BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan masalah kesehatan di dunia yang paling serius jika berlangsung dalam jangka waktu lama, dapat meningkatkan resiko dan komplikasi seperti penyakit jantung koroner, gagal jantung dan stroke. Hipertensi dijuluki sebagai “ *silent killer*” karena tidak memiliki gejala yang spesifik, dapat menyerang siapa saja dan kapan saja serta dapat menimbulkan penyakit degeneratif hingga kematian (Haryono, 2020). Secara umum hipertensi disebabkan oleh gaya hidup, gaya hidup yang kurang memperhatikan kesehatan menjadi faktor utama pemicu hipertensi. Kebiasaan-kebiasaan tidak sehat, seperti konsumsi makanan yang tinggi garam, gula, makanan cepat saji dengan kandungan natrium yang tinggi, serta kurangnya aktivitas fisik dan olahraga, secara tidak langsung meningkatkan risiko tekanan darah tinggi (Marbun & Hutapea, 2022).

Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* 2020 menunjukkan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30- 79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, jumlah penderita hipertensi mengalami kenaikan setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan berbagai negara didunia, termasuk di negara indonesia (Astuti *et al.*, 2022). Asia Tenggara menempati urutan ketiga dengan prevalensi hipertensi tertinggi didunia, setelah Afrika dan Mediterania Timur (Nuraeni *et al.*, 2020).

Data survey Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 terdapat 602.982 penderita hipertensi di Indonesia, dari 38 provinsi di Indonesia, Jawa Barat menempati urutan pertama dengan jumlah 108.082 diikuti Jawa Timur dengan jumlah 94. 483 kasus hipertensi, dan Jawa Tengah dengan jumlah 83.791 kasus. Sumatera Utara menempati urutan ke empat dengan jumlah 31. 588 kasus hipertensi yang mengalami peningkatan yang signifikan (Kemenkes, 2023).

Menurut hasil Riskesdas tahun 2019, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,11%. Di Provinsi Sumatera Utara, prevalensi hipertensi pada tahun

2019 tercatat sebesar 29,19%, sementara di Kabupaten Deli Serdang, jumlah penderita hipertensi mencapai 484.684 jiwa (Sumatera Utara, 2019). Di Kota Medan, prevalensi hipertensi tercatat sebagai yang tertinggi dengan 7.174 jiwa, sementara di Pakpak Barat tercatat sebagai yang terendah dengan 121 jiwa. Dimana kasus hipertensi di RS Sufina Aziz berjumlah 70 orang pada tahun 2024 (Data Rekam Medis, 2024).

Penatalaksanaan hipertensi secara non farmakologi dapat dilakukan seperti terapi herbal, penerapan gaya hidup sehat, olahraga, dan manajemen atau pengelolaan stress. Beberapa teknik dalam mengelola stress dengan teknik relaksasi Genggam Jari (Anugerah *et al.*, 2022).

Teknik relaksasi Genggam Jari memberi pengaruh terhadap penurunan tekanan darah. Dimana teknik relaksasi Genggam Jari dapat mengurangi ketegangan dan emosi pada seseorang, yang dapat menghangatkan titik-titik keluar masuknya energi pada medirian yang terletak pada jari tangan. (Agustin *et al.*, 2019). Teknik relaksasi Genggam Jari dapat merangsang pengeluaran hormon endorfin dimana hormon ini sebagai analgesik yang mengurangi rasa sakit dan menghasilkan perasaan senang atau nyaman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa genggam jari sangat bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah akibat adanya penurunan hormon epinefrin dan norepinefrin (Maria, 2023).

Hasil penelitian terdahulu studi kasus dengan judul “ Penerapan Terapi Genggam Jari dan Nafas Dalam untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Kabupaten Sukoharjo” pada 2 responden, setelah pemberian metode Genggam Jari dengan 2 kali sehari selama 3 hari dengan durasi 30 menit, kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah pada responden 1 dari 155/ 100 mmHg menjadi 135/ 90 mmHg pada hari ketiga. Sedangkan pada responden 2 dari 145/ 100 mmHg menjadi 130/80 mmHg pada hari ketiga (Fadhilah & Maryatun, 2022).

Hasil penelitian terdahulu pada 2 responden dengan judul “ Penerapan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Petoran Surakarta”, setelah pemberian metode

Genggam Jari sebanyak 6 kali dengan durasi 30 menit selama 6 hari berturut-turut, pada responden 1 terjadi penurunan tekanan darah berturut-turut dari hipertensi Stadium 2 (170/100 mmHg) menjadi Pre Hipertensi (139/90 mmHg). Sedangkan pada responden 2 dari Hipertensi Stadium 1 (147/90 mmHg) menjadi Pre Hipertensi (137/83 mmHg). (Fauzia & Susilowati, 2024).

