

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Hipertensi pada usia lanjut berkaitan dengan proses penuaan yang dialami. Proses menjadi tua atau menua merupakan proses biologis yang tidak dapat dihindari oleh setiap orang ketika tuhan memberikan karunia-nya dengan usia yang panjang (Hartati dkk., 2022). Terdapat beberapa tahapan seseorang akan menjadi lansia yaitu pra lansia (*middle age*) adalah seseorang yang telah mencapai usia 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) adalah seseorang yang telah mencapai usia 75-90 tahun, dan usia sangat tua (*very old*) adalah seseorang yang telah mencapai usia >90 tahun (WHO, 2021). Menjadi tua bukanlah penyakit, melainkan siklus lambat yang merupakan proses penurunan sistem imun pada tubuh (Kholifah, 2016). Hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh lanjut usia.

Menurut WHO penyakit hipertensi terus mengalami peningkatan diperkirakan sebanyak 1,13 miliar orang diseluruh dunia menderita hipertensi, penderita hipertensi terjadi terutama pada usia 30-79 tahun (WHO, 2021). Penyebab kematian yang paling banyak diketahui di Indonesia yaitu penyakit tidak menular (PTM), dengan persentase 69,91% (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Menurut Profil Dinas Kesehatan Provinsi Bali pada tahun 2019-2020 penderita hipertensi mengalami peningkatan di tahun 2019 sebanyak 820.878 kasus dan mengalami penurunan di tahun 2020 sebanyak 738.123 kasus, walaupun terjadi penurunan kasus, penderita hipertensi masih banyak ditemukan di masyarakat (Dinkes Bali,

2020). Kabupaten Badung masih ditemukan sebanyak 9.611 kasus hipertensi (Dinkes Bali, 2020). Penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan di Puskesmas Kuta Utara memiliki cakupan 62 %, sedangkan pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) khususnya pada penderita hipertensi untuk mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 95,9 % dari jumlah kasus yaitu 1.430 kasus, yang berarti belum seluruhnya penderita hipertensi mendapat pelayanan kesehatan (Dinkes Badung, 2021).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM). Hipertensi adalah suatu kondisi seseorang yang memiliki tekanan darah tinggi, jika tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg (WHO, 2021). Pada penderita hipertensi keluhan yang sering dirasakan yaitu nyeri pada kepala dibagian belakang. Gejala nyeri tersebut terjadi penyumbatan pada pembuluh darah seseorang, sehingga mengakibatkan perubahan pembuluh darah dan terjadilah vasokonstriksi (Ngurah, 2020). Hipertensi merupakan kondisi medis yang serius dan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Upaya pencegahan yang dapat dilakukan untuk penderita hipertensi adalah dengan menurunkan tekanan darah yang dapat dilakukan dengan dua jenis yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi yaitu menggunakan obat antihipertensi, sedangkan pengobatan non farmakologi yaitu melakukan kebiasaan pola hidup sehat (Muzaenah & Nurhikmah, 2021).

Penanganan secara non farmakologi lainnya dapat menjadi alternative penatalaksanaan pada pasien hipertensi, salah satunya adalah dengan memberikan terapi *isometric handgrip exercise*. Tekanan darah pada penderita hipertensi dapat menurun dengan cara melakukan aktivitas fisik, selain dapat memberi manfaat

besar pada segala usia seperti meningkatkan massa otot, meningkatkan kekuatan ekstremitas atas, menurunkan tekanan darah dan juga memiliki hubungan positif terhadap penurunan kasus kardiovaskular pada penderita hipertensi sebesar 50% (Aprianti dkk., 2022). Terapi *isometric handgrip exercise* merupakan suatu latihan dengan menggunakan alat *handgrip*, bentuk latihannya dengan mengontraksikan otot tangan secara statis tanpa diikuti dengan pergerakan berlebih dari otot dan sendi, selain latihan pada tangan, pernapasan juga diatur sehingga memberikan efek ketenangan bagi pasien. Terapi ini dilakukan dalam waktu pendek secara kontinyu selama 2-5 menit dalam 5 hari berturut-turut, yang dapat menyebabkan tekanan darah dan denyut jantung mencapai nilai stabil, menurunkan tekanan darah sekitar 7 mmHg untuk sistolik dan 5 mmHg untuk diastolik, tidak berisiko injuri (Sutrisno & Rekawati, 2021). Terapi yang dilakukan termasuk kegiatan yang sederhana, dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja, serta hanya memerlukan alat yang sederhana, alat *handgrip* juga sangat gampang ditemukan di toko alat olahraga atau di *online shop*, sehingga dapat memudahkan penderita hipertensi melakukan terapi *isometric handgrip exercise* secara mandiri.

