

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kebutuhan dasar manusia merupakan unsur-unsur yang dibutuhkan oleh manusia dalam mempertahankan keseimbangan fisiologis maupun psikologis yang tentunya bertujuan untuk mempertahankan kehidupan dan kesehatan. Teori hierarki kebutuhan dasar manusia yang dikemukakan oleh Abraham Maslow menyatakan bahwa setiap manusia memiliki lima kebutuhan dasar, yaitu kebutuhan fisiologis (makan, minum), keamanan, cinta, harga diri dan aktualisasi diri (Sutanto & Fitriana, 2021).

Kenyamanan merupakan suatu keadaan telah terpenuhi kebutuhan dasar manusia. Kebutuhan ini meliputi kebutuhan akan ketentraman (suatu kepuasan yang meningkatkan penampilan sehari-hari), kelegaan (kebutuhan telah terpenuhi), dan transenden (keadaan tentang sesuatu yang melebihi masalah). Konsep kenyamanan memiliki subyektifitas yang sama dengan nyeri (Haswita & Sulistyowati, 2017).

Pola penyakit di Indonesia mengalami transisi epidemiologi selama dua dekade terakhir, yakni dari penyakit menular yang semula menjadi beban utama kemudian mulai beralih menjadi penyakit tidak menular. Kecenderungan ini meningkat dan mulai mengancam sejak masih usia muda. Penyakit tidak menular yang utama di antaranya hipertensi, diabetes melitus, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik (Pashar et al., 2022).

Hipertensi merupakan kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis (dalam kurun waktu yang lama) yang dapat menyebabkan kesakitan pada seseorang dan bahkan dapat menyebabkan kematian. Seseorang dapat disebut menderita hipertensi jika didapatkan tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg. Tekanan darah yang selalu tinggi dan tidak diobati atau dicegah sejak dini, maka sangat berisiko menyebabkan penyakit degeneratif seperti retinopati, penebalan dinding jantung, kerusakan ginjal, jantung koroner, pecahnya

pembuluh darah, stroke, bahkan dapat menyebabkan kematian mendadak (Ainurrafiq et al., 2019).

Menurut data di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Suharman et al., 2021).

Hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan setiap tahunnya. Berdasarkan laporan riset kesehatan dasar (Riskesdas) kementerian kesehatan tahun 2018 menunjukkan penderita yang mengalami hipertensi dari umur 18 – 75 tahun mencapai sekitar 34,11%. Prevalensi tertinggi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, berada pada provinsi Kalimantan Selatan sebesar 44,13% dan yang terendah di provinsi Papua sebesar 22,22% sedangkan prevalensi provinsi Bengkulu sebesar 28,14% (Kemenkes RI, 2018).

Menurut data Kesehatan Lampung, hipertensi termasuk dalam 5 besar penyakit terbanyak pada tahun 2016, penderita hipertensi lansia sebanyak 6755 orang dan mengalami peningkatan pada tahun 2017 dengan jumlah penderita sebanyak 20.116 orang (Suharman et al., 2021).

Hipertensi dapat menjadi ancaman serius apabila tidak mendapatkan penatalaksanaan yang tepat karena dapat menyebabkan komplikasi kardiovaskuler. Pengobatan hipertensi dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis, akan tetapi pengobatan farmakologis hipertensi belum efektif karena sering menimbulkan kekambuhan dan menimbulkan efek samping yang berbahaya dalam jangka panjang (Rameko, 2021).

Menurut buku Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) terapi relaksasi menjadi salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengurangi ketidaknyamanan pada penderita hipertensi, karena teknik ini menggunakan teknik peregangan yang dapat mengurangi tanda-tanda dan gejala ketidaknyamanan. Teknik relaksasi ini ada beberapa macam yang dapat dilakukan oleh penderita hipertensi yaitu meditasi, musik, napas dalam dan relaksasi otot progresif. Namun yang paling digunakan adalah

teknik napas dalam. Selain mudah dilakukan teknik ini juga tidak memerlukan banyak variasi sebagai perlengkapan untuk melakukan teknik tersebut.

