

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah tekanan darah sistolik lebih atau sama dengan 150 mmHg - 180 mmHg, yang biasanya juga tekanan diastolik akan meningkat dan tekanan diastoliknya lebih tinggi atau sama dengan 90 mmHg – 120 mmHg (Fitriyana & Wirawati, 2022). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan ketika terjadi peningkatan tekanan darah yang dapat berlanjut pada gangguan sistem organ, seperti stroke untuk otak, penyakit jantung koroner, gangguan pembuluh darah jantung dan gangguan otot jantung. Penyakit ini telah menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat yang ada di Indonesia maupun di beberapa negara yang ada di dunia.(Solikhahh, 2023). Secara global, World Health Organization (WHO) memperkirakan prevalensi hipertensi mencapai 33% pada tahun 2023 dan dua pertiga diantaranya berada di negara miskin dan berkembang. (Ardiansyah & Widowati, 2024)

Berdasarkan data dari riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia berkisar 34,1 % atau 185.857 kasus. Jumlah penderita hipertensi di Provinsi Nusa Tenggara Timur tahun 2018 berjumlah 27,7%. Prevalensi kasus hipertensi di Kabupaten Sumba Timur (Data Dinas Kesehatan Sumba Timur, 2023) sebanyak 43.453 kasus (2020), sebanyak 42.831 kasus (2021), sebanyak 41.604 kasus (2022) (Toru et al., 2025). Data yang diperoleh dari Puskesmas Kawangu periode tiga tahun terakhir pada tahun 2020 terdapat 770 orang yang menderita hipertensi, tahun 2021 mengalami peningkatan menjadi 881 orang dan pada tahun 2022 mengalami penurunan menjadi 679 orang penderita hipertensi.

Berbagai masalah yang menjadikan hipertensi tidak terkontrol adalah pengetahuan penderita tentang penyakitnya. Seperti tidak melaksanakan kontrol tekanan darah, tidak merasakan adanya keluhan, kurang pengetahuan pasien tidak mengikuti anjuran, diet dan gaya hidup yang benar. Hal tersebut dapat berdampak pada tingginya angka penderita hipertensi.

Indonesia telah melakukan berbagai upaya untuk menyadarkan masyarakat mengenai bahaya hipertensi, komplikasi dan cara pengendaliannya. Melalui kegiatan seminar hipertensi dan deteksi dini faktor risikonya ini diharapkan dapat meningkatkan partisipasi dan kemandirian masyarakat dalam pencegahan dan penanggulangan hipertensi dan faktor risikonya, sehingga sekaligus dapat menurunkan prevalensi faktor risiko dan prevalensi penyakit jantung dan pembuluh darah, seperti stroke dan penyakit jantung koroner di Indonesia. Upaya pengendalian hipertensi ini dapat dilakukan penderitanya dengan memonitoring tekanan darah secara teratur, berhenti merokok, meningkatkan aktivitas fisik, mengonsumsi makanan tinggi serat dan rendah garam. Tetapi kenyataan membuktikan bahwa pengendalian hipertensi tidak semudah yang diperkirakan. Banyak faktor yang harus diperhatikan baik dari penderita, tenaga kesehatan, obat-obatan maupun pelayanan kesehatan. (Elfina Yulidar et al., 2023)

Nyeri akut merupakan nyeri yang terjadi setelah adanya kerusakan atau berpotensi untuk mengalami kerusakan dan dimulai dengan terjadi rangsangan pada reseptor nyeri. Kondisi yang sering dialami penderita hipertensi tersebut lama kelamaan akan berpengaruh terhadap kualitas hidup, oleh karena itu perawat dan tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan intervensi yang

tepat kepada penderitanya (Vilana et al., 2024). Masalah keperawatan yang dapat dirumuskan dari manifestasi klinis tersebut adalah nyeri akut (Tim Pokja PPNI, 2018a). Nyeri merupakan merupakan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan. Salah satu intervensi utama yang dapat diberikan pada saat memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi dengan masalah nyeri akut adalah adalah manajemen nyeri (Tim Pokja PPNI, 2018b).

