

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* pada tahun 2018 hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah secara terus-menerus mengalami peningkatan tekanan. Tekanan darah dihasilkan dari kekuatan darah dalam mendorong dinding pembuluh darah arteri yang dipompa oleh jantung. Semakin tinggi tekanan, semakin keras jantung harus memompa. Hipertensi yang dibiarkan tidak terkendali dapat menyebabkan searangan jantung, dan mengakibatkan gagal jantung.

Menurut Kemenkes RI (2021) menyebutkan bahwa hipertensi mendapat julukan *The Silent Killer* karna merupakan suatu penyakit yang berbahaya, hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolic lebih dari atau sama dengan 90 mmHg.

Hipertensi adalah suatu gangguan pada pembuluh darah mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan (Hastuti, 2022). Hipertensi adalah kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan yang terus-menerus meningkat (Mahwati 2019). Hal ini dapat menimbulkan penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal, serta dapat mengakibatkan kematian dini (Kassie, 2020)

Menurut data *World Health Organization* (WHO) diperkirakan 1,28 miliar orang berusia 30-79 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi. Secara global, setidaknya 1 miliar orang menderita hipertensi, dan di perkirakan akan mencapai 1,5 miliar pada tahun 2025. Di Asia Tenggara saat ini diperkirakan 1,5 juta kematian berhubungan dengan hipertensi setiap tahunnya (Nawi et al., 2021)

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2019, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34.1%. Prevalensi hipertensi tertinggi ada di Kalimantan Selatan yaitu sebanyak 44.1% sedangkan yang terendah ada di Papua yaitu sebesar 22.2%. Di Indonesia, jumlah kasus hipertensi sebesar 63.309.620 orang dan angka kematian akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian.

Dari data Dinas Kesehatan Kota Padang (2019), menjelaskan bahwa penderita hipertensi di Sumatra Barat mencapai 171.592 orang yang terdeteksi melalui pengukuran tekanan darah. Dari data yang diperoleh 19 Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatra Barat, prevalensi penderita hipertensi di Kota Padang yaitu 22.97% atau mencapai 156.870 orang.

Berdasarkan laporan dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2020, capaian pelayanan kesehatan hipertensi berada pada angka 60.7% dalam kategori rendah, terjadi karena kurangnya kesadaran penderita hipertensi dalam memeriksakan kesehatan ke fasilitas kesehatan.

Hipertensi merupakan penyakit tanpa gejala dan tidak menular, namun hipertensi harus di kontrol karena merupakan pembunuh yang

mematikan (*silent killer*). Gejala yang dialami bervariasi pada setiap individu, beberapa gejala seperti nyeri kepala/berat di tengkuk, vertigo, jantung berdebar-debar, mudah lelah, pandangan kabur, mual dan muntah, gelisah, hingga kelelahan (Kemenkes RI, 2021).

Penyebab nyeri kepala pada hipertensi disebabkan karena penyempitan pembuluh darah. Perubahan pada arteri kecil dan arteola menyebabkan penghambatan pada pembuluh darah, yang menyebabkan gangguan aliran darah. Ketika suplai oksigen berkurang dan karbondioksida meningkat, metabolisme anaerobic terjadi di dalam tubuh, dan meningkatkan laktat dan merangsang sensitivitas nyeri kapiler di otak (Prayitno & Koriyah, 2018). Nyeri pada kepala disebabkan oleh endapan di pembuluh darah dan arteri osclerosis yang mengurangi elastisitas pembuluh darah. Aterosklerosis menyebabkan kejang, penyumbatan, dan hilangnya oksigen di pembuluh darah (arteri), menyebabkan sakit kepala dan ketegangan pada struktur kepala dan leher (Wibowo, 2019).

Penderita hipertensi perlu mengonsumsi obat secara teratur dalam upaya mengontrol tekanan darah. Tindakan sudah banyak dilakukan dan tersedia banyak obat untuk mengatasi hipertensi, dikutip dari *Pharmaceutical Care* (2020) untuk penyakit hipertensi, terapi farmakologis membutuhkan waktu yang lama serta dapat menimbulkan efek samping, seperti contoh pemberian captopril, pemberian obat tersebut dapat menyebabkan hiperkalemia pada pasien dengan penyakit ginjal kronis terhadap tubuh dan dapat menyebabkan gagal ginjal. Selain itu beberapa terapi jenis obat

tertentu tidak menimbulkan efek penurunan tekanan darah secara signifikan, oleh karena itu dibutuhkan terapi pendamping yaitu terapi komplementer atau terapi nonfarmakologis (Aryani, 2021).

Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengontrol tekanan darah adalah dengan latihan *Slow Deep Breathing*. *Slow Deep Breathing* merupakan suatu penggabungan antara nafas dalam dan nafas lambat dengan frekuensi kurang dari atau sama dengan 10x permenit dengan fase ekshalasi yang panjang (Rusli, 2023). Melakukan *slow deep breathing* dapat memberikan pernapasan diafragma dan secara dramatis dapat mengubah fisiologi hidup karena pusat-pusat relaksasi dalam otak diaktifkan (Siska, 2022).

Penerapan *Slow Deep Breathing* dapat meningkatkan sensitivitas baroreseptor dan mengurangi aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis pada pasien hipertensi. Ketika sistem saraf parasimpatis meningkat, aktivitas pada tubuh akan menurun dan terjadi relaksasi. Jika kondisi ini terjadi secara teratur maka akan mengaktifkan *Cardiovascular Control Center* (CCC) yang menyebabkan penurunan denyut jantung sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Rima Ambarwati et al., 2021).

Hal ini sesuai dengan penulisan Fernalia (2019) tentang “Pengaruh Relaksasi Napas Dalam Terhadap Skala Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu” hasil uji statistik didapatkan $p = 0,000 < 0,05$ jadi kedua variabel memiliki skala

nyeri kepala yang berbeda atau dengan kata lain terjadi penurunan skala nyeri kepala setelah dilakukan teknik *slow deep breathing*. .

Hasil penulisan lain Juan et al., (2022) tentang “Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Nyeri Kepala Pada Penderita Penyakit Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Metro” dengan desain studi kasus (*case study*) menggunakan analisis deskriptif, hasil penerapan menunjukkan setelah dilakukan penerapan teknik realksasi nafas dalam, skala nyeri mengalami penurunan yaitu skala nyeri 2 dengan karakteristik nyeri ringan.

Berdasarkan data dari Puskesmas Kuranji pada bulan Januari hingga April tahun 2023 sebanyak 256 terkena penyakit hipertensi. Berdasarkan survey awal yang dilakukan mahasiswa STIKes Alifah Padang pada tanggal 06 – 20 November 2023 di RW 02 Kecamatan Kuranji Kelurahan Kalumbuk ditemukan 160 KK didapatkan 50 orang yang menderita hipertensi di Kecamatan Kuranji Kelurahan Kalumbuk Padang. Berdasarkan wawancara dengan 10 orang yang menderita hipertensi mengatakan kegiatan sehari-harinya terganggu karena nyeri kepala dan kuduk terasa berat dan menekan, dan belum mengetahui pengobatan alternative untuk meringankan rasa nyerinya dengan pemberian terapi nonfarmakologis *slow deep breathing*.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik menyusun karya ilmiah ners tentang ”Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Pada Ny. M Dengan Melakukan Penerapan Latihan Slow Deep Breathing Dalam

Penurunan Kualitas Nyeri Dengan Penyakit Hipertensi Di RT 03 RW 02
Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2024”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka permasalahan dalam penulisan ini yaitu, Bagaimana Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Pada Ny. M Dengan Melakukan Penerapan Latihan Slow Deep Breathing Dalam Penurunan Kualitas Nyeri Dengan Penyakit Hipertensi Di RT 03 RW 02 Kelurahan Kamlumbuk Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2024.

