

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*World Health Organization* atau WHO (2023) memaparkan bahwa hipertensi mempengaruhi sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 di seluruh dunia, dengan dua pertiga tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (Unger et al., 2023).

Data prevalensi hipertensi di Indonesia tahun 2023 dapat dilihat dalam Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Hasil SKI 2023 : prevalensi hipertensi pada kelompok usia 18–24 tahun sebesar 10,7% Prevalensi hipertensi pada kelompok usia 25–34 tahun sebesar 17,4% (Kemenkes, 2021).

Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur menempatkan penyakit hipertensi sebagai penyakit tertinggi ke empat di Nusa Tenggara Timur .Hasil rekapitan Dinas kesehatan Sumba Timur menyatakan bahwa pada tahun 2020 penderita hipertensi mencapai 43.453 orang sedangkan pada tahun 2021 mengalami penurunan dengan jumlah penderita 42.831 orang dan pada tahun 2022 terdapat 41.604 orang penderita hipertensi dan pada tahun 2023 angka kejadian hipertensi mencapai 34,1% (Sakinah, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Kanatang RT 10/RW 05 pada tanggal 25 september 2023 di dapatkan data dari puskesmas kanatang, selama 8 bulan terakhir januari sampai agustus 2023 dengan jumlah 400 jiwa  $\geq 73$  tahun. dari 400 jiwa terdapat 380 jiwa 80% penderita hipertensi.

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal. Seseorang dapat dikatakan mengalami peningkatan tekanan darah apabila tekanan darah sistolik  $\geq 130$  mmHg atau tekanan darah diastolik  $\geq 80$  mmHg (Unger et al., 2020). Hipertensi dapat menyebabkan komplikasi yang mengenai berbagai organ target, seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan arteri perifer. Kerusakan organ-organ di atas bergantung pada seberapa tinggi tekanan darah dan seberapa lama tekanan darah tinggi tersebut terkontrol dan tidak diobati. Masalah keperawatan yang muncul pada hipertensi yaitu nyeri akut (Muhadi 2016; S. Putra & Susilawati, 2022).

Menurut Herdman T (2022), nyeri akut adalah pengalaman sensori dan emosional tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial, yang digambarkan sebagai kerusakan (*International Association for the Study of Pain*), awitan yang tiba-tiba atau lambat dengan intensitas ringan hingga berat, dengan berakhirnya dapat diantisipasi atau diprediksi, dan dengan durasi kurang dari tiga bulan. Nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang aktual dan potensial (Brunner & Sudarth, 2022).

Nyeri akut pada pasien hipertensi di sebabkan karena penyempitan pembuluh darah di kepala. Perubahan pada arteri kecil dan arteola menyebabkan penghambatan pada pembuluh darah, yang menyebabkan gangguan aliran darah. Ketika suplai oksigen berkurang dan karbon dioksida meningkat, metabolisme anaerobik terjadi di dalam tubuh, dan meningkatkan

laktat dan merangsang sensitivitas nyeri kapiler di otak (Prayitno & Khoiriyah, 2018). Sakit kepala di sebabkan oleh endapan di pembuluh darah dan arteriosklerosis yang mengurangi elastisitas pembuluh darah. Aterosklerosis menyebabkan kejang, penyumbatan, dan hilangnya O<sub>2</sub> (oksigen) di pembuluh darah (arteri), mengakibatkan sakit kepala dan ketegangan pada struktur kepala dan leher (Wibowo, 2021).

Nyeri akut yang tidak ditangani dapat berdampak buruk pada kualitas hidup, baik secara fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi. Nyeri akut yang tidak ditangani dengan baik juga dapat berkembang menjadi nyeri kronis. Dampak fisik Memperburuk kualitas kesehatan, Mempercepat kerusakan jaringan, Gangguan tidur, Kehilangan selera makan, Stres, sakit kepala. Salah satu cara untuk mengatasi nyeri akut yaitu teknik relaksasi napas dalam.

Teknik relaksasi napas dalam dapat mengatasi nyeri akut dengan cara mengalihkan perhatian, mengurangi ketegangan, dan meningkatkan toleransi nyeri. Cara melakukan teknik relaksasi napas dalam yaitu Posisikan tubuh rileks, Tarik napas dalam-dalam melalui hidung, Saat menarik napas, perut dan dada terangkat perlahan, Tahan napas selama 3 detik, Hembuskan napas melalui mulut secara perlahan. Menurut Priharjo (2023) dan Wardani (2021), teknik relaksasi napas dalam dapat membantu menurunkan nyeri kepala. Teknik ini juga dapat membantu menurunkan intensitas nyeri akut pada pasien.

Berdasarkan teori diatas penulis melakukan pengelolaan dengan penerapan asuhan keperawatan dalam bentuk studi kasus dengan judul “**Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kanatang.**”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kanatang?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mampu Menerapkan Teknik Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Nyeri Akut Di Wilayah Kerja Puskesmas Kanatang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mampu melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi Masalah Keperawatan Nyeri Akut
2. Mampu menegakkan diagnosa keperawatan pada pasien Hipertensi
3. Mampu menentukan intervensi keperawatan pada pasien Hipertensi
4. Mampu melakukan implementasi keperawatan pasien hipertensi dengan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut
5. Mampu menentukan evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

#### **1. Manfaat Bagi Pengembangan Ilmu**

Melalui Laporan studi kasus ini di harapkan dapat digunakan sebagai bahan acuan dan pembelajaran khususnya untuk mengetahui asuhan keperaw\*36atan pada Pasien Hipertensi dengan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut bagi mahasiswa Keperawatan Waingapu.

#### **2. Manfaat Bagi Peneliti**

Kegiatan penelitian ini dapat menambah wawasan, ilmu pengetahuan, pengalaman bagi peneliti dalam menerapkan asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi institusi pendidikan dapat mengevaluasi sejauh mana mahasiswa menguasai Gambaran Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi
2. Bagi Puskesmas Kandat dapat di jadikan masukan bagi perawat untuk melaksanakan Teknik Relaksasi Napas yang benar dalam rangka meningkat mutu pelayanan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi
3. Bagi pasien sebagai bahan informasi yang dapat menambah wawasan pengetahuan tentang Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi

## 1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

<b>Nama</b>	<b>Tahun</b>	<b>Judul penelitian</b>	<b>Metode</b>	<b>Hasil penelitian</b>
Kinanti	2020	Teknik relaksasi napas dalam pada pasien hipertensi untuk mengurangi gejala nyeri kepala	Studi Kasus	dari 5 artikel didapatkan bahwa terjadi penurunan skala nyeri kepala setelah dilakukan pemberian teknik relaksasi napas dalam pada pasien hipertensi
Kevin alya zika mega rullyani	2023	Asuhan keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi di RSUD kardinah kota tegal	Deskriptif	Setelah dilakukan asuhan keperawatan selama 3x24 jam, hasil studi kasus menyatakan bahwa masalah teratasi dengan melakukan tindakan teknik relaksasi napas dalam.

Perbedaan penelitian yang peneliti lakukan dengan penelitian terlebih dahulu adalah dimana peneliti melakukan penelitian saat ini menggunakan studi kasus dan pelaksanaannya di Kecamatan Kota Waingapu Wilayah Kerja Puskesmas Kanatang Kabupaten Sumba Timur dengan jumlah partisipan sebanyak 1 orang. Teknik pengambilan data pada studi kasus ini menggunakan panduan wawancara, observasi dan dokumentasi (WOD).