

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu keadaan ketika tekanan darah pada pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal ini terjadi karena jantung bekerja lebih keras dalam memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Hipertensi yaitu kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal, apabila tekanan darah *sistole* lebih dari 140 mmHg atau tekanan darah *diastole* lebih dari 90 mmHg (Husain *et al.*, 2024)

*World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 menunjukkan di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% populasi mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Dengan jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang akan terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat penyakit hipertensi dan komplikasi lainnya. WHO memperkirakan bahwa prevalensi global hipertensi saat ini sebesar 22% dari total populasi dunia. Untuk prevalensi hipertensi tertinggi ada di Afrika yaitu sebesar 27%. Di Asia Tenggara menempati urutan ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% dari total populasi (Ritonga *et al.*, 2024). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi hipertensi di Indonesia 30,8% (SKI, 2023).

Hipertensi menempati urutan ketiga dari sepuluh besar penyakit di Provinsi Lampung yaitu 16,18% dari 10 kasus penyakit yang ada. Pada hipertensi esensial menduduki urutan pertama dengan jumlah kunjungan sebesar 30,01%, kemudian hipertensi lainnya menduduki urutan kedua yaitu dengan jumlah kunjungan sebesar 17,01% (Nur *et al.*, 2025). Sedangkan untuk angka hipertensi di Lampung utara berdasarkan diagnosis

dokter pada penduduk umur >18 tahun mencapai 17,85% (Risesdas provinsi lampung 2018).

Data hipertensi di puskesmas kalibalangan tahun 2024 mencapai 7. 081 kasus dan berdasarkan dari penuturan penanggung jawab standar pelayanan minimal hipertensi belum semua mengenal dan mendapatkan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam (Rekam Medik Puskesmas Kalibalangan,2025).

Penyakit hipertensi merupakan kondisi paling umum yang terlihat pada tingkat perawatan primer dan dapat memicu terjadinya komplikasi yang spesifik pada organ seperti otak, mata, ginjal, jantung, pembuluh darah atau organ organ vital lainnya. Ada juga beberapa faktor resiko untuk terjadinya penyakit hipertensi yaitu genetik, usia, jenis kelamin dan gaya pola hidup yang tidak sehat (Tiara, 2020).

Salah satu cara dalam penanganan penurunan tekanan darah bisa menggunakan terapi farmakologi (obat-obatan) dan non farmakologis yaitu komplementer, akupressure, akupuntur, aromaterapi dan juga terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam. Terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam merupakan terapi yang dapat menenangkan jiwa dan tubuh sehingga dapat menimbulkan efek rileks dalam tubuh. Terapi relaksasi genggam jari dan napas merupakan salah satu cara alternatif yang berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada hipertensi. Terapi non farmakologis ini dapat mengurangi ketegangan dan emosi pada seseorang , karena genggam jari ini dapat menghangatkan titik titik keluar masuknya energi pada meridian yang terletak pada jari tangan dan dapat mengurangi kerja saraf simpatis sehingga tekanan darah dapat menurun (Siregar, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian Husain *et al.*, (2024), penerapan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam sangat efektif diterapkan pada pasien penderita hipertensi dengan hasil pengukuran tekanan darah pada pasien selama 3 hari pada saat posttest pasien mengalami penurunan

tekanan darah. Didukung oleh penelitian Menurut Nur Hamdani (2022), terapi genggam jari dan tarik nafas dalam dapat menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia penderita hipertensi. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Karunia Rosa *et al.*, (2023), setelah dilakukan penerapan genggam jari dan nafas dalam selama 3 hari berturut-turut mengalami penurunan tekanan darah.

Informasi yang penulis dapatkan dari Puskesmas Kalibalangan mengatakan tindakan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam belum pernah dilakukan pada pasien hipertensi, hanya mengedukasi tentang obat hipertensi yang harus rutin diminum setiap hari.

Berdasarkan hasil uraian diatas, penulis tertarik melakukan tindakan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam sebagai laporan tugas akhir (LTA) dengan judul "penerapan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam pada anggota Keluarga Ny. S penderita hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri kronis di Wilayah kerja Puskesmas Kalibalangan".

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana penerapan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam untuk menurunkan dan mengatasi masalah nyeri kronis pada pasien dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas kalibalangan?

## **C. Tujuan Studi Kasus**

### **1. Tujuan Umum**

Memperoleh gambaran dalam melakukan penerapan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam pada anggota keluarga Ny. S penderita hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri kronis di Wilayah kerja Puskesmas Kalibalangan.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menggambarkan data pasien penderita hipertensi yang mengalami masalah nyeri kronis.

- b. Melakukan penerapan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam pada pasien penderita hipertensi yang mengalami masalah nyeri kronis.
- c. Melakukan evaluasi penerapan terapi relaksasi genggam jari dan napas pada pasien penderita hipertensi yang mengalami masalah nyeri kronis.
- d. Menganalisis penerapan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam pada pasien penderita hipertensi yang mengalami masalah nyeri kronis.

#### **D. Manfaat Studi Kasus**

##### 1 Manfaat Teoritis

Manfaat hasil studi kasus ini secara teoritis dapat meningkatkan kualitas asuhan keperawatan dalam memberikan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri kronis sebagai kajian pustaka mereka yang akan melaksanakan studi kasus dibidang yang sama.

##### 2 Manfaat praktisi

###### a. Manfaat bagi peneliti

Hasil studi ini penulis dapat menambah pengetahuan dan keterampilan pasien yang didapat dari pengalaman nyata yaitu dalam penerapan terapi relaksasi genggam jari dan napas dalam pada pasien yang mengalami masalah nyeri kronis.

###### b. Manfaat bagi instansi

Memberikan manfaat khususnya untuk menambah referensi perpustakaan ditempat studi kasus sebagai acuan studi kasus yang akan datang.

###### c. Manfaat bagi subjek penelitian dan keluarga

Tindakan terapi relaksasi genggam jari juga dapat menambah pengetahuan serta keterampilan keluarga dan pasien hipertensi yang mengalah masalah nyeri kronis sehingga bisa mempercepat proses penyembuhan penyakit.