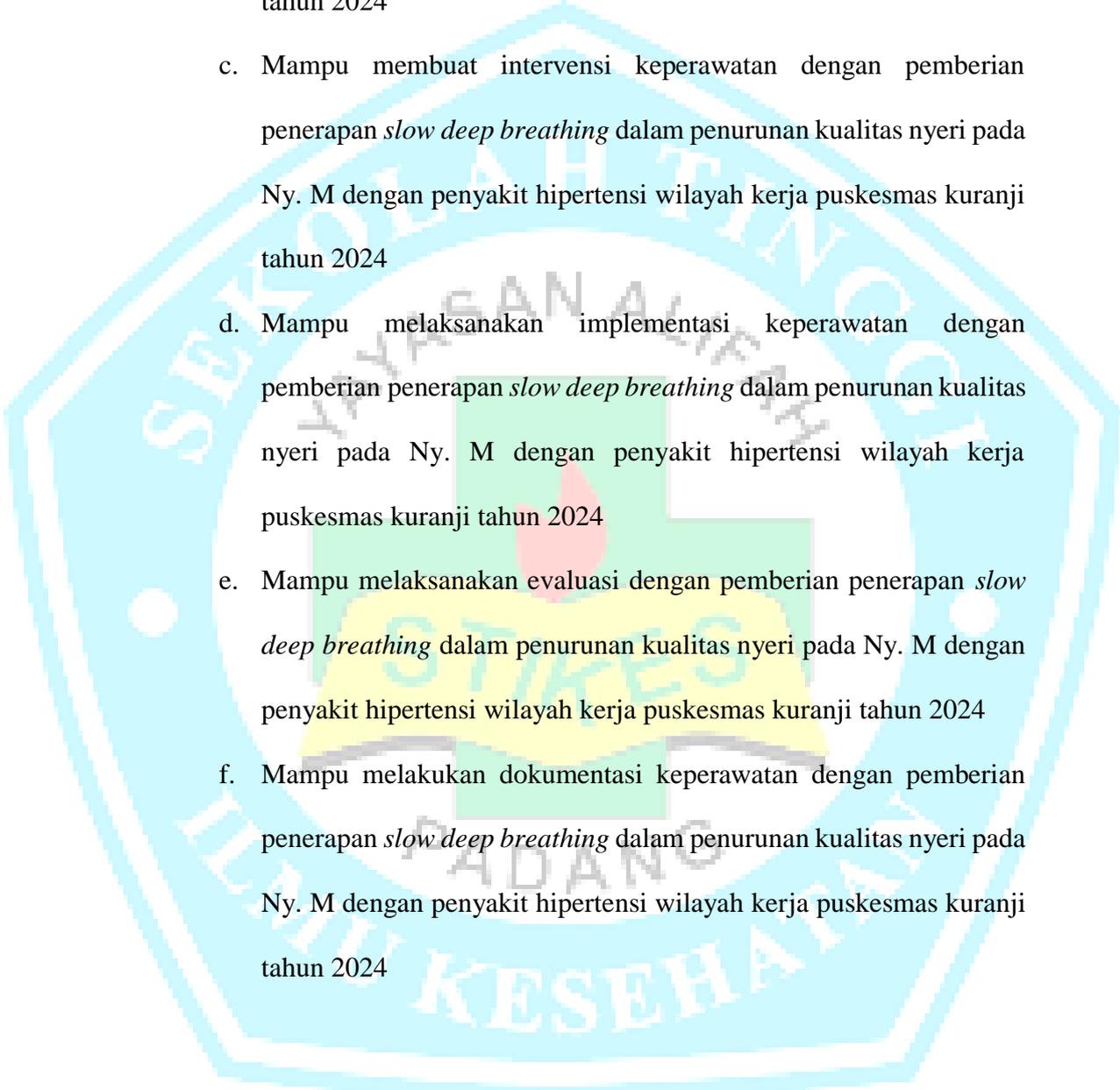
C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Mengaplikasikan asuhan keperawatan medical bedah dengan memberikan penerapan *slow deep breathing* dalam penurunan kualitas nyeri dengan penyakit hipertensi wilayah kerja puskesmas kuranji tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan yang komprehensif dengan pemberian penerapan *slow deep breathing* dalam penurunan kualitas nyeri pada Ny. M dengan penyakit hipertensi wilayah kerja puskesmas kuranji tahun 2024.

- 
- b. Mampu menegakan diagnosa keperawatan dengan pemberian penerapan *slow deep breathing* dalam penurunan kualitas nyeri pada Ny. M dengan penyakit hipertensi wilayah kerja puskesmas kuranji tahun 2024
- c. Mampu membuat intervensi keperawatan dengan pemberian penerapan *slow deep breathing* dalam penurunan kualitas nyeri pada Ny. M dengan penyakit hipertensi wilayah kerja puskesmas kuranji tahun 2024
- d. Mampu melaksanakan implementasi keperawatan dengan pemberian penerapan *slow deep breathing* dalam penurunan kualitas nyeri pada Ny. M dengan penyakit hipertensi wilayah kerja puskesmas kuranji tahun 2024
- e. Mampu melaksanakan evaluasi dengan pemberian penerapan *slow deep breathing* dalam penurunan kualitas nyeri pada Ny. M dengan penyakit hipertensi wilayah kerja puskesmas kuranji tahun 2024
- f. Mampu melakukan dokumentasi keperawatan dengan pemberian penerapan *slow deep breathing* dalam penurunan kualitas nyeri pada Ny. M dengan penyakit hipertensi wilayah kerja puskesmas kuranji tahun 2024

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Untuk mendapatkan pengalaman dan melatih kemampuan penulis dalam menerapkan asuhan keperawatan dengan penerapan *slow deep breathing* dalam penurunan kualitas nyeri dengan penyakit hipertensi

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penulisan ini merupakan penerapan asuhan keperawatan medikal bedah dengan diagnosa nyeri akut dan diharapkan karya ilmiah ners ini dapat menambah ilmu dalam dunia keperawatan serta dapat dijadikan informasi atau bacaan yang bisa dijadikan pengetahuan oleh mahasiswa di STIKes Alifah Padang khususnya bagi mahasiswa keperawatan.

3. Bagi Pasien

Pasien yang menderita hipertensi diharapkan bisa memperoleh manfaat serta mendapatkan pendidikan kesehatan yang tepat sehingga menambah pengetahuan dan meningkatkan kualitas hidup pasien.