

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah mencapai 140/90 mmHg yang disebut *New Communicable Diseases* (Zipres, 2019). Hingga saat ini, hipertensi penyebab utama kematian yang menjadi masalah seluruh dunia. Menurut Kemenkes (2019) berdasarkan data WHO 2019 angka kejadian di Afrika mencapai 27% sedangkan menurut Kemenkes (2018) kejadian di Indonesia mencapai 34,11% diperkirakan 1 dari 4 orang memiliki hipertensi. Tingginya angka kejadian hipertensi juga terjadi di beberapa Kota/Kabupaten. Kemenkes (2018) mengatakan Kota Pontianak menduduki urutan pertama terletak pada Kecamatan Pontianak Barat yang berada di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II mencapai 13.898 jiwa (Kemenkes, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa Kota Pontianak juga mengalami peningkatan Hipertensi.

Peningkatan hipertensi berkaitan dengan bertambah usia seseorang dan pola hidup yang tidak sehat dalam kehidupan sehari-harinya. Faktanya, di Indonesia masyarakat lebih suka mengonsumsi makanan yang asin-asin, berlemak dan malas melakukan olahraga, tanpa disadari hal ini dapat meningkatkan tekanan darah. Hasil penelitian Hamria (2020) mengatakan hipertensi disebabkan pola makan tidak baik, kurang aktivitas dan stress. Beberapa penderita juga mengeluhkan nyeri pada kepala, letih dan pusing saat terjadi peningkatan tekanan darah yang tidak disadari oleh penderita hipertensi. Penderita terkadang baru menyadari setelah melakukan pemeriksaan kesehatan dan mendapatkan penanganan secara farmakologis dengan mengonsumsi Diuretik, Penyekat Beta dan ACEI, untuk menurunkan tekanan darah (Suhadi, 2016). Namun pada kenyataannya, pengobatan tersebut dapat memberikan efek samping seperti muntah, lemah pada otot dan pusing saat berdiri (Kemenkes, 2013). Hal ini mendorong peneliti untuk menggunakan metode lain yang efektif digunakan serta mengurangi efek samping dengan penanganan secara non-farmakologis.

Hasil penelitian Nurman (2017) mengatakan perbandingan antara intervensi terapi ROP dengan hasil Rata-rata penurunan 19,33/5,34 mmHg, sedangkan tehnik relaksasi nafas dalam 14/8,67 mmHg. Hal ini menunjukan bahwa penerapan ROP efektif digunakan dalam pemberian asuhan keperawatan. Hal ini juga didukung 3 jurnal Internasional hasil penelitian Mulyani (2020), Ain (2018), Arisjulyanto (2018), dan 3 jurnal Indonesia hasil penelitian Rolyn (2021), Azwalidi (2021), Zainuddin (2018), setelah dianalisa hasil penelitian sama-sama mengatakan bahwa penerapan ROP efektif untuk digunakan dalam menurunkan tekanan darah, rata-rata penurunan sebesar 10-15 mmHg.

Relaksasi otot progresif merupakan prosedur yang dapat mengurangi ketegangan dan kecemasan (Permana, 2021). Cara melakukannya dengan memusatkan perhatian dengan mengidentifikasi otot yang tegang kemudian menurunkan ketegangan dengan melakukan teknik relaksasi untuk mendapatkan perasaan relaks (Ain, 2018). Adapun kelebihan ROP yaitu penerapan relative mudah, tanpa efek samping, tidak membutuhkan biaya dan efektif digunakan dalam sehari-hari. Efektivitas ROP tentunya mempunyai mekanisme kerja yaitu dengan menstimulasi kelenjar hipotalamus menurunkan sekresi hormon CRH dan ACTH, yang menyebabkan aktivitas syaraf simpatis menurun dan meningkatkan aktivitas syaraf parasimpatis sehingga terjadi pengeluaran hormon adrenalin dan hormon noradrenalin menurun, akhirnya terjadi vasodilatasi, menurunnya kontraktilitas otot jantung, sehingga tekanan darah arterial jantung menurun dan terjadi penurunan tekanan darah (Nurman, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II Pontianak, klien tidak pernah mendapatkan terapi non farmakologis sehingga disini peneliti memberikan pilihan kepada responden yaitu terapi relaksasi otot progresif, tarik napas dalam dan kompres hangat jahe untuk menurunkan tekanan darah. Setelah diberikan penjelasan, klien tertarik ingin diberikan terapi ROP. Sehingga pada penelitian ini peneliti menerapkan ROP pada Ny.M dalam menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Penerapan Asuhan Keperawatan Pada Ny.M Yang Menderita Penyakit Hipertensi Dengan Intervensi Relaksasi Otot Progresif terhadap Penurunan Tekanan darah Tinggi Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Perumnas II Pontianak”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam karya ilmiah akhir ners ini adalah “Bagaimana Penerapan Analisis Asuhan Keperawatan Pada Ny.M Yang Menderita Penyakit Hipertensi Dengan Intervensi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi di wilayah kerja UPT Puskesmas Perumnas II Pontianak.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah menganalisis penerapan *Evidence Based Practice* pada asuhan keparawatan medikal bedah dengan kasus hipertensi.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari Karya Ilmiah Akhir Ners adalah sebagai berikut:

- a. Menganalisis asuhan keperawatan pada klien dengan kasus hipertensi
- b. Menganalisis hasil penerapan relaksasi otot progresif untuk mengatasi tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi.
- c. Mencari alternatif pemecahan masalah atau sosial yang dapat dilakukan dalam penerapan intervensi

D. Manfaat Penulisan

Manfaat penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners yang disampaikan pada penulis terbagi menjadi:

1. Teoritis

Diharapkan dapat bermanfaat bagi bidang keperawatan khususnya keperawatan medikal bedah dan dapat menjadi dasar untuk mengembangkan ilmu keperawatan tentang intervensi relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah tinggi.

2. Praktis

a. Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan hasil Karya Ilmiah ini dapat menambah referensi bahan bacaan bagi mahasiswa STIKes YARSI Pontianak yang menjadi suatu pengetahuan bagi mahasiswa dan dapat menjadi acuan penelitian selanjutnya dalam pengembangan ilmu keperawatan.
menambah referensi

b. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

Diharapkan hasil Karya Ilmiah ini sebagai dasar dalam pengembangan memberikan informasi tentang asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi untuk memberikan penatalaksanaan non-farmakologis dengan relaksasi otot progresif.

c. Bagi Pasien

Diharapkan pasien dapat menerapkan teknik relaksasi otot progresif secara mandiri dan rutin untuk mempertahankan tekanan darah dalam rentang normal.

d. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil Karya Ilmiah ini dapat digunakan sebagai alternatif untuk mengatasi suatu masalah yang berkaitan dengan hipertensi dengan menerapkan teknik relaksasi otot progresif pada pasien dengan hipertensi.