setiap tahunnya akan ada 9,4 juta orang yang meninggal dunia akibat hipertensi dan komplikasinya.

Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapati bahwa prevalensi hipertensi mencapai angka 34,11% pada penduduk >18 tahun. Hipertensi bisa menyerang berbagai jenis kelamin baik perempuan maupun laki-laki, jenis kelamin perempuan di Indonesia merupakan golongan jenis kelamin yang memiliki nilai tinggi penderita hipertensi daripada jenis kelamin laki-laki, Prevalensi hipertensi pada golongan jenis kelamin wanita sebesar 36,85% dan prevalensi pada laki-laki sebesar 31,34% (Riskesdas, 2018) di Jawa Barat sendiri penderita hipertensi menempati posisi ke-4 (29,4%) setelah Bangka Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%), dan Kalimantan Timur (29,6%) (Riskesdas,

2013). Sedangkan prevalensi menurut data Riskesdas pada tahun 2018 Jawa Barat menempati posisi ke-2 (39,60%) penderita hipertensi paling banyak setelah Kalimantan Selatan (44,13%) artinya ada peningkatan kasus hipertensi di Jawa Barat setiap tahunnya (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya hipertensi menempati urutan ke-2 setelah Nasofaringitis akut dengan jumlah kasus hipertensi sebanyak 36.466 kasus (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2019). Hipertensi juga meningkat seiring dengan peningkatan kelompok umur, dimana kelompok lansia menempati puncak penderita hipertensi, ini menunjukkan bahwa secara fisiologis semakin tinggi umur seseorang maka semakin berisiko untuk mengidap hipertensi (Riskesdas, 2018).

Menurut *American Heart Association* atau AHA dalam Kemenkes (2018), hipertensi merupakan *silent killer* dimana gejalanya sangat bermacam-macam pada setiap individu dan hampir sama dengan penyakit lain. Gejala-gejala tersebut adalah sakit kepala atau rasa berat ditengok. Vertigo, jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging atau tinnitus dan mimisan. Maka dari itu, para penderita hipertensi harus memeriksa secara berkala kenaikan tekanan darahnya ke fasilitas kesehatan. Dalam hal ini diperlukan kesadaran para pasien hipertensi untuk patuh memeriksakan kesehatannya agar tidak terjadi komplikasi yang dapat memperburuk kesehatan.

Kepatuhan kontrol ke fasilitas pelayanan kesehatan bagi penderita hipertensi masih menjadi permasalahan bersama dalam penanganan kasus hipertensi, berdasarkan data Riskesdas (2018) menjelaskan bahwa di kota Tasikmalaya penderita hipertensi dengan rutin datang ke fasilitas kesehatan untuk mengukur tekanan darah menunjukkan 12,28% sedangkan kelompok kadang kadang memeriksa tekanan darah mereka adalah 53,91% dan terakhir adalah kelompok yang tidak memeriksakan ulang tekanan darah adalah 33,81%, maka berdasarkan data tersebut kepatuhan di kota Tasikmalaya bagi penderita hipertensi masih rendah, sehingga mengakibatkan terhambatnya penanganan hipertensi.

Salah satu fasilitas kesehatan di kota Tasikmalaya yang dijadikan sebagai rumah sakit rujukan di periangan timur adalah Rumah Sakit Dr. Soekardjo, berdasarkan catatan yang dimiliki oleh Rumah Sakit Dr. Soekardjo tercatat banyak pasien yang pernah dirawat karena menderita hipertensi, berdasarkan hal tersebut menunjukkan hipertensi masih menjadi salah satu kelompok penyakit yang sering dirawat di fasilitas kesehatan terutama di kota Tasikmalaya.

Penyebab hipertensi yang sering terjadi biasanya karena faktor keturunan, usia, terlalu banyak mengkonsumsi garam, kegemukan/kolestrol, kegemukan, stress, meroko, mengkonsumsi kafein berlebihan, alkohol, dan kurang olahraga. Keluhan yang paling banyak dirasakan oleh penderita hipertensi adalah sakit kepala hal tersebut menimbulkan gangguan pemenuhan aman nyaman bagi penderita hipertensi. (Musakkar & Djafar, 2021)

Diagnosa Hipertensi yang sering ditegakan dalam asuhan keperawatan adalah gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gejala penyakit. Gangguan rasa nyaman adalah perasaan kurang senang, lega dan sempurna dalam dimensi fisik, psikoaktual, lingkungan dan sosisl.

Penanganan hipertensi yang tepat dan cepat oleh tenaga kesehatan terutama perawat adalah dengan penerapan asuhan keperawatan yang profesional, dengan penerapan asuhan keperawatan yang profesional diharapkan dapat membantu pasien dalam mengontrol tekanan darah dan menurunkan keluhan akibat dari hipertensi. Salah satu upaya yang bisa digunakan untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan memberikan tindakan non farmakologis berupa tindakan relaksasi nafas. (Wijayanti, S., & Wulan, E. S, 2017; Juwita, L., & Efriza, E, 2018; Anggraini, Y, 2020; Parinduri, J. S, 2020)

