

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Gaya hidup sehat merupakan kebutuhan fisiologis yang hirarki, kebutuhan manusia paling dasar untuk dapat mempertahankan hidup termasuk juga menjaga agar tubuh tetap bugar dan sehat serta terbebas dari segala macam penyakit (Sufa et al, 2017). Salah satunya yaitu pola makan serba instan dan mengandalkan media social sehingga mudah mendapatkan makanan yang diinginkan. Jenis makanan yang ada saat ini lebih banyak mengandung bahan kimia dan pengawet sehingga dapat menimbulkan penyakit hipertensi. Sehingga hipertensi menjadi penyakit yang disebabkan oleh perilaku makanan tidak efektif (Pramestuti & Silviana, 2016).

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah seseorang bertambah di atas batas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kematian. Faktor-faktor yang sering menyebabkan munculnya masalah kesehatan hipertensi dibagi dalam dua kelompok besar, yaitu faktor tidak dapat diubah atau dikontrol seperti jenis kelamin, usia, genetik dan faktor yang dapat dikontrol diantaranya pola makan, kebiasaan merokok, kelebihan berat badan, kurang melakukan aktivitas fisik, mengkonsumsi garam dengan jumlah berlebihan.(Imelda, 2020).

Menurut World Health Organization 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. Penderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2021).

Prevalensi hipertensi di Indonesia menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan (Riskesdes, 2018).

Pada tahun 2016 di Kota Bandung ditemukan 15.909 kasus hipertensi, dan mengalami kenaikan pada yang cukup tinggi pada tahun 2017 dimana ditemukan 51.846 kasus hipertensi dan kenaikan ini pun berlanjut pada tahun 2018 dan 2019 dimana ditemukan 65.599 dan 109.626 kasus baru. Dari data tersebut terlihat bahwa kasus hipertensi pada perempuan lebih tinggi dari pada laki-laki, dan prevalensi kejadian hipertensi naik seiring dengan bertambahnya usia serta, serta cenderung lebih tinggi pada masyarakat yang tingkat pendidikan atau pengetahuan yang rendah serta tidak memiliki pekerjaan dapat saja mengakibatkan setiap tahunnya kasus hipertensi di Kota Bandung terus mengalami kenaikan (Dinkes Kota Bandung, 2019).

Dampak dari hipertensi membuat penderita akan mengalami gejala fisik seperti nyeri ditengkuk, pusing, gangguan pola tidur serta dapat terjadi komplikasi apabila tekanan darah tinggi tidak mendapatkan pengobatan dan penatalaksanaan dengan baik karena kurangnya tingkat pengetahuan, akibatnya dalam jangka panjang dapat terjadi kerusakan arteri di seluruh tubuh. Komplikasi hipertensi dapat terjadi pada organ jantung yang mengakibatkan gagal jantung, dan faktor risiko stroke. Komplikasi pada

organ ginjal mampu mengakibatkan gagal ginjal sehingga ginjal tidak dapat berfungsi secara aktif kembali (Anshari, 2020).

Sedangkan dampak psikologis yang ditimbulkan penderita akan mengalami kecemasan dan depresi. Hal ini terjadi sebagai reaksi terhadap ancaman kesehatan seperti, potesial gangguan fisiologis, perubahan gaya hidup, potensial kematian, prosedur invasif, atau kekawatiran tentang hal yang tidak diketahui, sehingga integritas biologis individu terganggu untuk sementara waktu bahkan bisa menetap dan individu berespon dengan menjadi cemas. Seseorang yang mengalami kecemasan akan menyerang bagian kognitifnya, hal ini dapat dilihat cara seseorang tersebut mempersepsikan sesuatu, persepsi cenderung menyempit, dan sering kali berfokus pada apa yang menjadi perhatiannya saja atau pada stressor yang dialaminya saja (Donsu, 2017).

