

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi bisa di artikan sebagai salah satu penyakit degeneratif yang dapat di akibatkan oleh tekanan darah yang abnormal yang telah mengalami peningkatan pada pembuluh arteri yang sudah berkelanjutan lebih dari awal periode dan hingga pada akhirnya mencapai periode dimana terjadi penyempitan pada pembuluh darah arteri yang mengakibatkan darah tidak dengan mudah mengalir (Bahtiar et al., 2021). Masalah hipertensi yang sering terjadi antara lain mengalami gejala seperti pusing, nyeri kepala, cemas, gangguan tidur, pegal pada leher, sesak napas, kelelahan dan mata berkunang-kunang. Kemudian hipertensi juga dapat menyebabkan komplikasi dalam jangka yang panjang dan berpotensi buruk seperti penyakit arteri koroner, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal yang dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup pada seseorang. Nyeri kepala di sebabkan oleh endapan di pembuluh darah dan arteriosklerosis yang mengurangi elastisitas pembuluh darah. Aterosklerosis menyebabkan kejang, penyumbatan, dan hilangnya O₂ (oksigen) di pembuluh darah (arteri), mengakibatkan nyeri kepala dan ketegangan pada struktur kepala dan leher (Wibowo, 2021).

Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2020 menyebutkan bahwa sekitar 1,13 miliar jumlah penderita hipertensi di dunia. Hal tersebut menandakan bahwa satu dari tiga orang di dunia terdiagnosis hipertensi dan 9,4 juta orang diperkirakan meninggal dunia setiap tahunnya. WHO juga menyebutkan

bahwa negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sebesar 40% dan Negara maju hanya 35%. Kawasan Afrika memegang posisi puncak penderita hipertensi, yaitu sebesar 40%, Kawasan Amerika sebesar 35% dan Asia Tenggara 36%. Sedangkan kawasan Asia penyakit hipertensi telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya. Penyakit hipertensi Indonesia cukup tinggi, yakni mencapai 32% dari total jumlah penduduk (Tarigan, Lubis, & Syarifah, 2018). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Indonesia (2018) prevalensi hipertensi pada penduduk Indonesia yang berusia 18 tahun sebesar 34,1 %, usia 31-44 tahun (31,6%), usia 45-54 tahun (45,3%) dan usia 55-64 tahun (55,2%). Namun jika dilihat dari angka kejadiannya, hipertensi tidak hanya menyerang orang dengan usia lanjut tetapi juga menyerang orang dengan usia produktif sehingga hipertensi menjadi masalah utama yang terjadi di Indonesia (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2023, prevalensi Hipertensi di Jawa Timur (Jatim) mencapai 36,3 persen pada penduduk usia di atas 18 tahun. Perkiraan jumlah penderitanya, sekitar 11.596.351 jiwa. Namun, dari angka 11 juta orang itu, baru 6.030.102 penduduk yang mendapatkan pelayanan kesehatan. Artinya masih ada sekitar 5,6 juta orang yang belum terdeteksi, atau tidak mendapatkan perawatan. Sedangkan Berdasarkan hasil studi pendahuluan di wilayah kerja RSAU dr. Efram Harsana kejadian Hipertensi pada bulan Januari hingga Desember 2022 sebanyak 32.281 kasus. Pada bulan Januari terdapat 159 kasus, bulan Februari 180 kasus, bulan Maret 187 kasus, bulan April 178 kasus, bulan Mei 196 kasus, bulan Juni 202 kasus, bulan Juli 215 kasus, bulan Agustus 287 kasus, bulan September 270 kasus,

bulan Oktober 251 kasus, bulan November 238 kasus, bulan Desember 229 kasus (Buku Rekam Medis RSAU dr. Efram Harsana, 2022).

Nyeri kepala pada pasien hipertensi disebabkan oleh kerusakan vaskuler pembuluh darah. Nyeri timbul sebagai suatu mekanisme pertahanan bagi tubuh yang timbul ketika jaringan sedang dirusak sehingga menyebabkan individu tersebut bereaksi dengan cara memindahkan stimulus nyeri. Sejalan dengan bertambahnya usia hampir setiap orang mengalami kenaikan tekanan darah dan akan terus meningkat sampai usia 80 tahun (Nurman, 2021). Penatalaksanaan dalam mengatasi hipertensi terbagi menjadi dua, yaitu pengobatan farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu pengobatan hipertensi yang dapat dilakukan yaitu dengan cara terapi komplementer atau non farmakologis. Terapi komplementer yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi yaitu terapi relaksasi otot progresif. Penatalaksanaan hipertensi secara farmakologis bertujuan untuk mencegah kematian dan komplikasi dengan mencapai dan mempertahankan tekanan darah arteri pada atau kurang dari 140/90 mmHg. Penatalaksanaan non farmakologis mencakup penurunan berat badan, pembatasan alkohol dan natrium, olahraga teratur dan relaksasi. Relaksasi otot progresif salah satu bentuk terapi yang berupa pemberian instruksi kepada seseorang dalam bentuk gerakan-gerakan yang tersusun secara sistematis untuk merileksasikan pikiran dan anggota tubuh seperti otot-otot dan mengembalikan kondisi dari keadaan tegang ke keadaan rileks, normal dan terkontrol, mulai dari gerakan tangan sampai kepada gerakan kaki (Mersil, 2019). Sehingga terapi relaksasi otot progresif ini banyak manfaatnya bagi tubuh, terapi ini bisa dilakukan secara mandiri dan mudah tanpa efek samping (Ekarini, 2021).

