

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah tinggi adalah penyebab utama penyakit kardiovaskular global. Kondisi ini sering tidak disadari karena minim gejala, namun dapat memburuk dan mengancam nyawa jika tidak ditangani. Hipertensi dapat memicu stroke, gagal ginjal, penyakit jantung coroner, dan bahkan berujung kematian (Shabrina & Koesyanto, 2023).

Data *World Health Organization* (WHO, 2023), menunjukkan jumlah orang dewasa yang menderita hipertensi secara global diperkirakan hampir dua kali lipat selama tiga dekade terakhir. Peningkatan jumlah penderita hipertensi ini menunjukkan trend yang sangat mengkhawatirkan dalam masalah kesehatan masyarakat global. Dampak dari meningkatnya prevalensi hipertensi ini sangat besar, menyebabkan sekitar 10,8 juta kematian yang seharusnya bisa dicegah setiap tahunnya, sekitar 1 dari 3 orang dewasa menderita hipertensi, dengan prevalensi pria sedikit lebih tinggi daripada wanita dibawah usia 50 tahun, diatas usia 50 tahun, prevalensinya mencapai hampir 49% dengan angka yang hampir sama antara wanita dan pria.

Penyakit hipertensi di Provinsi Lampung pada tahun 2023 menyatakan prevalensi hipertensi pada penduduk berusia 15 tahun ke atas yang terdiagnosis oleh dokter sebesar 7,4%, sedangkan berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah mencapai 28,3%. Sementara itu, untuk penduduk usia 18 ke atas, prevalensi hipertensi yang didiagnosis oleh dokter sebesar 7,9%. Namun, berdasarkan pengukuran tekanan darah, prevelensinya mencapai sebesar 29,7% (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Pada Puskesmas Kotabumi II penderita hipertensi yang mengunjungi pelayanan kesehatan Puskesmas mencapai 150 kasus baru dan 119 kasus lama pada bulan Januari 2024. Untuk menangani hal tersebut, Puskesmas menjalankan program Pengendalian Penyakit Hipertensi (PPHT). Program ini dilaksanakan secara rutin satu kali setiap minggu.

Menurut Martani, Kurniasari, & Angkasa, (2022), terapi senam hipertensi adalah salah satu cara yang efektif untuk menurunkan tekanan darah. Karena membantu meningkatkan aliran darah, yang mengalirkan oksigen ke otot-otot jantung. Hariawan & Tatisina, (2020), juga merekomendasikan terapi senam hipertensi untuk menurunkan tekanan darah. Dengan cara mengurangi kerja jantung sehingga tekanan darah pun ikut turun.

Keluarga memiliki peran penting dalam memilih makanan yang dimakan dan memastikan agar aktivitas fisik jadi prioritas utama. Keluarga bertanggungjawab untuk belajar tentang pola makan yang disarankan bagi penderita hipertensi. Selain itu, keluarga juga perlu menghindari makanan yang bisa meningkatkan tekanan darah (Safmila *et al.*, 2024).

Penulis tertarik untuk melakukan tindakan tentang senam hipertensi karena keefektifitasan terhadap penurunan tekanan darah. Oleh karena itu penulis melakukan studi tentang “penerapan senam hipertensi pada anggota keluarga Tn. M dengan masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif di Desa Kota Alam Kotabumi Lampung Utara”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan senam hipertensi pada anggota keluarga Tn. M dengan masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif di Desa Kota Alam Kotabumi Lampung Utara?

C. Tujuan Karya Ilmiah

1. Tujuan Umum

Memperoleh gambaran dalam melakukan penerapan senam hipertensi pada anggota keluarga Tn. M dengan masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif di Desa Kota Alam Kotabumi Lampung Utara.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan data pada pasien hipertensi yang mengalami masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif di Desa Kota Alam Kotabumi Lampung Utara.
- b. Melakukan penerapan senam hipertensi pada anggota keluarga Tn. M dengan masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif di Desa Kota Alam Kotabumi Lampung Utara
- c. Melakukan evaluasi penerapan senam hipertensi pada anggota keluarga Tn. M dengan masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif di Desa Kota Alam Kotabumi Lampung Utara.
- d. Menganalisis penerapan senam hipertensi pada anggota keluarga Tn. M dengan masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif di Desa Kota Alam Kotabumi Lampung Utara.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat Teoritis

Manfaat hasil studi kasus secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan untuk memperbaiki dan mengembangkan kualitas pendidikan ataupun kualitas tindakan asuhan keperawatan, khususnya yang berkaitan dengan penerapan senam hipertensi pada penderita hipertensi yang mengalami masalah pemeliharaan kesehatan tidak efektif. Sebagai kajian pustaka bagi mereka yang akan melaksanakan studi kasus dalam bidang yang sama.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Peneliti/Mahasiswa

Mengaplikasikan ilmu pengetahuan, mengasah keterampilan, memperkaya ilmu dari hasil penelitian dalam penerapan senam hipertensi pada penderita hipertensi yang mengalami masalah pemeliharaan kesehatan tidak efektif.

b. Manfaat Bagi Instansi Terkait (Puskesmas Kotabumi II)

Hasil dari studi kasus ini dapat memberikan manfaat bagi puskesmas kotabumi II khususnya menambah wawasan dalam mengatasi dan mengendalikan masalah hipertensi di wilayah kerja puskesmas

c. Manfaat Bagi Pasien dan Keluarga

Studi kasus ini bermanfaat untuk pasien hipertensi yang mengalami masalah keperawatan pemeliharaan kesehatan tidak efektif sehingga mempercepat penyembuhan penyakitnya.