Terapi *isometric handgrip exercise* terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi, hal ini dibuktikan dari penelitian yang dilakukan oleh Yunita (2022) yang berjudul “Pengaruh Terapi *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap Penurunan Tekanan Darah MAP (*Mean Arterial Pressure*) dan Kekambuhan pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dasuk Kabupaten Sumenep” menunjukkan bahwa adanya pengaruh terapi *isometric handgrip exercise* terhadap penurunan tekanan darah dan mengontrol kekambuhan hipertensi dengan *p-value* 0,001 ( $p < 0,05$ ), menurut analisis peneliti

terapi *isometric handgrip exercise* merupakan terapi otot progresif yang menggunakan alat *handgrip*, latihan tersebut menyebabkan terjadinya peregangan pada otot yang ditimbulkan karena beban pada latihan, efek yang ditimbulkan juga dapat memperlancar peredaran darah dan rileks sehingga terjadi penurunan tekanan darah.

Penelitian dari Silva et al (2018) dengan judul “*Acute Blood Pressure Responses After Different Isometric Handgrip Exercise Protocols in Hypertensive Patients*” menyatakan bahwa pemberian terapi *isometric handgrip exercise* pada pasien hipertensi, didapatkan hasil dari analisis pada individu setelah diberikan terapi terdapat penurunan tekanan darah diastolik dan denyut jantung dengan hasil *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ).

Berdasarkan hasil penelitian lainnya yaitu Yanti & Rizkia (2022) dengan judul “Pengaruh Terapi *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi” menunjukkan bahwa hasil penerapan sebelum dan setelah diberikan terapi *isometric handgrip* selama 5 hari berturut-turut dan dilakukan evaluasi, didapatkan hasil bahwa terapi *isometric handgrip* efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Batang Kuis.

Hal tersebut didukung juga dari hasil penelitian Aprianti dkk (2022) dengan judul “Asuhan Keperawatan dengan Pemberian Terapi *Isometric Handgrip Exercise* untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Mengurangi Nyeri pada Pasien Hipertensi” menunjukkan bahwa hasil pemberian terapi *handgrip exercise* sebanyak 2 kali sehari selama 5 hari berturut-turut pada pasien hipertensi, pada responden 1 terjadi penurunan pada tekanan darah sistolik dari pemeriksaan awal

180 mmHg menjadi 130 mmHg, sedangkan pada responden 2 tekanan darah sistolik pemeriksaan awal 170 mmHg menjadi 120 mmHg.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Kuta Utara bahwa terapi *isometric handgrip exercise* belum pernah diterapkan di pelayanan kesehatan salah satunya di Wilayah Kerja Puskesmas. Selama ini, pengelolaan hipertensi non farmakologis dengan menggunakan yoga tertawa yang dilaksanakan oleh kader posyandu lansia, selain itu juga diberikan pemeriksaan tekanan darah, pemberian edukasi diet dan kepatuhan minum obat setiap kegiatan posyandu lansia.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk mengaplikasikan riset tentang *isometric handgrip exercise* tersebut dalam pengelolaan kasus yang dituangkan dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada Tn.B dengan Hipertensi Menggunakan Terapi *Isometric Handgrip Exercise* di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti mengangkat rumusan masalah yaitu Bagaimanakah “Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada Tn.B dengan Hipertensi Menggunakan Terapi *Isometric Handgrip Exercise* di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Tujuan umum pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimanakah asuhan keperawatan nyeri akut pada Tn.B dengan hipertensi menggunakan terapi *isometric handgrip exercise* di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Melakukan pengkajian data keperawatan pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara.
- b. Merumuskan diagnosis keperawatan pada asuhan keperawatan pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara.
- c. Menyusun perencanaan asuhan keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara.
- d. Mengimplementasikan pemberian tindakan terapi nonfarmakologi yaitu terapi *isometric handgrip exercise* pada pasien hipertensi dengan nyeri akut di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara.
- e. Mengevaluasi tindakan pemberian terapi nonfarmakologi yaitu terapi *isometric handgrip exercise* pada pasien hipertensi dengan nyeri akut di Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Utara.
- f. Menganalisis intervensi inovasi dengan konsep *evidence based practice*.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

- a. Hasil karya tulis ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan tenaga kesehatan khususnya perawat dalam memberikan asuhan keperawatan nyeri akut dengan terapi *isometric handgrip exercise* pada pasien hipertensi.

- b. Hasil karya tulis ini diharapkan dapat menambah dan mengembangkan pengetahuan bagi mahasiswa jurusan keperawatan mengenai asuhan keperawatan nyeri akut dengan terapi *isometric handgrip exercise* pada pasien hipertensi.
- c. Hasil karya tulis ini diharapkan dapat digunakan sebagai gambaran untuk penelitian lebih lanjut yang terkait dengan asuhan keperawatan nyeri akut dengan terapi *isometric handgrip exercise* pada pasien hipertensi.

## **2. Manfaat praktis**

- a. Hasil karya tulis ini diharapkan dapat memberikan pertimbangan kepada perawat dalam memberikan pelayanan asuhan keperawatan nyeri akut dengan terapi *isometric handgrip exercise* pada pasien hipertensi.
- b. Hasil karya tulis ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap pada pasien hipertensi terkait penggunaan terapi *isometric handgrip exercise* dalam menurunkan tekanan darah tinggi dan menurunkan keluhan nyeri.
- c. Hasil karya tulis ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi bagi pihak institusi kesehatan sesuai dengan standar praktik keperawatan dalam memberikan terapi nonfarmakologi pada pasien hipertensi.