

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seseorang dinyatakan menderita hipertensi jika hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan nilai sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg pada dua hari yang berbeda (WHO, 2023; Kemenkes, 2021).

Hipertensi dikenal sebagai “silent killer” karena sering kali tidak menimbulkan gejala, namun dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit jantung, stroke, serta gangguan kesehatan lainnya. Meskipun tampak tanpa keluhan, kondisi ini berpotensi menyebabkan komplikasi serius seperti gagal ginjal jika tidak ditangani dengan baik. Upaya pencegahan dan pengelolaannya mencakup penerapan gaya hidup sehat, antara lain menjaga pola makan seimbang, berolahraga secara teratur, membatasi konsumsi garam, dan menggunakan obat sesuai petunjuk dokter.

Diagnosa keperawatan utama pada keluarga dengan hipertensi adalah ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga dan perilaku pemeliharaan kesehatan yang tidak efektif (Indriani et al., 2023). Etiologi ditetapkan berdasarkan lima tugas keluarga, yaitu ketidakmampuan mengenali masalah kesehatan, mengambil keputusan, memodifikasi lingkungan, serta memanfaatkan fasilitas kesehatan (Astuti & Krishna, 2020).

Prevalensi hipertensi berbeda antar wilayah dan negara tergantung pada tingkat pendapatan. WHO melaporkan bahwa wilayah Afrika memiliki prevalensi tertinggi sebesar 27%, sedangkan wilayah Amerika terendah sebesar 18%. Jumlah penderita hipertensi dewasa meningkat dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar pada tahun 2015, dengan peningkatan terbesar terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah akibat meningkatnya faktor risiko hipertensi (WHO, 2023).

Menurut Riskesdas 2023, hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi ketika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg.

Pengukuran dilakukan dua kali dengan selang waktu 5 menit dalam keadaan istirahat atau tenang.

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 yang dikutip Kementerian Kesehatan RI (2021), prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%, meningkat dari 25,8% pada tahun 2020. Diperkirakan hanya sepertiga penderita yang terdiagnosis, sementara sebagian besar kasus masih belum terdeteksi.

Pada tahun 2022, jumlah penderita hipertensi berusia di atas 15 tahun di Provinsi DKI Jakarta tercatat sebanyak 866.272 jiwa. Seluruh kabupaten/kota di wilayah tersebut telah memperoleh pelayanan kesehatan sesuai standar (Dinas Kesehatan DKI Jakarta, 2022). Di Puskesmas Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur, prevalensi hipertensi mencapai 59,6% pada tahun 2023, dengan 687 dari 1.152 pasien rawat jalan terdiagnosis hipertensi.

Hipertensi tidak hanya memengaruhi penderita, tetapi juga berdampak pada keluarga secara fisik, emosional, dan ekonomi. Keluarga perlu menyesuaikan pola hidup untuk mendukung perawatan, yang dapat menimbulkan stres serta beban finansial. Jika penderita merupakan pencari nafkah, kondisi ini dapat memperburuk keadaan ekonomi keluarga. Namun, situasi ini juga dapat menjadi kesempatan bagi keluarga untuk bersama-sama menerapkan gaya hidup sehat (Kemenkes, 2020).

Penatalaksanaan hipertensi nonfarmakologis berfokus pada perubahan gaya hidup guna menurunkan dan mengendalikan tekanan darah tanpa obat. Upaya ini meliputi pembatasan asupan garam, penerapan pola makan sehat seperti diet DASH, olahraga teratur, pengelolaan stres, berhenti merokok, serta membatasi konsumsi alkohol. Pendekatan tersebut dapat menjadi terapi utama maupun pendamping pengobatan agar hasil pengendalian tekanan darah lebih optimal.

Penatalaksanaan hipertensi secara nonfarmakologis dapat dilakukan dengan konsumsi jus timun sebagai terapi komplementer. Timun mengandung kalium, magnesium, dan antioksidan yang membantu menurunkan tekanan darah dengan mengurangi ketegangan pembuluh darah serta menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit tubuh. Rutin mengonsumsi jus timun disertai pola makan sehat dan gaya hidup aktif dapat membantu mengendalikan tekanan darah secara alami. Menurut Wijayanti (2020), kandungan kalium, magnesium, dan flavonoid dalam timun

berperan dalam melebarkan pembuluh darah, menurunkan resistensi perifer, serta menjaga fungsi ginjal melalui kandungan airnya yang tinggi.

Efek samping obat hipertensi perlu diperhatikan karena bervariasi menurut jenis obat yang digunakan (Kemenkes, 2021). Diuretik seperti furosemid dan hidroklorotiazid dapat menyebabkan sering buang air kecil, gangguan elektrolit (hipokalemia), dan pusing. ACE Inhibitor seperti kaptopril dan enalapril dapat menimbulkan batuk kering, ruam, serta hiperkalemia. Calcium Channel Blockers seperti amlodipin berpotensi menyebabkan pembengkakan kaki, sakit kepala, dan jantung berdebar. Sementara itu, Beta Blockers seperti atenolol dan propranolol dapat menimbulkan rasa lelah, gangguan tidur, serta memperlambat denyut jantung.

