

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu penyakit yang menjadi masalah kesehatan baik di dunia maupun di Indonesia adalah Hipertensi. Penyakit darah tinggi ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Penyakit darah tinggi terjadi karena adanya gangguan pada pembuluh darah sehingga suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa darah terhambat ke jaringan tubuh, yang menyebabkan meningkatnya resiko penyakit kardiovaskuler seperti stroke, gagal ginjal, serangan jantung, dan kerusakan ginjal (Misa, Wijayanti, & Mudzakkir, 2021). Penyakit darah tinggi disebut juga “the silent killer” karena hipertensi mengakibatkan kematian (Marbun & Hutapea, 2022). Menurut Pertami & Budiono, (2018) nyeri kepala merupakan gejala khas yang diderita pasien hipertensi, apabila tidak ditangani dapat mengakibatkan gangguan tidur, cemas, emosional yang tidak stabil hingga mempengaruhi kualitas hidup pasien.

Data *World Health Organization* (WHO) terdapat sekitar 1,13 Miliar penduduk diseluruh dunia penderita hipertensi, yang berarti 1 dari 3 penduduk di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penderita semakin bertambah setiap tahunnya. Pada tahun 2025 diperkirakan meningkat 1,5 miliar orang yang akan terkena hipertensi. Dan 10,44 juta jumlah orang yang meninggal diperkirakan untuk setiap tahun diakibatkan hipertensi dan komplikasinya (Marbun & Hutapea, 2022).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) kasus hipertensi mengalami peningkatan pada tahun 2013 sebanyak 25.8% dan meningkat menjadi 34% di tahun 2018. Diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi yang terdiagnosis. Prevalensi hipertensi pada tahun 2013 di

provinsi Lampung meningkat 25.6% dan ditahun 2018 menjadi 31.5%. Sedangkan di Kabupaten Lampung Utara, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Kotabumi 2 diperkirakan terdapat 131.707 kasus penderita hipertensi berdasarkan data sasaran SPM Kabupaten Lampung Utara.

Prevalensi hipertensi tertinggi pada lansia kelompok umur 75 tahun ke atas (69,53%), selanjutnya diikuti kelompok umur 65-74 tahun (63,22%) dan 55-64 tahun (55,2%). hal ini menunjukkan proses penuaan pada lansia dapat mengakibatkan tekanan darah meningkat. Lansia dengan Hipertensi dapat beresiko mengalami komplikasi diantaranya stroke, gagal ginjal, dan serangan jantung (Afifah, Irfansyah, & Asrianti, 2022).

Lansia cenderung mengalami hipertensi dengan keluhan nyeri kepala. Agar aktivitas lansia tidak terganggu oleh karena itu nyeri perlu diberikan penatalaksanaan non farmakologi melalui terapi relaksasi napas dalam. Terapi relaksasi napas dalam merupakan terapi yang dapat menenangkan jiwa dan tubuh sehingga dapat menimbulkan efek relaks dalam tubuh (Misa, Wijayanti, & Mudzakkir, 2021).

Terapi relaksasi napas dalam menjadi salah satu bentuk alternatif asuhan keperawatan hal ini perawat mengajarkan kepada penderita bagaimana cara melakukan napas dalam, napas lambat dan bagaimana menghembuskan napas secara perlahan dengan frekuensi pernapasan 6-10 kali/menit. selain dapat menurunkan intensitas nyeri, terapi relaksasi napas dalam juga dapat meningkatkan ventilasi paru dan oksigenasi dalam darah (Saputri, Ayubbana, & Sari, 2022). Perawat sebagai edukator (pendidik) membantu klien mengenal kesehatan dan prosedur asuhan keperawatan yang perlu mereka lakukan guna memulihkan atau memelihara kesehatannya secara mandiri sehingga dapat mencegah kemungkinan terjadinya komplikasi (Supriadi, 2020)

Melihat efektifitas terapi relaksasi napas dalam serta kemudahan dilakukan oleh perawat dan dapat diaplikasikan oleh keluarga secara mandiri sehingga penulis tertarik melakukan studi penelitian pada pasien hipertensi dengan judul “Penerapan Relaksasi Napas Dalam pada Pasien Hipertensi yang mengalami Masalah Keperawatan Nyeri Akut”

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam pada Lansia Pasien Hipertensi yang Mengalami Masalah keperawatan Nyeri Akut?

C. Tujuan Sudi Kasus

Tujuan Umum

Memperoleh gambaran dalam melakukan Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam pada Lansia Pasien Hipertensi yang Mengalami Masalah Keperawatan Nyeri Akut.

Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan data pada Lansia pasien Hipertensi yang mengalami masalah keperawatan Nyeri Akut.
- b. Melakukan Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam pada Lansia pasien Hipertensi yang mengalami masalah keperawatan Nyeri Akut
- c. Melakukan evaluasi Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam pada Lansia pasien Hipertensi yang mengalami masalah keperawatan Nyeri Akut
- d. Menganalisis Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam pada Lansia pasien Hipertensi yang mengalami masalah keperawatan Nyeri Akut

D. Manfaat Studi Kasus

Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam pada pasien Hipertensi yang mengalami masalah Nyeri Akut dan sebagai referensi bagi peneliti yang akan melaksanakan studi kasus dalam bidang yang sama.

Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat meningkatkan wawasan dan keterampilan dalam penerapan terapi relaksasi napas dalam pada pasien Hipertensi yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut.

b. Bagi Puskesmas Kotabumi II

Sebagai bahan acuan dan evaluasi bagi Puskesmas Kotabumi II untuk kedepannya agar mampu memberikan pelayanan menjadi lebih profesional dan berkualitas, khususnya pada kasus Hipertensi seperti: upaya pencegahan, pengendalian serta pengobatan.

c. Manfaat Bagi Pasien dan Keluarga

Laporan tugas akhir ini bermanfaat untuk pasien Hipertensi yang mengalami masalah keperawatan Nyeri akut dalam meringankan nyeri sehingga produktivitas meningkat.