

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Hipertensi dikenal dengan Silent Killer Disease yang mana penyakit hipertensi menimbulkan gejala yang berbeda pada setiap individu serta gejalanya sama dengan penyakit lain atau mungkin sering tanpa gejala namun akan diketahui saat sudah muncul komplikasi (Kementrian Kesehatan RI, 2018). Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah yang meningkat dimana tekanan darah sistolik dan/atau diastolik 140/90 mmHg dialami orang dewasa berusia 18 tahun ke atas. Hipertensi telah terbukti membunuh 9,4 juta masyarakat di dunia setiap tahunnya.

Hipertensi dapat terjadi karena berkaitan dengan beberapa faktor resiko. Faktor resiko yang penyebabnya belum diketahui disebut dengan hipertensi primer atau esensial, seperti genetic, lingkungan dan hiperaktivitas saraf simpatis system renin. Sedangkan faktorresiko yang penyebabnya sudah diketahui disebut hipertensi sekunder seperti penggunaan estrogen, penyakit ginjal dan hipertensi yang berhubungan dengan kehamilan (Ngurah, 2020).

Hipertensi dapat menimbulkan gejala yang cukup serius dan dapat mengganggu rasa nyaman dari penderitanya. Pada umumnya ketika seseorang yang mengalami hipertensi dan memiliki salah satu tanda akan muncul seperti tengkuk terasa nyeri (Jabani et al., 2021). Tengkuk terasa nyeri atau kekakuan pada otot tengkuk disebabkan karena terjadinya peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di daerah leher, sehingga aliran darah menjadi tidak

lancar dan biasanya nyeri yang dirasakan oleh penderita hipertensi mengganggu aktivitas sehari – hari (Suwaryo & Melly, 2018). Nyeri kepala pada pasien hipertensi juga dapat disebabkan oleh adanya kerusakan vaskuler akibat dari hipertensi tampak jelas pada seluruh pembuluh darah perifer. Adanya perubahan struktur pada arteri kecil dan arteriola sehingga terjadi penyumbatan pembuluh darah (Valerian et al., 2021).

World Health Organization (WHO) telah membuat perkiraan bahwa banyaknya penderita hipertensi akan terus semakin tinggi sejalan dengan peningkatan jumlah penduduk (World Health Organization, 2018). Hipertensi mempunyai prevalensi secara internasional sebanyak 22 % dari penduduk dunia. Prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27 % yaitu berada di wilayah Afrika. Selanjutnya prevalensi dengan urutan ketiga sebesar 25 % yaitu berada di Asia Tenggara (Kemenkes RI, 2019).

Di Indonesia, prevalensi hipertensi meningkat seiring berjalannya waktu. Pada tahun 2018, angka 34,1% menjadi titik prevalensi hipertensi tertinggi di Indonesia dengan rincian tiga provinsi tertinggi yaitu 44,1% pada provinsi Kalimantan Selatan, 39,6% pada provinsi Jawa Barat, 39,3% pada provinsi Kalimantan Timur. (Kemenkes RI, 2018a). Prevalensi hipertensi pada provinsi DKI Jakarta mencapai angka 33,43%, dengan rincian yaitu 33,21% pada kota Jakarta Barat, 29,93% pada kota Jakarta Selatan, 39,05% pada kota Jakarta Pusat, 31,97% , pada kota Jakarta Utara, 35,45% pada kota Jakarta Timur, dan 30,81% pada kabupaten Kepulauan Seribu (Kemenkes RI, 2018).

Di RS X Jakarta Barat Jumlah kasus Hipertensi pada tahun 2021 sebanyak 116 kasus, di tahun 2022 terdapat 136 kasus dan di tahun 2023 terdapat 168 kasus (Rekam Medis RS X).

Tekanan darah tinggi atau hipertensi dapat diakibatkan 3 oleh stres yang diderita individu, sebab reaksi yang muncul terhadap impuls stres adalah tekanan darahnya meningkat. Selain itu, umumnya individu yang mengalami stres sulit tidur, sehingga akan berdampak pada tekanan darah yang cenderung tinggi (Husain, 2022).

