

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi menduduki peringkat ketiga sebagai penyakit tidak menular (PTM) paling banyak menyebabkan kematian, menurut *World Health Organization* (2018) menunjukkan seluruh dunia sekitar 982 juta jiwa atau 26,4% penduduk di bumi menderita hipertensi dengan perbandingan 26,6% laki-laki dan 26,1% perempuan. Jumlah penderita hipertensi pada lansia, yaitu pada usia 45-54 tahun sejumlah 35,65%, pada usia 55-64 tahun sejumlah 45,9%, pada usia 65-74 tahun sejumlah 57,6%, dan pada usia >75 tahun sejumlah 63,8% (WHO, 2018).

Hipertensi di Indonesia menurut data Riskesdas (2018) menyatakan bahwa total penderita hipertensi di Indonesia adalah 8,4%, provinsi Sulawesi Utara merupakan provinsi dengan angka kejadian hipertensi tertinggi di Indonesia dengan prevalensi sebanyak 13,2% diikuti provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dengan prevalensi 10,3% dan provinsi Papua memiliki prevalensi terendah dengan 4,4%. Sementara prevalensi Hipertensi di Provinsi Lampung mencapai 8,0% pada tahun 2013, dan meningkat 8,2% pada tahun 2018. Adapun untuk wilayah kabupaten Pringsewu hasil pengukuran tekanan darah, kasus hipertensi mengalami kenaikan disbanding dengan tahun 2013 dengan nilai dari 25,8% menjadi 34,1%. (Riskesdas, 2018).

Hipertensi merupakan jenis penyakit *degenerative* yang artinya semakin menua usia seseorang akan memperparah keadaan penyakit tersebut. Hipertensi sendiri mendapatkan gelar berupa “*silent killer*” merupakan sebuah ancaman kesehatan yang nyata bagi setiap individu, karena dengan kondisi tekanan darah yang melebihi batas normal dan dapat beresiko terhadap jantung, ginjal, dan otak. Hipertensi adalah pemicu utama timbulnya penyakit berat antara lain stroke, gagal jantung, atau gagal ginjal yang dapat mematikan penderitanya secara perlahan-lahan (Alpiani, 2020).

Hipertensi dapat menyebabkan terjadinya *shear stress* yang menimbulkan luka dan memunculkan penumpukan plak yang dapat mengurangi elastisitas dan ruptur pada pembuluh darah. Penumpukan yang terjadi di otak menyebabkan sel-sel otak akan mengalami kematian karena kekurangan suplai darah dan oksigen sehingga munculnya penyakit serebrovaskuler akibat penurunan perfusi jaringan serebral menjadi meningkat (Alpiani, 2020).

Oleh sebab itu, mengingat betapa berbahayanya efek yang di timbulkan oleh hipertensi maka perlu dilakukan upaya pencegahan terjadinya peningkatan tekanan darah. Pengetahuan yang minim terkait diet nutrisi yang tepat bagi penderita hipertensi mengakibatkan tidak terkontrolnya keadaan tekanan darah penderita. Upaya pencegahan peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai cara,

antara lain dengan mengkonsumsi obat-obatan seperti amlodipine, nifedipine atau captopril. Lalu dengan menggunakan modifikasi pola hidup dua pola hidup yang sangat perlu disesuaikan adalah merokok dan stres. Rokok mempunyai efek vasokonstriksi pada pembuluh darah. Peranan stres belum begitu jelas tetapi relaksasi dan manajemen stres yang efektif sangat membantu dalam mengendalikan hipertensi, dan yang terakhir dengan diet nutrisi (Subekti, 2017).

Hipertensi dan komplikasinya dapat diatasi dan dicegah dengan perilaku: diet rendah garam, diet rendah lemak, tidak mengkonsumsi alkohol, tidak merokok, kurangi makan yang mengandung kalium tinggi, batasi kafein, dan control tekanan darah secara teratur. Diet yang sering dianjurkan adalah mengkonsumsi makanan rendah garam, yaitu hanya 4 gram sehari. Menjaga rasa makan sehari-hari mungkin adalah diet terbaik bagi penderita hipertensi (Asyofi, 2017).

Dampak yang lazim muncul pada pasien hipertensi diantaranya adalah : Penurunan curah jantung, Intoleransi aktivitas, Ansietas dan kelebihan volume cairan, defisiensi pengetahuan, Nyeri akut. Nyeri akut merupakan pengalaman sensori kata emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan actual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan. Dampak dari sensasi nyeri yang tidak di tangani pada lansia penderita

hipertensi akan mengakibatkan rasa tidak nyaman, mengganggu aktivitas dan meningkatkan resiko jatuh pada lansia (Nurarif, 2015).

Beberapa penatalaksanaan hipertensi secara umum dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Berbagai pengobatan non farmakologi dapat dilakukan dengan cara pengaturan makan yang rendah garam (natrium), tinggi kalium, diet rendah kolestrol diet kaya buah dan sayur, olahraga, memperbaiki gaya hidup kurang sehat seperti merokok dan mengkonsumsi alkohol, manajemen nyeri lakukan pengkajian nyeri yang komprehensif meliputi lokasi, karakteristik, awitan dan durasi, frekuensi, kualitas, intensitas atau keparahan nyeri dan oleh factor presitipasinya (SIKI, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Kurniawansah (2017) dengan fokus asuhan keperawatan keluarga pada klien yang mengalami hipertensi dengan intervensi lakukan pengkajian nyeri secara komprehensif termasuk lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas dan factor prepitasi, observasi reaksi nonverbal dari ketidaknyamanan, gunakan teknik komunikasi terapeutik untuk mengetahui pengalaman pasien, kaji kultur yang mempengaruhi respon nyeri, evaluasi pengalaman nyeri masa lampau dan di dapatkan hasil klien mengatakan setelah melakukan tehnik relaksasi nafas dalam selama 2 hari nyeri yang di rasakan terasa manfaatnya nyeri yang di rasakan berkurang, klien mengatakan merasa lebih rileks dan tidur merasa lebih nyenyak, klien mengatakan dapat beristirahat dengan baik dan rileks, klien tampak lebih rileks setelah

melakukan tehnik relaksasi nafas dalam, klien tampak tersenyum, klien tampak tidak memegang tengkuknya lagi.