Hasil penelitian terdahulu pada 2 responden dengan judul “Penerapan Terapi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RSUP Surakarta” setelah pemberian metode Genggam Jari sebanyak 1 kali sehari dengan durasi 30 menit selama 3 hari, pada responden ke-1 mengalami penurunan tekanan darah dari 174/ 113 mmHg menjadi 150/ 87 mmHg pada hari ketiga. Sedangkan pada responden ke-2 dari 162/ 103 mmHg menjadi 151/ 86 mmHg pada hari ketiga (Khoirunnisa *et al.*, 2024).

Begitu juga dengan penelitian terdahulu pada 2 responden dengan judul “Penerapan Terapi Genggam Jari dan Nafas Dalam Untuk Mengetahui Perubahan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Rumah Sakit Pandan Arang Boyolali” setelah pemberian metode Genggam Jari selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 30 menit, pada responden ke -1 mengalami penurunan tekanan darah dari 155/ 95 mmHg menjadi 130/ 80 mmHg pada hari ketiga, sedangkan pada responden ke -2 dari 150/100 mmHg menjadi 125/ 85 mmHg pada hari ketiga (Karunia & Erika, 2024).

Begitu juga dengan penelitian terdahulu pada 2 responden dengan judul “Efektivitas Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RS Islam Malahayati Medan” setelah pemberian metode Genggam Jari selama 5 hari berturut-turut dengan durasi 30 menit, pada responden ke -1 mengalami penurunan tekanan darah dari 153/ 100 mmHg menjadi 135/ 87 mmHg pada hari kelima, sedangkan pada responden ke -2 dari 148/ 102 mmHg menjadi 133/95 mmHg pada hari kelima (Rafika, 2024).

Pada penelitian studi kasus yang akan di lakukan peneliti pada penderita hipertensi yang dirawat di RS Sufina Aziz maka peneliti akan menerapkan teknik relaksasi Genggam Jari untuk menurunkan tekanan darah. Dimana kasus hipertensi di RS Sufina Aziz berjumlah 70 orang pada tahun 2024 dan hasil

wawancara dengan pasien dan petugas kesehatan di ruangan ternyata teknik ini belum pernah dilakukan kepada pasien penderita hipertensi. Ini yang menjadi latar belakang penulis tertarik untuk menerapkan teknik relaksasi Genggam Jari pada penelitian kasus ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas penulis merumuskan masalah bagaimana penerapan relaksasi Genggam Jari terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum:
Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan bagaimana penerapan teknik relaksasi Genggam Jari terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.
2. Tujuan Khusus:
 - a. Menggambarkan karakteristik pasien hipertensi kasus pertama dan kedua berdasarkan umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, dan karakteristik yang berkaitan dengan masalah yang diteliti.
 - b. Menggambarkan tekanan darah Sistole dan Diastole pasien kasus pertama dan kedua sebelum pemberian teknik relaksasi Genggam Jari
 - c. Menggambarkan penurunan tekanan darah Sistole dan Diastole setelah pemberian teknik relaksasi Genggam Jari.
 - d. Membandingkan penurunan tekanan darah Sistole dan Diastole sebelum dan sesudah melakukan pemberian teknik relaksasi Genggam Jari.

D. Manfaat

Harapan dari peneliti studi kasus ini memberi manfaat bagi:

1. Bagi Pasien

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan tentang penerapan teknik relaksasi Genggam Jari untuk mengatasi peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi dan meningkatkan kemandirian subjek penelitian melakukan teknik relaksasi Genggam Jari

2. Bagi Tempat Peneliti

Studi Kasus ini diharapkan dapat menambah keuntungan bagi RS Sufina Aziz untuk menambahkan petunjuk tentang pengembangan pelayanan praktek untuk mengatasi peningkatan tekanan darah pada pasien. Studi kasus ini bertujuan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan cara teknik relaksasi Genggam Jari.

3. Bagi Institusi D-III Keperawatan Medan Poltekkes Medan

Hasil Studi Kasus menjadi pelengkap yang berguna bagi peningkatan kualitas pendidikan, bisa menjadi referensi serta bahan bacaan di ruang belajar Prodi D-III Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan. Menambah keluasan ilmu dan teknologi terapan bidang keperawatan dalam penurunan tekanan darah.