Hipertensi pada orang dewasa dapat disebabkan oleh riwayat keluarga, kurang aktivitas, obesitas, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, stress, konsumsi natrium dan garam. Hipertensi memberikan dampak terhadap peningkatan kekuatan aliran darah, dan kerusakan pada dinding pembuluh darah arteri. Komplikasi hipertensi akibat penanganan yang tidak baik yaitu penyakit stroke, jantung koroner, gagal ginjal dan kebutaan. Penanganan yang tepat, berupa terapi farmakologis maupun non farmakologis untuk menjaga agar tekanan darah tetap dalam keadaan normal dibutuhkan (Handayani, 2020).

Terapi bagi penderita hipertensi primer adalah farmakologis dan nonfarmakologis. Banyak terapi non farmakologis yang bisa dilakukan oleh pasien dengan hipertensi seperti meditasi, yoga, massage, terapi autogenic, terapi herbal, terapi relaksasi menggunakan musik ataupun wangi-wangian. Namun tidak semua terapi non farmakologis bisa diterapkan kepada pasien di rumah sakit karena perawat juga harus mempertimbangkan kondisi pasien saat sedang dirawat (Basri et al., 2022).

Nyeri merupakan suatu bentuk ketidaknyamanan yang ada pada individu dan merupakan alasan utama seseorang untuk mencari bantuan dalam perawatannya. Menurut International Association For The Study Of Pain nyeri adalah suatu pertanda tidak menyenangkan dan pengalaman emosional yang berhubungan dengan kerusakan jaringan yang aktual ataupun potensial. Nyeri dapat terjadi bersamaan dengan proses penyakit, atau dapat bersamaan dengan pemeriksaan diagnostik ataupun pengobatan. (Nurhanifah, 2022)

Salah satu teknik untuk mengurangi nyeri dan gampang untuk diterapkan kepada pasien adalah teknik relaksasi. Teknik ini mampu mengurangi ketegangan dan kecemasan dengan melatih pasien untuk secara sadar mengendurkan otot-otot tubuhnya. Terapi relaksasi efektif dalam mengurangi depresi, kecemasan dan stres. Untuk membantu menurunkan tekanan darah dianjurkan untuk melakukan terapi farmakologi dan non farmakologi karena dapat membantu menurunkan tekanan darah secara keseluruhan (Upoyo & Taufik, 2018)

Pelatihan relaksasi dapat dilakukan untuk jangka waktu yang terbatas dan biasanya tidak memiliki efek samping. Salah satunya dapat menggunakan teknik guide imagery adalah proses menggunakan kekuatan pikiran dengan mengarahkan tubuh untuk menyembuhkan diri memelihara kesehatan/ relaksasi melalui komunikasi dalam tubuh yang melibatkan semua indra (visual, sentuhan, pedoman, penglihatan, dan pendengaran). Dengan begitu terbentuklah keseimbangan antara pikiran, tubuh dan jiwa. Imajinasi terbimbing yang sederhana adalah “penggunaan imajinasi dengan sengaja untuk memperoleh relaksasi atau menjauhkan dari sensasi yang tidak diinginkan. Relaksasi dengan

teknik guide imagery akan membuat tubuh lebih rileks dan nyaman dalam tidurnya. Dengan melakukan nafas dalam secara perlahan tubuh akan menjadi rileks (Fadillah et al., 2022).