Menurut (Rameko, 2021) Hasil penelitian dengan judul Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu Tahun 2021. Menyimpulkan bahwa penatalaksanaan non farmakologis yaitu dengan teknik relaksasi napas dalam. Teknik relaksasi napas dalam yaitu untuk meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah, meningkatkan ventilasi alveoli, memelihara pertukaran gas, mencegah atelektasi paru, meningkatkan efisiensi batuk, mengurangi stress baik stress fisik maupun emosional, menurunkan tekanan darah dan menurunkan kecemasan.

Berdasarkan hasil pra survey di Rumah Sakit Bhayangkara Bandar Lampung pada bulan Desember-Januari tahun 2022-2023 didapatkan jumlah laki-laki 102 orang dan perempuan 67 orang, dari 169 orang terdapat 46 orang mengalami hipertensi. Alasan peneliti mengambil pendekatan intervensi teknik relaksasi napas dalam di Rumah Sakit Bhayangkara dikarenakan perawat ruangan belum melaksanakan terapi tersebut secara efektif.

Berdasarkan data di atas penulis tertarik menjadikan kasus dengan menggunakan pendekatan intervensi keperawatan sehingga penulis mengambil Karya Tulis Ilmiah dengan judul yaitu “Penerapan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Pemenuhan Gangguan Rasa Nyaman pada Pasien Hipertensi di Ruang 2/3 Rumah Sakit Bhayangkara Polda Lampung Tahun 2023”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dari Karya Tulis Ilmiah yaitu “Bagaimanakah penerapan relaksasi napas dalam terhadap pemenuhan gangguan rasa nyaman pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Polda Lampung Tahun 2023?”.

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Memberikan gambaran penerapan relaksasi napas dalam terhadap pemenuhan gangguan rasa nyaman pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Polda Lampung Tahun 2023

2. Tujuan khusus

- a. Memberikan gambaran hasil pengkajian sebelum penerapan relaksasi napas dalam terhadap pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Polda Lampung Tahun 2023.
- b. Memberikan gambaran pelaksanaan intervensi teknik relaksasi napas dalam terhadap pemenuhan gangguan rasa nyaman pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Polda Lampung Tahun 2023.
- c. Memberikan gambaran hasil evaluasi sesudah penerapan relaksasi napas dalam terhadap pemenuhan gangguan rasa nyaman pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Polda Lampung Tahun 2023.

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Tugas akhir ini bertujuan untuk menambah pengetahuan dan wawasan dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif dan dapat meningkatkan keterampilan dalam memberikan asuhan keperawatan dengan penerapan teknik relaksasi napas dalam pada pasien dengan hipertensi serta karya tulis ilmiah ini dapat dipakai sebagai salah satu bahan bacaan kepastakaan.

2. Manfaat praktis

a. Bagi perawat

Sebagai bahan masukan bagi perawat dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan pendekatan intervensi yaitu penerapan teknik relaksasi napas dalam.

b. Bagi rumah sakit

Sebagai masukan dalam pelaksanaan praktek pelayanan keperawatan khususnya dengan pendekatan intervensi teknik relaksasi napas dalam terhadap pemenuhan gangguan rasa nyaman pada pasien hipertensi.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam penulisan laporan tugas akhir ini yaitu asuhan keperawatan menggunakan pendekatan intervensi teknik relaksasi napas dalam. Subyek asuhan yaitu 2 orang pasien hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Polda Lampung. Pelaksanaan proses keperawatan dilakukan selama 3 hari pada tanggal 11-13 Januari 2023. Asuhan keperawatan menggunakan pendekatan intervensi ini dilakukan untuk mengatasi gangguan rasa nyaman pada penderita hipertensi.