Relaksasi napas dalam adalah pernafasan pada abdomen dengan frekuensi lambat serta perlahan, berirama, dan nyaman dengan cara memejamkan mata saat menarik nafas. Efek dari terapi ini ialah distraksi atau pengalihan perhatian (Setyoadi dkk 2011). Kerja dari terapi ini dapat memberikan peregangan kardiopulmonari (Izzo,2008). Stimulasi

peregangan di arkus aorta dan sinus karotis diterima dan diteruskan oleh saraf vagus ke medula oblongata (pusat regulasi kardiovaskuler), dan selanjutnya terjadinya peningkatan refleksi baroreseptor. Impuls aferen dari baroreseptor mencapai pusat jantung yang akan merangsang saraf parasimpatis dan menghambat pusat simpatis, sehingga menjadi vasodilatasi sistemik, penurunan denyut dan kontraksi jantung. Perangsangan saraf parasimpatis ke bagian bagian miokardium lainnya mengakibatkan penurunan kontraktilitas, volume sekuncup menghasilkan suatu efek inotropik negatif. Keadaan tersebut mengakibatkan penurunan volume sekuncup dan curah jantung. Pada otot rangka beberapa serabut vasomotor mengeluarkan asetilkolin yang menyebabkan dilatasi pembuluh darah dan akibatnya membuat tekanan darah menurun (Muttaqin 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Anggraini, Y. (2020). pada 30 penderita hipertensi yang berkunjung ke RSUD UKI dan Puskesmas Kelurahan Cawang, terbukti dapat menurunkan tekanan darah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya efektifitas teknik relaksasi nafas dalam terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD UKI dan Puskesmas Kelurahan Cawang dengan p-value 0.000 (<0.05) dimana sebelum terapi tehnik relaksasi tarik nafas dalam, tekanan darah sistolik mayoritas pada hipertensi stage 2 sebanyak 56.7% dan tekanan darah diastolik mayoritas pada hipertensi stage 1 sebanyak 36.7%. Sesudah dilakukan intervensi, tekanan darah sistolik turun menjadi normal sebanyak 56.7% dan diastolik turun menjadi normal sebanyak 76.7%. Pemberian teknik relaksasi nafas dalam pada penelitian tersebut dilakukan selama 10-15 menit, dan dilakukan dua sampai tiga kali sehari.

Hipertensi tentunya sangat berbahaya apabila tidak diobati secara benar. Selain dengan berobat ke fasilitas kesehatan, sebagai umat manusia yang beragama tentu memiliki amalan-amalan yang biasanya dilakukan seperti ketika sakit yaitu dengan berdoa dengan memasrahkan seluruh kesembuhannya yakni hanya Allah yang bisa menyembuhkan penyakit yang dideritanya, sebagaimana Nabi Ibrahim AS pun mengakui bahwa hanya

Allah yang mampu menyembuhkan penyakit yang diderita, sebagaimana firman Allah dalam Al-Qur'an surah Asy-Syuraa ayat 80 :

فَهُوَ مَرَضْتُ وَإِذَا
يَشْفِينِ

Artinya : “Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan aku”

Bertawakal kepada Allah merupakan salah satu bentuk proses penghambaan, yakni yakin segala sesuatu atas kehendak Allah termasuk proses penyembuhan, sakit merupakan proses pengguguran dosa bagi seorang hamba, dalam sebuah hadits lain disebutkan tentang segala jenis penyakit tentu ada penawar obatnya, sebagaimana dalam hadits berikut :

وَجَلَّ عَزَّ اللهُ بِإِذْنِ بَرَّاءِ الدَّاءِ، الدَّوَاءُ أَصَابَ فَإِذَا دَوَاءٌ، دَاءٌ لِكُلِّ اللهُ عَبْدِ بْنِ جَابِرٍ عَنْ

Artinya : “Setiap penyakit pasti memiliki obat. Bila sebuah obat sesuai dengan penyakitnya, maka dia akan sembuh dengan seizin Allah”. (HARI Muslim).

Hadits ini mengisyaratkan bagi manusia dan diizinkan untuk mengobati penyakit yang dideritanya, jika suatu obat yang digunakan tepat dengan jenis penyakitnya, maka insyaAllah dengan izin Allah penyakit tersebut akan hilang dan orang yang terkena sakit akan mendapatkan kesembuhan, meskipun dengan demikian memerlukan waktu dalam proses penyembuhannya.

Sebagai seorang perawat, penting untuk kita mengajarkan dan mengedukasi pasien untuk selalu berikhtiar kepada Allah, disamping itu kita sebagai perawat juga perlu membimbing pasien untuk melakukan teknik relaksasi nafas dalam secara mandiri dengan benar

Berdasarkan konsep teori keperawatan dari literature diatas, serta dengan keyakinan bahwa setiap penyakit ada obatnya dan dapat sembuh atas izin Allah, maka penulis tertarik untuk memberikan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan tekanan darah di ruang melati 3 Rumah Sakit Dr. Soekardjo kota Tasikmalaya dalam bentuk studi kasus.

I.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam karya tulis ilmiah ini adalah bagaimana gambaran asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan tekanan darah di ruang melati 3 Rumah Sakit Dr. Soekardjo kota Tasikmalaya ?

I.3 Tujuan Studi Kasus

Tujuan studi kasus ini menggambarkan terkait asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan tekanan darah di ruang melati 3 Rumah Sakit Dr. Soekardjo kota Tasikmalaya

I.4 Manfaat Studi Kasus

I.4.1 Masyarakat

Meningkatkan pemahaman pasien dan keluarga tentang penerapan efektivitas teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan tekana darah bagi pasien hipertensi

I.4.2 Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Hasil karya tulis ilmiah yaitu pemberian teknik relaksai nafas dalam diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam proses pembelajaran di program studi D3 Keperawatan, khususnya keperawatan medical bedah

I.4.3 Bagi Profesi Perawat

Dapat menjadikan rujukan dalam pertimbangan penatalaksanaan intervensi pada pasien hipertensi dengan penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurunkan tekana darah dalam asuhan keperawatan.