Selain itu, salah satu tindakan yang dapat menurunkan skala nyeri dan tekanan darah yaitu teknik relaksasi genggam jari. Teknik relaksasi genggam jari dilakukan dengan cara pengenggaman jari. Teknik ini memberikan stimulus atau rangsangan pada titiktitik meridian tubuh dengan menggunakan jari-jari tangan yang bertujuan untuk mempengaruhi organ tubuh tertentu dengan mengaktifkan aliran energi tubuh dan sirkulasi darah menjadi lancar. Teknik relaksasi genggam jari mudah dilakukan, tidak beresiko, tidak membutuhkan biaya, dapat dilakukan secara mandiri, bisa dilakukan kapan saja, dimana saja dan siapa saja (Handayani, 2020)

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Fadillah et al., 2022) tentang penerapan terapi genggam jari dan nafas dalam untuk menurunkan hipertensi pada lansia menunjukkan adanya pengaruh terapi yang diberikan terhadap perubahan tekanan darah kepada lansia. Penelitian yang dilakukan oleh (Upoyo & Taufik, 2018) tentang pengaruh relaksasi genggam jari dan nafas dalam terhadap perubahan MAP pada pasien hipertensi primer juga menunjukkan adanya perubahan yang signifikan setelah diberikan terapi

Berdasarkan dari data tersebut maka peneliti ingin memaparkan bagaimana gambaran “Analisis asuhan keperawatan melalui intervensi genggam jari dan nafas dalam untuk menurunkan skala nyeri dan tekanan darah tinggi pada pasien Tn. R dan Tn. J di RS X Jakarta Barat”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Keperawatan Dengan Pemberian intervensi relaksasi genggam jari dan nafas dalam Pada Tn. R Dan Tn. J Dengan Hipertensi Di Rumah Sakit X Jakarta Barat

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Melakukan analisis pemberian asuhan keperawatan dengan memberikan intervensi relaksasi genggam jari dan nafas dalam pada Tn. R dan Tn. J dengan masalah keperawatan nyeri akut di RS X Jakarta barat

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1.3.2.1 Memaparkan hasil analisa data pada Tn. R dan Tn. J dengan diagnose medis

Hipertensi dengan intervensi relaksasi genggam jari dan nafas dalam

1.3.2.2 Memaparkan hasil diagnose keperawatan pada Tn. R dan Tn. J dengan

diagnose medis Hipertensi dengan intervensi relaksasi genggam jari dan nafas dalam

1.3.2.3 Memaparkan hasil intervensi keperawatan pada Tn. R dan Tn. J dengan

diagnose medis Hipertensi intervensi relaksasi genggam jari dan nafas dalam

1.3.2.4 Memaparkan hasil implementasi keperawatan pada Tn. R dan Tn. J dengan

diagnose medis Hipertensi dengan intervensi relaksasi genggam jari dan nafas dalam

1.3.2.5 Memaparkan hasil evaluasi keperawatan pada Tn. R dan Tn. J dengan diagnose medis Hipertensi dengan intervensi relaksasi genggam jari dan nafas dalam

1.3.2.6 Memaparkan hasil analisis inovasi keperawatan sebelum dan sesudah di berikan intervensi relaksasi genggam jari dan nafas dalam pada diagnose medis dengan hipertensi

#### **1.4 Manfaat**

##### **1.4.1 Manfaat Keilmuan**

Hasil KIAN ini diharapkan dapat memberikan serta menambah ilmu mengenai penerapan dalam bidang asuhan keperawatan dalam bidang asuhan keperawatan pada pasien dengan diagnose medis Hipertensi dengan menggunakan dengan intervensi relaksasi genggam jari dan nafas dalam

##### **1.4.2 Manfaat Aplikatif**

###### **1.4.2.1 Penulis**

Hasil KIAN ini merupakan hasil dari intrepetasi keilmuan dalam mengaplikasikan asuhan keperawatan yang telah dipelajari semasa menempuh pendidikan Profesi Ners.

###### **1.4.2.2 Rumah Sakit**

Hasil dari KIAN ini diharapkan mampu dijadikan sebagai bahan acuan dalam pemberian asuhan keperawatan kepada teman-teman sejawat pada saat pemberian intervensi asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi

#### 1.4.2.3 Masyarakat atau Pasien

1.4.2.4 Hasil dari KIAN ini di harapkan dapat memberikan informasi kepada pasien mengenai intervensi relaksasi genggam jari dan nafas dalam yang dimana dapat membantu menurunkan sekala nyeri dan tekanan darah pada hipertensi dan dapat dilakukan secara mandiri.

