

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peningkatan tekanan darah arteri dikenal sebagai hipertensi. Dua angka dalam pemeriksaan hipertensi adalah nilai sistolik (lebih tinggi) saat jantung berkontraksi dan nilai diastolik (lebih rendah) saat jantung berelaksasi. (diastolik). (Hasanah, 2019).

Karena hipertensi adalah suatu kondisi yang berlangsung bertahun-tahun tanpa gejala, komplikasinya dikenal sebagai “pembunuh diam-diam”. Sakit kepala, gelisah, muka merah, leher pegal, rasa berat di tengkuk, telinga berdenging, sulit tidur, kelelahan, mata pusing, hingga mimisan merupakan gejala yang mudah terlihat. Menurut sistem organ tempat pembuluh darah melakukan vaskularisasi, gejala seperti perdarahan retina dan edema pupil dapat menjadi tanda cedera pembuluh darah.(Pradono et al., 2020).

Menurut penelitian, rata-rata orang dewasa (18 tahun ke atas) yang menderita tekanan darah tinggi adalah sekitar 22 tahun. Tiga puluh satu kematian akibat penyakit jantung dan lima puluh satu kematian akibat stroke berhubungan dengan hipertensi. Fakta bahwa setiap tahunnya semakin banyak pasien hipertensi yang dirawat di fasilitas kesehatan kelas dunia adalah buktinya. (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Penderita hipertensi akan menunjukkan gejala dan indikator penurunan kenyamanan. Kurangnya kebahagiaan, keringanan, dan kesempurnaan dalam

bidang fisik, psikis, spiritual, lingkungan, dan sosial dikenal dengan gangguan kenyamanan. Efek sampingnya antara lain mual, vertigo, kelelahan, dan sulit tidur. Ini akan menyebabkan arteri darah menyempit dan menyumbat jaringan sel otak jika pengobatan ditunda. Perawat dapat memberikan informasi dan dukungan, termasuk latihan pernapasan dalam, pijat, kompres, dan bantuan pemberian obat, kepada pasien hipertensi yang merasa tidak nyaman.(Kamelia et al., 2021)

Kementrian Kesehatan RI melaporkan pada tahun 2016 penyakit tidak menular menyumbang kurang lebih 71 penderita penyebab kematian dunia serta membunuh 36 juta per tahunnya kurang lebih 80 penderita asal kematian ini terjadi pada negara berpengasilan menengah dan yang berpengasilan rendah. Kekhawatiran akan menyebarkan penyakit tidak menular ini sudah membentuk konveksi wacana strategi untuk global buat pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular, terutama di negara-negara berkembang.(Kemenkes, 2019).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Bali, terdapat 738.123 orang dewasa berusia di atas 15 tahun di masing-masing delapan kabupaten dan satu kota di provinsi tersebut menderita hipertensi. Kabupaten tersebut adalah: Gianyar (89.603 kasus), Klungkung (39.693 kasus), Bangli (58.013 kasus), Karangasem (86.792 kasus), Buleleng (122.524 kasus), Badung (9.611 kasus), Jembrana (54.082 kasus), Tabanan (101.984 kasus).), dan Kota Denpasar (175.821 kasus). Informasi ini menunjukkan bahwa Denpasar merupakan kota

teratas di Bali dengan prevalensi hipertensi tertinggi. (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2021).

Profil Kesehatan Kabupaten Tabanan melaporkan penderita hipertensi di wilayah Kabupaten Tabanan baru mencapai 10,6 penderita, Berdasarkan data Profil Kesehatan Kabupaten Tabanan bahwa kasus hipertensi di Rsud Tabanan dengan prevalensi sebanyak 6,7 penderita pada tahun 2017. Tahun 2018 prevalensi kasus hipertensi di Rsud Tabanan sebanyak 9,6 penderita. Dari data tersebut, 14.74 penderita hipertensi adalah laki-laki dan 5.267 penderita hipertensi adalah perempuan (Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan, 2020)

Peningkatan risiko kematian dini dikaitkan dengan hipertensi. Seiring berjalannya waktu, tekanan darah tinggi dapat merusak pembuluh darah di otak, mata, ginjal, jantung, dan hati. Karena jarang teridentifikasi meski sudah terjadi bertahun-tahun, hipertensi merupakan masalah yang sangat signifikan dan besar.(Pratiwi, 2020).

