

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Prevalensi hipertensi cenderung lebih tinggi pada individu usia dewasa dibandingkan kelompok usia lanjut. Kondisi ini menjadi perhatian serius dalam bidang kesehatan karena berpotensi mengganggu aktivitas harian serta menimbulkan komplikasi yang membahayakan apabila tidak ditangani dan dicegah sedini mungkin. Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap meningkatnya kasus hipertensi adalah gaya hidup. Pola hidup yang tidak sehat merupakan determinan risiko yang signifikan terhadap perkembangan hipertensi, khususnya pada individu usia dewasa muda.

Peningkatan kasus hipertensi pada individu usia dewasa muda berkaitan erat dengan pola hidup yang kurang sehat. Terdapat berbagai faktor risiko yang berperan dalam munculnya hipertensi. Secara umum, faktor risiko ini dapat diklasifikasikan menjadi dua kategori, yaitu faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi—seperti riwayat genetik, jenis kelamin, dan usia—serta faktor risiko yang dapat dimodifikasi, seperti kelebihan berat badan atau obesitas, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, stres, konsumsi alkohol, dan asupan garam yang berlebihan (Diana, 2018).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih menjadi tantangan signifikan dalam sistem pelayanan kesehatan global, baik di negara maju maupun negara berkembang, termasuk Indonesia. Kondisi ini perlu mendapatkan perhatian khusus karena berkontribusi besar terhadap kejadian penyakit kardiovaskular. Secara umum, hipertensi didefinisikan sebagai kondisi peningkatan tekanan darah secara persisten dalam jangka waktu tertentu (Tandialo et al, 2022).

Hipertensi merupakan isu kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius, karena banyak penderitanya tidak menyadari bahwa mereka mengalami kondisi tersebut (Andari et al, 2020). Tekanan darah tinggi, atau yang dikenal sebagai hipertensi, hingga kini tetap menjadi tantangan besar dalam sistem pelayanan kesehatan secara global, baik di negara maju maupun berkembang, termasuk Indonesia.

Hipertensi merupakan kondisi kesehatan yang memerlukan kewaspadaan tinggi karena dapat memicu berbagai gangguan serius, terutama penyakit kardiovaskular. Secara definisi, hipertensi adalah keadaan di mana tekanan darah meningkat secara berkelanjutan (Tandialo et al, 2022). Masalah ini semakin kompleks karena banyak individu tidak menyadari bahwa mereka tengah mengalami hipertensi, sehingga sering kali tidak mendapatkan penanganan yang tepat (Andari et al, 2020).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang berkontribusi besar terhadap angka kematian di seluruh dunia. Diperkirakan sekitar 1 miliar orang atau satu dari empat orang dewasa mengalami kondisi ini. Meskipun tidak secara langsung menyebabkan kematian, hipertensi berperan sebagai faktor pemicu berbagai penyakit kronis dan fatal, terutama yang berkaitan dengan kerusakan organ target. Contohnya, hipertensi dapat menyebabkan stroke pada otak, penyakit jantung koroner pada pembuluh darah jantung, serta gangguan pada otot jantung. Seseorang dikategorikan menderita hipertensi apabila tekanan darahnya melebihi ambang batas normal, yaitu 140/80 mmHg.

Hipertensi sering dijuluki sebagai “The Silent Killer” karena umumnya tidak menimbulkan gejala yang nyata. Banyak penderita tidak menyadari bahwa mereka mengalami hipertensi hingga akhirnya terdeteksi setelah munculnya komplikasi. Kondisi ini berisiko tinggi karena sebagian besar individu tetap merasa sehat dan bugar meskipun tekanan darahnya tinggi, yang pada akhirnya

dapat menyebabkan kejadian fatal seperti kematian mendadak di masyarakat.

Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi lebih tinggi pada perempuan (28,8%) dibandingkan laki-laki (22,8%). Terkait kepatuhan dalam konsumsi obat, mayoritas penderita hipertensi tercatat rutin mengkonsumsi obat, yakni sebesar 54,4%. Sementara itu, proporsi penderita yang tidak rutin minum obat dan yang sama sekali tidak mengkonsumsi obat masing-masing sebesar 32,27% dan 13,33% (Riset Kesehatan Dasar, 2018).

Angka kejadian hipertensi di Indonesia menunjukkan tren peningkatan setiap tahunnya. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan tahun 2018 mencatat bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia 18 hingga di atas 75 tahun mencapai 34,11%. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, prevalensi tertinggi ditemukan di Provinsi Kalimantan Selatan sebesar 44,13%, sementara yang terendah terdapat di Provinsi Papua sebesar 22,22%. Adapun prevalensi hipertensi di Provinsi Bengkulu tercatat sebesar 28,14% (Kemenkes RI, 2018)