Manajemen nyeri dalam asuhan keperawatan terdiri dari intervensi berupa observasi, tindakan terapeutik, edukasi dan kolaborasi. Salah satu tindakan yang diberikan dalam tindakan terapeutik adalah teknik relaksasi nafas dalam. Teknik relaksasi nafas dalam yang dilakukan dapat menurunkan konsumsi oksigen, metabolisme, frekuensi pernafasan, frekuensi jantung, tegangan otot dan tekanan darah. Pada pasien hipertensi teknik relaksasi nafas dalam menyebabkan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi baik sedang maupun berat. (Vilana et al., 2024).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti ingin melakukan penelitian tentang penerapan teknik relaksasi napas dalam dengan masalah keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kawangu.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah efektivitas penerapan teknik relaksasi napas dalam dengan masalah keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kawangu?

1.3 Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Mampu menerapkan teknik relaksasi napas dalam dengan masalah keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kawangu

b. Tujuan Khusus

- 1) Melakukan pengkajian pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di wilayah kerja Puskesmas Kawangu
- 2) Menegakkan diagnosa keperawatan yang tepat pada pasien dengan masalah keperawatan nyeri akut di wilayah kerja Puskesmas Kawangu
- 3) Menentukan intervensi keperawatan yang tepat pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di wilayah kerja Puskesmas Kawangu
- 4) Melakukan implementasi keperawatan yang tepat pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di wilayah kerja Puskesmas Kawangu
- 5) Mengevaluasi asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di wilayah kerja Puskesmas Kawangu

1.4 Manfaat Penelitian

a. Manfaat bagi Puskesmas Kawangu

Dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi perawat untuk melakukan asuhan keperawatan yang benar dalam rangka meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

b. Manfaat bagi Responden

Penderita hipertensi dapat menerapkan secara mandiri teknik relaksasi napas dalam untuk mengurangi nyeri.

c. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Menambah pengetahuan, wawasan dan sebagai referensi ketika melakukan penelitian tentang penerapan teknik relaksasi napas dalam dengan masalahkeperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi.

d. Manfaat bagi Program Studi Keperawatan Waingapu

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh mahasiswa lain untuk menambah referensi serta menambah daftar Pustaka dalam perpustakaan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul	Desain Penelitian	Sampel dan teknik sampling	variabel	Instrument	Hasil
1	Penerapan teknik relaksasi nafas dalam untuk pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada Tn S dan Ny. Y dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu (Rameko, E. 2021)	Menggunakan desain penelitian deskriptif analitik dalam bentuk studi kasus	Subjek yang digunakan yaitu 2 orang pasien	1. Hipertensi 2. Teknik relaksasi napas dalam	1. Wawancara 2. Observasi 3. Format pengkajian asuhan keperawatan	Saat di evaluasi yang diharapkan pada pasien berhasil tercapai, hal ini dibuktikan dengan Tn. S ditandai dengan skala nyeri yang menurun dari skala 4 (nyeri sedang) dengan tekanan darah 140/100 mmHg menjadi skala nyeri 3 (nyeri ringan) dengan tekanan darah 130/80 mmHg. Sedangkan pada Ny. Y ditandai dengan skala nyeri 5 (nyeri sedang) dengan tekanan darah 150/100 mmHg menjadi skala nyeri 3 (nyeri ringan) dengan tekanan darah 130/90 mmHg. Kedua pasien tersebut masih berada di rentang skala nyeri yang sama yaitu di skala nyeri ringan

2	Asuhan keperawatan pada sdr. A dengan fokus intervensi pemberian teknik relaksasi napas dalam untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi di rumah sakit permata bunda purwodadi (Lorenza, et al. 2023)	Menggunakan desain penelitian kuantitatif deskriptif dengan rancangan studi kasus	Subjek yang digunakan yaitu 1 orang pasien yang mengalami perawatannya inap	Teknik relaksasi napas dalam, hipertensi, nyeri kepala	Stetoskop. sphygmomanometer	Peneliti mengidentifikasi bahwa setelah diberikan tindakan teknik relaksasi nafas dalam selama 3 hari 2 kali setiap pagi dan siang dan saat nyeri timbul nyeri bagian tengkuk berkurang setiap harinya turun 1 point adanya perubahan skala nyeri dari skala 6 menjadi skala 3.
---	--	---	---	--	-----------------------------	---

Yang membedakan penelitian saya dengan penelitian sebelumnya adalah lokasi yang dipilih, saya melakukan penelitian di Kabupaten Sumba Timur, khususnya di Wilayah Kerja Puskesmas Kawangu dengan lebih berfokus pada penerapan teknik relaksasi napas dalam yang diajarkan atau dilatih langsung ke pasien dengan menggunakan instrument yang lebih spesifik yaitu SOP, Leaflet dan Poster.