Untuk mencegah terjadinya komplikasi perlu ada keterlibatan keluarga dalam mendukung selama pengobatan. Pemberdayaan keluarga merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam peningkatan pengetahuan serta dukungan keluarga dalam penatalaksanaan hipertensi pada anggota keluarga. Dukungan keluarga sangat mempengaruhi kualitas kesehatan anggota keluarga serta keberhasilan asuhan keperawatan keluarga. Berdasarkan penelitian (Handayani et al., 2022) bahwa ada hubungan yang sangat kuat antara dukungan keluarga dan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi, dukungan keluarga mempengaruhi kepatuhan pasien untuk minum obat anti hipertensi

Faktor pengetahuan dalam menangani hipertensi menjadi hal yang sangat penting diketahui oleh keluarga dan pasien, dimana pengetahuan tersebut diperoleh dari informasi salah satunya perawat. Perawat sebagai tim medis mempunyai peran dalam mengubah persepsi dan mengurangi resiko komplikasi penyakit lainnya dengan menjadi educator kesehatan dan prosedur asuhan keperawatan yang harus dilakukan guna memulihkan dan menjaga kesehatan. Adanya pengetahuan yang efektif mampu

membantu penderita hipertensi untuk melakukan pola hidup sehat dan rutin mengkonsumsi obat secara rutin agar terhindar dari komplikasi lainnya (Manoppo & Masi, 2018).

Selain pengetahuan pengobatan hipertensi secara farmakologi dapat pula dilakukan melalui pengobatan non farmakologi diantaranya teknik relaksasi otot progresif. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Rahayu et al., 2020) tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif terhadap Tekanan Darah Lansia menunjukkan terjadi penurunan nilai rata-rata yang sebelumnya 149/89 mmHg menjadi 137/79 mmHg atau terjadi penurunan sebanyak 21, 8 mmHg.

Hal ini sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ilham et al., 2019) tentang Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif Dalam Menurunkan Hipertensi Pada Lansia, didapatkan hasil yaitu tekanan darah pada lansia setelah diberikan terapi relaksasi otot progresif dari 43 responden didapatkan hasil rata-rata tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan intervensi yaitu sebelum dilakukan intervensi, sistolik 155,8 mmHg dan diastolic 89,8 mmHg dan setelah dilakukan intervensi tekanan sistolik 150,4 mmHg dan diastolic 86, 5 mmHg, terjadi penurunan sistolik sebesar 5, 34 mmHg dan diastolic 4, 25 mmHg.

Menurut penelitian (Waryantini et al., 2021) tentang Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi, analisis data menggunakan analisis bivariate adalah uji t Pvalue ($\alpha = 0,05$) = 0,000. Nilai signifikan (p-value) yaitu $0,000 < \text{dari nilai alfa}$ (0,05) maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima artinya ada pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Menurut penelitian (Rahayu et al., 2020) tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif terhadap Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi, Analisis menggunakan Wilcoxon. test. nilai rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan relaksasi otot progresif menunjukkan nilai

p-value $0,000 < \alpha (0,05)$ maka dapat disimpulkan bahwa berarti H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap nilai tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Penelitian menurut (Murhan & Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang, 2020), tentang Penerapan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia, menggunakan analisis bivariat adalah uji t independen dan t dependen. Uji t independen yang digunakan melihat pengaruh Relaksasi Otot progresif terhadap tekanan darah klien pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, sementara uji t dependent digunakan untuk menganalisis perbedaan tekanan darah masing-masing responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum dan setelah terapi . Terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik pada tekanan darah sistolik ($p < 0,01$), tekanan darah diastolic ($p = 0,05$) dan denyut jantung ($p < 0,05$), penurunan yang signifikan setelah setelah PMR.