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), pada tahun 2015 terdapat sekitar 1,13 miliar individu di seluruh dunia yang menderita hipertensi, yang berarti sekitar satu dari tiga orang mengalami kondisi ini (Andri et al., 2020). Sementara itu, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2022 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia di atas 18 tahun mencapai 34,11%. Menurut Susanto (2021), prevalensi hipertensi berkisar antara 6–15%, di mana sebagian besar penderita tidak menunjukkan gejala atau hanya mengalami gejala ringan. Untuk mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi, dapat dilakukan penatalaksanaan melalui pendekatan farmakologis maupun non farmakologis. Terapi farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan, sedangkan terapi non farmakologis mencakup metode relaksasi seperti teknik pernapasan dalam dan dzikir (Hartiningsih, 2022).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2018, sekitar 40% populasi dewasa berusia 25 tahun ke atas di seluruh dunia telah terdiagnosis menderita hipertensi. Prevalensi global hipertensi mengalami peningkatan signifikan, dari 600 juta kasus pada tahun 1980 menjadi 1 miliar kasus pada tahun 2008. Wilayah dengan prevalensi tertinggi tercatat di Afrika, yaitu sebesar 46%, sedangkan yang terendah berada di kawasan Amerika dengan angka 35% (WHO, 2018).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, Provinsi Kalimantan Selatan tercatat memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 44,13%, diikuti oleh Provinsi Jawa Barat sebesar 39,6% dan Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Sementara itu, prevalensi terendah ditemukan di Provinsi Papua sebesar 22,2%, disusul oleh Maluku Utara sebesar 24,65% dan Sumatera Barat sebesar 25,16%. Di Provinsi Lampung, prevalensi hipertensi telah mencapai angka 62,41%, menjadikannya penyakit paling dominan yang diderita masyarakat, dengan jumlah kasus mencapai 545.625 orang menurut data Surveilans Dinas Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2018. Di tingkat kabupaten/kota, Kota Bandar Lampung mencatatkan 11.378 kasus hipertensi dan menempati peringkat ketiga setelah Kabupaten Lampung Selatan dan Lampung Timur (Laporan Sie UK & LW KKP Kelas 2 Panjang, 2019).

Hipertensi berpotensi menjadi masalah kesehatan yang serius apabila tidak mendapat penanganan yang tepat. Penatalaksanaan hipertensi umumnya dilakukan melalui pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Namun demikian, terapi farmakologis dinilai masih kurang optimal karena sering kali disertai kekambuhan serta berisiko menimbulkan efek samping yang merugikan dalam jangka panjang (Muharni Wardhani, 2020).

Kepatuhan penderita hipertensi dalam mengonsumsi obat sering kali rendah, disebabkan oleh berbagai faktor seperti rasa pahit obat, perasaan sudah sembuh, serta kurangnya pemahaman mengenai risiko yang dapat timbul.

Ketidakpatuhan ini dapat mengakibatkan tekanan darah tidak terkontrol secara optimal, yang dalam jangka panjang berpotensi menimbulkan berbagai komplikasi serius, seperti penyakit kardiovaskular, aterosklerosis, gagal jantung, stroke, dan gangguan fungsi ginjal.

Studi yang dilakukan oleh Dwi Nanda pada 1 responden pada diagnosa hipertensi di sertai sakit kepala di RS Chuzan Okinawa Jepang. Hasil dari pemelitiannya telah di lakukan dengan menggunakan tehnik relaksasi nafas dalam pasien mengalami penurunan skala nyeri dari awal 4 ke 3. Tindakan non farmakologinya dengan tehnik relaksasi nafas dalam, mampu menurunkan skala nyeri pada pasien hipertensi di sertai dengan nyeri kepala.

Berdasarkan data dan uraian di atas, maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang “penerapan teknik relaksasi napas dalam pada penderita hipertensi”

Peran perawat dalam penanganan hipertensi melalui peran promotif, preventif, edukatif (promosi, pencegahan, dan edukasi) khususnya terkait relaksasi nafas dalam, sangat penting. Perawat berperan dalam memberikan pendidikan kesehatan, mengajarkan teknik relaksasi seperti nafas dalam, dan memberikan dukungan agar pasien dapat mengelola tekanan darah tinggi secara mandiri

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada makalah ini adalah untuk mengetahui “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Di Ruang cendana 2 Tahun 2024” ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Karya Ilmiah Akhir Ners bertujuan untuk menerapkan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan gangguan nyeri akut melalui pemberian teknik relaksasi nafas dalam di ruang cendana 2 RS Bhayangkara TK 1 Puskokkes Polri.

2. Tujuan khusus

- a. Teridentifikasinya hasil pengkajian dan analisis data pengkajian pada pasien hipertensi dengan masalah gangguan nyeri akut di ruang Cendana 2 Rs Bhayangkara TK. I Puskorkes Polri.
- b. Teridentifikasinya diagnosis keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah gangguan nyeri akut di ruang Cendana 2 Rs Bhayangkara TK. I Puskorkes Polri.
- c. Tersusunnya rencana asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah gangguan nyeri akut di ruang Cendana 2 Rs Bhayangkara TK. I Puskorkes Polri.
- d. Terlaksananya intervensi utama dalam mengatasi gangguan melalui pemberian teknik relaksasi napas dalam di ruang Cendana 2 Rs Bhayangkara TK. I Puskorkes Polri.
- e. Teridentifikasinya hasil evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah gangguan nyeri akut di ruang Cendana 2 Rs Bhayangkara TK. I Puskorkes Polri.
- f. Teridentifikasinya faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah gangguan nyeri akut di ruang Cendana 2 Rs Bhayangkara TK. I Puskorkes Polri.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan dan memperkaya pengalaman bagi mahasiswa dalam memberikan menyusun asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta.

2. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi perawat dalam memberikan tindakan pada pasien dengan masalah tehnik relaksasi

napas dalam agar dapat memberikan intervensi yang sesuai.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan dalam kurikulum untuk menambah dan mengembangkan literatur dalam memberikan pengetahuan mahasiswa tentang Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk menurunkan hipertensi.

4. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi serta menambah pengetahuan bagi peneliti selanjutnya serta dapat pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan khususnya.