Peran perawat untuk mengatasi masalah nyeri pada pasien yang menderita hipertensi yaitu mengurangi tingkat nyeri dengan teknik yang menyenangkan, meningkatkan coping pasien dengan cara menghadirkan diri serta mengajarkan pasien menggunakan teknik relaksasi (Butcher, 2018). Penatalaksanaan asuhan keperawatan nonfarmakologis dimaksudkan untuk membantu penderita hipertensi dalam mempertahankan tekanan darah pada tingkat normal sehingga memperbaiki kondisi sakitnya. Penatalaksanaan hipertensi tidak selalu menggunakan obat-obatan (farmakologis). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pendekatan nonfarmakologis dapat dilakukan pada penderita hipertensi, salah satunya dengan menggunakan relaksasi otot progresif (Mersil, 2019). Relaksasi otot progresif adalah salah satu pilihan relaksasi yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri kepala pada pasien hipertensi. Dimana terapi relaksasi otot progresif dapat merangsang pengeluaran zat kimia endorfin serta merangsang signal otak yang menyebabkan otot rileks dan meningkatkan aliran darah ke otak, maka dari itu melakukan relaksasi otot progresif dapat menurunkan nyeri pada kepala pasien hipertensi (Wulandari dkk, 2020). Seperti yang dijelaskan dalam surah (QS. An-Nisa ayat : 32) yang berbunyi:

وَلَا تَمَنَّوْا مَا فَضَّلَ اللَّهُ بِهِ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ ۚ لِلرِّجَالِ نَصِيبٌ مِّمَّا اكْتَسَبُوا وَلِلنِّسَاءِ نَصِيبٌ مِّمَّا

اَكْتَسَبْنَ ۚ وَسَأَلُوا اللَّهَ مِنْ فَضْلِهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا ﴿٣٢﴾

Artinya : Dan janganlah kamu iri hati terhadap karunia yang telah dilebihkan Allah kepada sebagian kamu atas sebagian yang lain. (Karena) bagi laki-laki ada bagian dari apa yang mereka usahakan, dan bagi perempuan (pun) ada bagian dari apa yang mereka usahakan. Mohonlah kepada Allah sebagian dari karunia-Nya. Sungguh, Allah Maha Mengetahui segala sesuatu. (QS. An-Nisa

ayat : 32). Iri hati merupakan salah satu Penyakit jantung (hati) yang apabila berlangsung lama atau sering maka akan menyebabkan jantung bekerja lebih ekstra memompa darah yang terbilang banyak, dan dalam jangka waktu yang lama atau sering akan mengakibatkan tekanan darah menjadi naik atau biasa disebut sebagai hipertensi.

Evaluasi yang diharapkan setelah dilakukan penanganan masalah keperawatan nyeri akut yang telah disebutkan diatas yaitu tingkat nyeri pasien berkurangnya ditandai dengan tanda tanda vital pasien dalam batas normal, tidak muncul gangguan tidur, tidak ada gangguan eliminasi, serta mampu berkonsentrasi dan untuk peningkatan coping dalam mengatasi nyeri (Moorhead, dkk, 2018). Berdasarkan uraian latar belakang diatas yang telah dikemukakan mengenai penderita hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di RSAU dr. Efram Harsana Maospati.

1.2 Rumusan Masalah

Penelitian ini akan menjawab permasalahan dari fenomena yang diangkat oleh peneliti yang dituangkan oleh latar belakang masalah. Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah : “ Bagaimana Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di RSAU dr. Efram Harsana Maospati?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Pada Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di RSAU dr. Efram Harsana Maospati

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian pada pasien Hipertensi dengan Nyeri Akut.
2. Menegakkan diagnosis keperawatan pada pasien Hipertensi dengan Nyeri Akut.
3. Merumuskan intervensi keperawatan pada pasien Hipertensi dengan Nyeri Akut dan Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif.
4. Melaksanakan implementasi pada pasien Hipertensi dengan Nyeri Akut dan Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif.
5. Melakukan evaluasi pada pasien Hipertensi dengan Nyeri Akut dan Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif.
6. Melakukan dokumentasi keperawatan pada pasien Hipertensi dengan Nyeri Akut dan Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Pasien

Dengan asuhan keperawatan yang diberikan diharapkan mampu meningkatkan pemahaman klien tentang nyeri akut dan penyakit hipertensi serta klien mampu menerapkan terapi relaksasi otot progresif dalam mengatasi nyeri yang dihadapi.

2. Bagi Keluarga

Mampu memberikan pengetahuan dan wawasan pada keluarga pasien agar keluarga mampu mencegah serta mengatasi terjadinya hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

3. Bagi Rumah Sakit

Peneliti ini dapat digunakan sebagai bahan untuk memberikan penyuluhan pada pasien dan meningkatkan pelayanan, sehingga dapat menambah pengetahuan kepada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

4. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil karya ilmiah akhir ini dapat menjadi bahan informasi dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan nyeri akut melalui terapi non farmakologi untuk menurunkan nyeri berdasarkan *evidence based practice* yaitu terapi relaksasi otot progresif.

5. Bagi Institusi

Dapat memberikan gambaran untuk meningkatkan mutu pendidikan keperawatan serta dokumentasi, menambah wawasan dan pengetahuan untuk para pembaca di perpustakaan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.