Penelitian menurut (Halida Mubarakah & Panma, 2023) tentang Penerapan Teknik Relaksasi Otot Progresif pada Asuhan Keperawatan Pasien dengan Hipertensi, Hasil dari intervensi tersebut adalah klien mengatakan lebih rileks, sakit kepala berkurang, tekanan darah pasien turun menjadi 142/85 mmHg, dan juga klien mengatakan rutin melakukan teknik tersebut disaat penulis belum menengok kondisi dirinya, dan klien mengatakan akan rutin melakukan teknik relaksasi otot progresif secara mandiri di rumah jika merasa tekanan darahnya mulai naik dan gejala sakit kepala muncul lagi.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di RW 07 Kelurahan Ciseuruh, sebagian besar lansia penderita berada di Rt 02 mengeluh sakit kepala dan keluarga tidak mengetahui cara perawatan yang benar terhadap keluarga yang menderita hipertensi, maka penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan pada lansia yang memiliki masalah hipertensi dengan memberikan intervensi relaksasi otot progresif.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan dengan masalah hipertensi dan pemberian terapi relaksasi otot progresif.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menganalisis asuhan keperawatan keluarga dengan kasus hipertensi pada lansia di RW 07 Kelurahan Ciseureuh Kecamatan Regol Kota Bandung

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus yang ingin dicapai oleh penulis yaitu :

- a. Melakukan pengkajian keluarga dengan kasus hipertensi pada lansia di RW 07 Kelurahan Ciseureuh Kecamatan Regol Kota Bandung
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan keluarga kaengan kasus hipertensi pada lansia di RW 07 Kelurahan Ciseureuh Kecamatan Regol Kota Bandung
- c. Membuat rencana asuhan keperawatan keluarga dengan kasus hipertensi pada lansia di RW 07 Kelurahan Ciseureuh Kecamatan Regol Kota Bandung
- d. Melakukan implementasi keperawatan keluarga dengan kasus hipertensi pada lansia di RW 07 Kelurahan Ciseureuh Kecamatan Regol Kota Bandung
- e. Melakukan evaluasi hasil asuhan keperawatan keluarga dengan kasus hipertensi pada lansia di RW 07 Kelurahan Ciseureuh Kecamatan Regol Kota Bandung

D. Manfaat Penulisan

Terkait dengan tujuan, maka karya ilmiah akhir komprehensif ini diharapkan mampu memberikan manfaat untuk pihak-pihak terkait antara lain :

1. Manfaat Teoritis

Karya ilmiah akhir komprehensif ini ada kaitannya dengan mata kuliah keperawatan keluarga, yaitu tentang Asuhan Keperawatan Keluarga pada Kasus Hipertensi : Relaksasi Otot Progresif di RW 07 Kelurahan Ciseureuh Kecamatan Regol Kota Bandung

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Mahasiswa Keperawatan

Karya ilmiah akhir komprehensif ini diharapkan bisa meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam mengatasi masalah pada pasien dengan hipertensi

b. Manfaat Bagi Pelayanan Kesehatan

Karya ilmiah komprehensif ini diharapkan bisa diterapkan dalam pelaksanaan dengan hipertensi menjadi acuan dalam asuhan keperawatan. Mengembangkan intervensi keperawatan

c. Bagi Keluarga

Karya ilmiah akhir komprehensif ini diharapkan kepada keluarga untuk dapat membawa anggota keluarga yang menderita hipertensi ke posyandu setiap bulannya agar kesehatan terkontrol dengan baik.

E. Sistematika Penulisan

BAB I

Pada bab ini berisi tentang latar belakang masalah pengambilan kasus, rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penulisan, serta sistematika penulisan

BAB II

Pada bab ini membahas teori berkaitan dengan keluarga, hipertensi, relaksasi otot progresif

BAB III

Pada bab ini membahas dokumentasi laporan kasus pada klien ke-1 dan klien ke-2 mulai dari pengkajian, perencanaan, implementasi, dan evaluasi.

BAB IV

Pada bab ini menelaah kesenjangan antara teori dengan kenyataan di lapangan yang terdiri dari pengkajian, perumusan diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi dan evaluasi.

BAB V

Kesimpulan dan saran, berisi tentang kesimpulan dari pembahasan kasus secara teori dan kasus yang terjadi pada pasien dengan kasus hipertensi serta saran yang mampu meningkatkan pelayanan asuhan keperawatan lainnya dengan kasus yang sama.