

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah di Indonesia. Hipertensi menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah yang melebihi dari batas normal pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (InfoDatin, 2016).

Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai. Penyakit hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi. Hipertensi mencetuskan timbulnya plak aterosklerotik di arteri serebral dan arteriol, yang dapat menyebabkan oklusi arteri, cedera iskemik dan stroke sebagai komplikasi jangka panjang pada hipertensi (Yonata, 2016).

Secara nasional hasil riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi sebesar 34,11%. Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan (36,85%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (31,34%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (34,43%) dibandingkan dengan pedesaan (33,72%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur (Kemenkes RI, 2019)

Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia

terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemkes, 2019).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 hipertensi dari 5 tahun terakhir terjadi peningkatan sekitar 8.3%, yaitu pada tahun 2013 prevalensi hipertensi di Indonesia sekitar 25.8% dan pada tahun 2018 meningkat menjadi 34.1%. Prevalensi hipertensi tertinggi di Kalimantan selatan sekitar 44.1% dan terendah di Papua 22.2% (Riskesdas, 2018).

Menurut Profil Kesehatan Tahun 2018, angka penderita hipertensi sebanyak 2.891.393 orang di Provinsi Sumatera Utara. Daerah yang paling banyak penderita hipertensi di Sumatera Utara adalah Deli Serdang dengan jumlah 474.132 kemudian Medan dengan jumlah 423.933, Simalungun dengan jumlah 197.588 dan terendah di Pakpak Barat 7.475 jiwa (Dinkes Sumut, 2019).

Berdasarkan data Rekam Medik di Rumah Sakit Umum Ferdinand Lumban Tobing Kota Sibolga jumlah penderita hipertensi pada tahun 2016 sebanyak 45 orang. Pada tahun 2017 sebanyak 26 orang. Dan pada tahun 2018 sebanyak 66 orang (RSU F.L Tobing Sibolga, 2019).

Tingginya hipertensi dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah gaya hidup yang tidak sehat, konsumsi garam yang tinggi, makanan berlebihan, minum alkohol dan merokok (Olivia, 2017). Dampak yang diderita pada pasien hipertensi dapat menimbulkan berbagai faktor risiko hingga terjadinya komplikasi seperti penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke, gagal ginjal kronik, dan retinopati. Dan juga dapat mengakibatkan morbiditas

yang memerlukan penanganan serius, dan mortalitas yang cukup tinggi sehingga hipertensi disebut sebagai “*the silent killer*” (Bianti Nuraini, 2015).

Hipertensi merupakan penyakit yang dapat menimbulkan ansietas (kecemasan). Ansietas diakibatkan oleh kepedulian yang berlebihan akan masalah yang sedang dihadapi (nyata) ataupun yang dibayangkan mungkin terjadi. Ansietas yang paling sering terjadi karena penyakit, salah satunya hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit yang menyebabkan masalah-masalah baru, seperti stroke, gagal jantung, ginjal dan pastinya semua berdampak terjadinya kematian, sehingga perlu adanya pencegahan lebih dini agar hipertensi tidak menyebabkan masalah permasalahan baru bagi pasien. Permasalahan inilah yang membuat pasien dan keluarga cemas akan keadaan pasien (Idayati, 2016).

Ansietas merupakan hal yang lazim dialami seseorang dan berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Ansietas ditandai dengan perasaan was-was, khawatir, atau tidak nyaman seakan-akan terjadi sesuatu yang dirasakan sebagai ancaman (PH, Livana; Keliat, Budi Anna; & Putri, 2016). Kecemasan yang berlangsung terus-menerus akan mengakibatkan stress, depresi hingga mempengaruhi kualitas hidup penderita menjadi menurun dan kemungkinan terburuk terjadinya kematian pada penderita (Adhar & A. Fahira, 2018). Menurut Idaiani (2015), seseorang yang mengalami kecemasan yang berkepanjangan jika tidak diatasi dengan segera maka akan berdampak pada masalah gangguan mental emosional dan beresiko terjadinya masalah gangguan jiwa.

Pada pasien hipertensi yang mengalami kecemasan dapat mengakibatkan stimulasi simpatis yang meningkatkan frekuensi denyut jantung, curah jantung dan resistensi vascular, efek simpatis ini meningkatkan tekanan darah. Kecemasan

meningkatkan tekanan darah sebesar 30 mmHg. Menunjukkan sebagian besar responden (62,5%) tingkat kecemasan sedang dan sebagian besar responden lainnya (10%) dalam kategori kecemasan ringan (Pramana, Okatiranti & Ningrum, 2016).