Adapun intervensi yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri akut antara lain lakukan pengkajian nyeri secara komprehensif termasuk lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas dan factor precipitasi, observasi reaksi nonverbal dari ketidaknyamanan, gunakan teknik komunikasi terapeutik untuk mengetahui pengalaman pasien, kaji kultur yang mempengaruhi respon nyeri, bantu pasien dan keluarga untuk mencari dan menemukan dukungan, pilih dan lakukan penanganan nyeri (non farmakologi dengan kompres hangat), kaji tipe dan sumber nyeri untuk menentukan intervensi, berikan informasi tehnik relaksasi nafas dalam, ajarkan tehnik relaksasi nafas dala, anjurkan istirahat (SIKI, 2017).

Sementara menurut penelitian Hartanti (2018) Hasil penelitian menunjukkan terdapat penurunan tekanan darah responden setelah diberikan terapi relaksasi nafas dalam yaitu tekanan darah sistolik sebesar 18,46 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 6,54 mmHg. Analisis statistik dengan menggunakan paired sample T-test dengan tingkat kepercayaan yang diambil sebesar 95% dengan α 5% (0,05), didapatkan nilai α value tekanan darah sistolik 0,001 dan α value tekanan darah diastolik 0,001. Hal ini menunjukkan terapi relaksasi napas dalam efektif menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Penelitian ini

merekomendasikan terapi relaksasi napas dalam efektif digunakan dalam menurunkan tekanan darah (sistolik dan diastolik) pada pasien hipertensi.

Sementara penelitian yang dilakukan Anggraini (2020) adanya perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah intervensi teknik relaksasi nafas dalam ($p=0.000$), ada hubungan usia terhadap tekanan darah diastolik ($p=0.043$) dan ada hubungan makanan berlemak tinggi terhadap tekanan darah diastolik ($p=0.037$). Kesimpulan: Teknik relaksasi nafas dalam dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi selama empat hari dan direkomendasikan perawat mengajarkan tarik nafas dalam dan memotivasi pasien untuk latihan mandiri di rumah.

Mengingat pentingnya penanganan nyeri pada lansia yang mengalami hipertensi, peneliti berniat melakukan penyusunan video teknik relaksasi nafas dalam, media video dipilih karena target dalam penelitian adalah lansia, lansia akan lebih efektif memahami praktik teknik nafas dalam melalui video, ketimbang menggunakan media lain karena lansia dapat langsung mendapatkan contoh secara langsung dan lebih menarik. Berdasarkan pembahasan dari latar belakang di atas maka peneliti berniat melakukan terapi nafas dalam dalam upaya menurunkan keluhan nyeri akibat peningkatan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi dengan penggunaan media video, sehingga fokus bahasan “Karya Ilmiah Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Hipertensi dengan inovasi memberikan tehnik relaksasi nafas dalam dengan menggunakan media video tahun 2022”

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada karya tulis ilmiah ini adalah “Karya Ilmiah Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Hipertensi dengan inovasi memberikan tehnik relaksasi nafas dalam dengan menggunakan media video tahun 2022?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Melaksanakan Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Hipertensi dengan inovasi memberikan tehnik relaksasi nafas dalam dengan menggunakan media video tahun 2022

2. Tujuan Khusus

a. Melakukan Pengkajian keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan inovasi memberikan tehnik relaksasi nafas dalam dengan menggunakan media video.

b. Menegakan Diagnosis keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan inovasi memberikan tehnik relaksasi nafas dalam dengan menggunakan media video.

c. Merumuskan Rencana keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan inovasi memberikan tehnik relaksasi nafas dalam dengan menggunakan media video.

d. Melaksanakan Tindakan keperawatan padlansia yang mengalami hipertensi dengan inovasi memberikan tehnik relaksasi nafas dalam dengan menggunakan media video.

- e. Melakukan Evaluasi Keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan inovasi memberikan tehnik relaksasi nafas dalam dengan menggunakan media video.

D. Manfaat

1. Manfaat bagi perawat

Sebagai tambahan informasi untuk mengetahui dalam bidang praktik keperawatan khususnya asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah nyeri akut dengan media video teknik nafas dalam.

2. Manfaat bagi fasilitas kesehatan

Sebagai bahan masukan dan evaluasi yang diperlukan dalam pelayanan pelaksanaan keperawatan, khususnya asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah nyeri akut dengan media video teknik nafas dalam.

3. Manfaat bagi institusi pendidikan

Dapat digunakan sebagai informasi bagi institusi pendidikan dalam pengembangan penelitian tentang asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah nyeri akut dengan media video teknik nafas dalam.

4. Manfaat bagi klien

Dengan penelitian ini diharapkan pasien dapat mengimplementasikan Asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah nyeri akut dengan media video teknik nafas dalam.