Ada dua jenis penatalaksanaan hipertensi: terapi farmasi dan terapi nonfarmakologis. Pengobatan non-farmakologis, yang tidak melibatkan penggunaan obat-obatan dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan anggota keluarga, teman, atau ahli medis. (Murwidi , Imam Cahyo , Muhlis, Rasdiyanah, 2021).

Pengobatan hipertensi tanpa menggunakan obat-obatan dapat menurunkan peningkatan tekanan darah pasien. Terapi relaksasi pernapasan dalam merupakan pengobatan non-farmakologis yang membantu pasien hipertensi

mengurangi rasa tidak nyamannya. Menutup mata dan menarik napas perlahan, berirama, dan nyaman ke dalam perut dikenal sebagai relaksasi pernapasan dalam. Efek terapi ini berupa fokus atau gangguan.(Haryani & Misniarti, 2020).

Saat membandingkan efek terapi relaksasi pernapasan dalam pada tekanan darah tinggi, frekuensi pernapasan meningkat dari 16–19 kali per menit menjadi 6–10 kali per menit. Untuk menurunkan tekanan darah tinggi, relaksasi nafas dalam akan menyebabkan keluarnya oksida nitrat dan masuk ke paru-paru bahkan sel otak. Nitric oxide memiliki kemampuan untuk menenangkan orang.(Wardani, 2015)

Meskipun saat ini tidak ada cukup bukti yang mendukung kemampuan teknik relaksasi pernapasan dalam untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, namun terbukti memiliki dampak yang dalam menurunkan tekanan darah. Oleh karena itu, teknik relaksasi pernapasan dalam memberikan peluang besar untuk penerapan klinis. Banyaknya manfaat dari teknik relaksasi pernapasan dalam ini, termasuk kemudahan penggunaannya, mendukung kondisi tersebut. Diperlukan lebih banyak penelitian mengenai teknik relaksasi pernapasan dalam ini.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas penyakit penderita hipertensi di Rsud Tabanan penulis pemberian Teknik terapi relaksasi nafas dalam ini belum dilaksanakan dengan sempurna, maka dari itu penulis tertarik untuk mengaplikasikan judul “Implementasi Pemberian Terapi Relaksasi Nafas

Dalam Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Cempaka 2 Rsd Tabanan” Intervensi keperawatan yang akan di implemntasikan yaitu terapi komplementer dengan Teknik relaksasi nafas dalam pada penderita hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dikemukakan adalah, “Bagaimana Implementasi Pemberian Terapi Relaksasi Pernapasan Dalam pada Pasien Hipertensi dengan Gangguan Kenyamanan di Ruang Cempaka 2 RSUD Tabanan?” dan itu berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan sebelumnya.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui Implementasi Pemberian Terapi Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Ruang Cempaka 2 Rsd Tabanan

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian studi kasus diuraikan sebagai berikut :

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi di wilayah Rsd Tabanan.
- b. Mengidentifikasi diagnosis keperawatan pada pasien hipertensi di wilayah Rsd Tabanan.

- c. Mengidentifikasi tindakan keperawatan pada pasien hipertensi di wilayah Rsud Tabanan.
- d. Mengimplemtasikan terapi relaksasi nafas dalam pada penderita penyakit hipertensi di wilayah Rsud Tabanan.
- e. Mengevaluasi terapi relaksasi nafas dalam pada penderita penyakit hipertensi di wilayah Rsud Tabanan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil kajian ilmiah ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca sekalian, memberikan sumbangan pengetahuan, dan memajukan bidang keperawatan medik bedah khususnya yang berkaitan dengan penerapan terapi relaksasi nafas dalam pada pasien gangguan kenyamanan yang menderita hipertensi di Wilayah Rsud Tabanan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi responden, diharapkan hasil studi kasus ini dapat bermanfaat bagi responden, karena hubungan dengan referensi atau kajian baru tentang Implementasi Pemberian Terapi Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Hipertensi Dengan Gangguan Rasa Nyaman Di Tabanan
- b. Bagi masyarakat, kajian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi agat tetap bermotivasi dan sadar akan pemberian terapi relaksasi

nafas dalam menggunakan Teknik terapi relaksasi nafas dalam untuk menurunkan hipetensi di wilayah Rsud Tabanan.

- c. Bagi peneliti, mempunyai wawsan baru mengenai pemberian terapi relaksasi nafas dalam pada pasien hipertansi untuk menurunkan tekanan darah tinggi