Selain obat-obatan, konsumsi bahan alami seperti jus timun juga dapat mempengaruhi tekanan darah. Jika dikonsumsi berlebihan, terutama bersamaan dengan obat antihipertensi, jus timun dapat menyebabkan tekanan darah menjadi terlalu rendah. Efek samping lainnya termasuk gangguan pencernaan ringan seperti kembung, serta potensi alergi meskipun jarang terjadi. Oleh karena itu, baik penggunaan obat maupun konsumsi herbal perlu dilakukan secara bijak dan dalam pengawasan tenaga kesehatan.

Oleh karena itu, peran perawat dalam penanganan kasus hipertensi adalah memberikan edukasi melalui metode survei dengan menggunakan kuesioner sebagai instrumen pengambilan data, serta melakukan intervensi terhadap masalah prioritas dengan menggunakan media leaflet (Urmila, 2021).

Berdasarkan latar belakang di atas dan melihat pentingnya peran perawat maka penulis tertarik untuk menulis Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “Asuhan Keperawatan Keluarga dengan anggota mengalami Hipertensi dengan masalah Keperawatan Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif Di RT006/RW001 Kecamatan cipayung Jakarta Timur.

1.2 Batasan Masalah

Masalah pada studi kasus ini sudah dibatasi pada Asuhan Keperawatan keluarga dengan anggota mengalami Hipertensi dengan Pemeliharaan kesehatan Tidak Efektif di RT006/RW001 Kecamatan Cipayung Jakarta Timur.

1.3 Rumusan Masalah

Hipertensi harus diatasi dikarenakan sangat membahayakan bagi penderita, seperti penyakit jantung, stroke, ginjal bahkan bisa menyebabkan kematian jika tidak ditangani.

Peran perawat dan keluarga sangat penting dalam penanganan penyakit hipertensi. Perawat berperan sebagai pendidik, koordinator, pelaksana pelayanan kesehatan, supervisor, advokat, fasilitator, serta peneliti. Sementara itu, peran keluarga meliputi kemampuan mengenali masalah kesehatan, mengambil keputusan dalam penanganannya, merawat anggota keluarga yang sakit, memodifikasi lingkungan agar mendukung kesehatan, serta memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan yang tersedia.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis melaksanakan studi kasus mengenai Asuhan Keperawatan Keluarga dengan anggota yang mengalami hipertensi dan memiliki masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif di RT 006/RW 001, Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur. Oleh karena itu, dirumuskan pertanyaan penelitian: “Bagaimana asuhan keperawatan keluarga dengan anggota yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif di RT 006/RW 001 Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur.

1.4 Tujuan Masalah

1.4.1 Tujuan Umum

Mahasiswa mampu Melaksanakan Asuhan Keperawatan keluarga yang mengalami hipertensi di RT 006/RW 001 Kecamatan Cipayung Jakarta timur dengan Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Pasien melakukan pengkajian keperawatan pada anggota keluarga dengan hipertensi di RT 006/RW 001 Kecamatan Cipayung Jakarta timur.
2. Penulis menentukan diagnosa keperawatan pada keluarga di RT 006/RW 001 Kecamatan Cipayung Jakarta timur.
3. Penulis menentukan intervensi keluarga di RT 006/RW 001 Kecamatan Cipayung Jakarta timur.

4. Penulis melakukan implementasi pada keluarga di RT 006/RW 001 Kecamatan Cipayung Jakarta timur.
5. Penulis melakukan evaluasi pada keluarga di RT 006/RW 001 Kecamatan Cipayung Jakarta timur.

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Teoritis

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penulis maupun Pembaca tentang asuhan keperawatan keluarga dengan anggota mengalami hipertensi dengan Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Puskesmas

Hasil studi kasus ini dapat menjadi masukan bagi pelayanan puskesmas agar dapat melakukan asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi di RT 006/RW 001 Kecamatan Cipayung Jakarta timur.

b. Bagi Institusi pendidikan

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi salah satu literatur untuk pembelajaran keluarga dengan keperawatan keluarga tentang asuhan keperawatan hipertensi di RT 006/RW 001 Kecamatan Cipayung Jakarta timur.

c. Bagi Keluarga dan Klien

Sebagai bahan penyuluhan kepada keluarga tentang hipertensi sehingga keluarga mampu menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi di RT 006/RW 001 Kecamatan Cipayung Jakarta timur.

d. Bagi Perawat.

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi perawat dalam memberikan Asuhan Keperawatan Keluarga yang hipertensi dengan anggota masalah keperawatan Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif di RT006/001 Kecamatan Cipayung Jakarta timur.