

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*World Health Organization* (WHO,2021) menyatakan bahwa hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Angka kejadian hipertensi di dunia pada tahun 2021 diperkirakan sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah ( WHO,2021). Menurut *American Heart Association* (AHA,2017), masyarakat Amerika yang berusia sekitar 95% kasus tidak diketahui penyebabnya (WHO, 2023). Angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 36%. Dari Riset Kesehatan Dasar Indonesia, prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34.1% (Kemenkes RI, 2023). DKI Jakarta menempati peringkat ke 5 tertinggi di Indonesia untuk prevalensi hipertensi, yaitu prevalensi sebesar 33,43% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2019). Berdasarkan Profil Kesehatan DKI Jakarta, pada tahun 2018 terdapat 134.937 penderita hipertensi dan hanya 17% penderita yang mendapatkan pelayanan sesuai dengan standar (Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta, 2019). Angka kejadian hipertensi di Jakarta Timur masih cukup tinggi yaitu sebesar : 10,45 % (Kemenkes,2018).

Penatalaksanaan hipertensi berfokus pada menurunkan tekanan darah kurang dari 140 mmHg sistolik dan 90 mmHg diastolik. Resiko

komplikasi seperti gangguan kardiovaskular (penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke) atau penyakit ginjal akan menurun saat tekanan darah rata-rata kurang dari 140/90 mmHg (LeMone,2015). Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu penalaksanaan farmakologi dan penatalaksanaan nonfarmakologi. Penatalaksanaan non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu dengan cara modifikasi gaya hidup, pengurangan berat badan, pembatasan natrium, modifikasi diet lemak, olahraga, pembatasan alkohol, menghentikan kebiasaan merokok, dan teknik relaksasi (Black, J M & Hawks, J H, 2014). Macam-macam teknik relaksasi yang dapat dilakukan yaitu teknik relaksasi nafas dalam, teknik relaksasi afirmasi, teknik relaksasi otot progresif dan teknik relaksasi benson (Tasalim, R & Cahyani, R, 2021).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Margiyati (2023) membuktikan bahwa terjadi perubahan yang signifikan antara sebelum dan sesudah terapi relaksasi benson pada lansia yang mengalami hipertensi yaitu dengan terjadinya penurunan tekanan darah. Relaksasi Benson merupakan penggabungan antara relaksasi dan faktor keyakinan filosofis atau agama yang dianut oleh seseorang yang berfokus pada ungkapan tertentu berupa nama-nama Tuhan atau kata yang memiliki makna yang menenangkan bagi pasien dengan pengucapan berulang-ulang menggunakan ritme yang teratur dan disertai dengan sikap yang pasrah. Pelaksanaan tindakan relaksasi benson akan dilaksanakan kurang lebih 20 menit yang terdiri dari peregangan tubuh 5 menit dan relaksasi benson selama 10-15 menit. Pengukuran tekanan darah dilakukan setiap sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi relaksasi benson. Penerapan terapi relaksasi benson dilakukan selama 3 hari dengan

kunjungan 6 kali, frekuensi sehari 2 kali. Evaluasi tindakan dilakukan setiap selesai melakukan terapi relaksasi benson dengan tujuan untuk mengetahui perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi (Margiyati & Setyajati, 2023).

Beberapa peneliti di Indonesia juga mengatakan relaksasi benson efektif untuk menurunkan tekanan darah, yaitu penelitian yang telah dilakukan oleh zainaro (2022 ) tentang efektifitas terapi terapi elaksasi benson Relaksasi untuk menurunkan Tekanan Darah pada pasien Hipertensi didesa margorejo lampung selatan menunjukkan hasil bahwa penelitian terdapat 2 responden yang .mengalami hipertensi. Untuk mengatasi masalah hipertensi diberikan relaksasi benson. Terapi relaksasi benson dilakukan selama 3 hari dengan waktu selama 15 – 30 menit. Responden mengalami penurunan tekanan darah baik sistol maupun diastolnya. Kesimpulan terapi relaksasi benson efektif terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi.

Penelitian Atmojo (2022) membuktikan Rata-rata nilai rata – rata tekanan darah sistole sebelum intervensi (pre-test) adalah 149,93, rata – rata tekanan darah diastole sebeum intervensi 89,33 . Rata- rata tekanan sesudah intervensi (post- test) sistole adalah 138,97. Rata- rata tekanan sesudah intervensi (post-test) diastole adalah 84,07. Hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan uji paired t-test untuk tekanan darah sistol menunjukkan bahwa hasil sig (2-tailed) atau nilai  $p=0,000$ , dan pada tekanan darah diastol menunjukkan bahwa hasil sig (2-tailed) atau nilai  $p=0,000$  dengan demikian, nilai p lebih kecil dari 0,05 ( $p < \alpha$ ) maka hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Sehingga dapat disimpulkan

ada Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Unggahan.

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil dari peneliti Yulendasari (2021) yang mengatakan bahwa Pasien hipertensi yang melakukan Relaksasibenson menunjukkan bahwa tekanan darah mengalami penurunan dan ada pengaruh relaksasi benson terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan melalui intervensi teknik relaksasi benson pada pasien dengan diagnosa medis Hipertensi di RSUD Budi Asih.

## **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah “ Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Tekhnik Relaksasi Benson terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan diagnosa medis Hipertensi di RSUD Budi Asih ”.

## **1.3 Tujuan Penulisan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menjelaskan asuhan keperawatan melalui intervensi Tekhnik Relaksasi Benson terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan diagnosa medis Hipertensi di RSUD Budi Asih,

### 1.3.2 Tujuan Khusus

Penulis mampu menganalisa kasus kelolaan dan menganalisa masalah keperawatan klien dengan stroke dalam hal :

- 1) Melakukan pengkajian masalah keperawatan pada Klien dengan Hipertensi.
- 2) Menegakan diagnosa keperawatan pada Klien dengan Hipertensi.
- 3) Membuat rencana asuhan keperawatan pada Klien dengan Hipertensi
- 4) Mengimplementasikan tehnik relaksasi Benson untuk menurunkan tekanan darah pada klien dengan Hipertensi.
- 5) Melakukan evaluasi dan membuat asuhan keperawatan pada Klien dengan Hipertensi.

### 1.4 Manfaat Penulis

Memperoleh pengalaman dan dapat mengaplikasikan prosedur relaksasi benson dalam melakukan asuhan keperawatan pada klien dengan Hipertensi.

#### 1) Manfaat Keilmuan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat mengembangkan metode intervensi non-farmakologis khususnya untuk menurunkan tekanan darah pada pasien Hipertensi dan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien Hipertensi.

#### 2) Manfaat aplikatif

##### a. Penulis

Diharapkan dapat dijadikan bahan masukan bagi perawat dalam

melakukan tindakan nonfarmakologis untuk menurunkan tekanan darah pasien pada klien hipertensi.

b. Rumah Sakit

Hasil studi kasus ini dapat dijadikan referensi praktek keperawatan mandiri berbasis Intervensi relaksasi benson.

c. Manfaat bagi klien / masyarakat.

Diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk memilih pengobatan yang tepat dan praktis dalam menurunkan tekanan darah.