Penerapan terapi yang dapat dilakukan dengan cara mengontrol kecemasan yang salah satunya dengan teknik relaksasi otot progresif. Terapi relaksasi progresif merupakan terapi yang memusatkan pikiran pada nafas dalam dan peregangan otot. Prosedur ini berfokus untuk meregangkan ketegangan otot dengan memusatkan pada pernapasan yang dikombinasikan dengan gerakan-gerakan yang mengencangkan dan melemaskan otot pada satu bagian tubuh untuk memberikan perasaan relaksasi. Pada saat tubuh berespon rileks karena terapi relaksasi progresif secara otomatis akan terjadi perubahan rentang stres. Pada kondisi ini sekresi hormon adrenal akan menurun, dengan demikian kondisi tubuh yang sebelumnya mengalami peningkatan kerja jantung, pola nafas, tekanan darah dan metabolisme akan mengalami penurunan seiring dengan perubahan rentang stres. Dengan demikian, terapi relaksasi progresif memberikan efek yang baik dalam menurunkan rentang cemas (Merina dkk., 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Gunardi Pome, dkk (2019), dengan intervensi relaksasi otot progresif dalam menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan pasien hipertensi dengan ansietas ringan 51,7%, ansietas sedang 30%, dan ansietas berat 18,3%, namun setelah diberikan relaksasi otot progresif terdapat penurunan tingkat ansietas skor 43,14 yang berada pada rentang ansietas sedang menjadi rata-rata 22,42 berada pada tingkat ansietas ringan. Perubahan akibat tehnik

relaksasi otot progresif adalah menurunkan tekanan darah, menurunkan frekuensi jantung, mengurangi disritmia jantung, mengurangi kebutuhan oksigen dan konsumsi oksigen, mengurangi ketegangan otot, menurunkan laju metabolik, meningkatkan gelombang alfa otak yang terjadi ketika klien sadar, tidak memfokuskan perhatian dan rileks, meningkatkan kebugaran, meningkatkan konsentrasi dan memperbaiki kemampuan untuk mengatasi stressor.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Fadli (2018) yang menunjukkan adanya perbedaan tekanan darah dan nadi setelah diberikan intervensi terapi relaksasi otot progresif dimana terjadi penurunan nadi dengan seiring dengan turunnya skor kecemasan sehingga responden lebih rileks. Tujuan dari teknik relaksasi yaitu mencapai keadaan relaks menyeluruh, mencakup keadaan relaks secara fisiologis, secara kognitif dan secara behavioral, secara fisiologis, keadaan relaks ditandai dengan penurunan kadar epinefrin dan non-epinefrin dalam darah, penurunan frekuensi denyut jantung (sampai mencapai 24 kali per menit), penurunan frekuensi napas (sampai 4-6 kali per menit), penurunan ketegangan otot, metabolisme menurun, vasodilatasi dan peningkatan temperatur pada ekstremitas.

Dari uraian diatas, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Asuhan Keperawatan pada klien Hipertensi dengan Ansietas dalam penerapan relaksasi otot progresif di Rumah Sakit Umum Dr Ferdinand Lumban Tobing Kota Sibolga tahun 2020.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas yang menjadi perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Pada Klien Yang Mengalami Hipertensi dengan Ansietas dalam Penerapan Relaksasi Otot Progresif di Rumah Sakit Umum Dr Ferdinand Lumban Tobing Kota Sibolga Tahun 2020?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari karya tulis ilmiah ini adalah untuk mengidentifikasi adanya persamaan, kelebihan dan kekurangan dari jurnal yang sudah di review tentang “ Asuhan Keperawatan Pada Klien Yang Mengalami Hipertensi Dengan Ansietas Dalam Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Di Rumah Sakit Umum Dr Ferdinand Lumban Tobing Kota Sibolga Tahun 2020 ”.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan Khusus penelitian ini ialah :

- a) Mengidentifikasi adanya persamaan dari jurnal yang sudah di review
- b) Mengidentifikasi adanya kelebihan dari jurnal yang sudah di review
- c) Mengidentifikasi adanya kekurangan dari jurnal yang sudah di review

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil studi kasus ini diharapkan berguna untuk mengembangkan dan menambah pengetahuan yang telah ada untuk mengatasi masalah keperawatan

yang diangkat dalam penelitian ini yaitu “Hipertensi dengan Ansietas dalam penerapan relaksasi otot progresif”.

1.4.2 Manfaat Praktis

a) Perawat

Menambah pengetahuan dan meningkatkan mutu pelayanan pada hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas.

b) Rumah sakit

Diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi rumah sakit dalam upaya meningkatkan mutu dalam memberikan asuhan keperawatan pada klien *hipertensi* dengan masalah keperawatan *ansietas*.

c) Institusi Pendidikan

Digunakan sebagai tambahan wacana dan referensi sehingga dapat menambah pengetahuan tentang asuhan keperawatan pada klien *hipertensi* dengan masalah *ansietas*.

d) Klien

Hasil penelitian ini dapat memberikan wacana bagi partisipan dan keluarga untuk menambah pengetahuan tentang *hipertensi* dengan masalah keperawatan *ansietas*.