

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu PTM (Penyakit Tidak Menular) yaitu hipertensi. Hipertensi masih menjadi masalah utama di dunia, termasuk Indonesia. Hipertensi adalah salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular yang dapat dimodifikasi. Prevalensi serta tingkat keparahannya meningkat seiring bertambahnya usia (Murni and Rahutami 2024). Menurut Survey Pemeriksaan Kesehatan dan Gizi Nasional AA 70% orang yang berusia ≥ 65 tahun menderita hipertensi. Hipertensi merupakan faktor risiko bebagai penyakit kardiovaskular seperti gagal jantung, fibrilasi, atrium, stroke, penyakit ginjal dan dimensia (Murni and Rahutami 2024).

WHO menyebutkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO 2022). Angka 50% dari penderita hipertensi yang diketahui hanya 25% yang mendapat pengobatan, dan hanya 12,5% yang diobati dengan baik (WHO 2022). Menurut Riset Dasar Kesehatan Daerah (RISKESDAS) prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 25,8%, jika saat ini penduduk Indonesia 252.124.458 juta jiwa maka terdapat 65.048.110 juta jiwa yang mengalami hipertensi (Kemenkes RI 2018).

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 (Luthfiha, Putri, and Anggrasari 2024). Hipertensi menjadi penyebab 45% kematian akibat serangan jantung dan 51% akibat stroke diseluruh dunia secara global. WHO memperkirakan penyakit tidak menular menyebabkan sekitar 60% kematian dan 40% kesakitan diseluruh dunia. Perubahan pola struktur masyarakat dari agraris ke industri dan perubahan gaya hidup, sosial ekonomi masyarakat diduga sebagai suatu hal yang melatar belakangi meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular, sehingga angka kejadian penyakit tidak menular semakin bervariasi dalam transisi epidemiologi (Naldi et al. 2022).

Hipertensi telah menjadi masalah utama dalam kesehatan dunia. Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah lanjut usia terbanyak di dunia, pada tahun 2014, jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia sebanyak 18,781 juta jiwa dan diperkirakan ada tahun 2025 jumlahnya akan mencapai 36 juta jiwa dan hipertensi juga menjadi masalah kesehatan di Indonesia. Hipertensi yang tidak segera diatasi bisa menimbulkan gejala seperti sakit kepala, kelelahan, mual, muntah, sesak nafas, terengah-engah, gelisah, pandangan kabur dan berkunang-kunang, emosional, telinga berdengung, sulit tidur, tengkuk terasa berat, nyeri kepala bagian belakang dan didada, otot lemah, terjadi pembengkakan pada kaki dan

pergelangan kaki, keringat berlebihan, kulit tampak pucat dan kemerahan, denyut jantung yang kuat, cepat, dan tidak teratur, impotensi, pendarahan diurin, bahkan mimisan.

Penatalaksanaan hipertensi terbagi dua yaitu terapi farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan hipertensi secara farmakologis biasanya dengan mengkonsumsi obat-obatan, sedangkan terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup yang lebih sehat, salah satunya adalah Relaksasi Genggam Jari (Astutik & Kurlinawati, 207)). Teknik ini berhubungan dengan jari tangan serta aliran energi didalam tubuh. Menggenggam jari sambil menarik nafas dalam-dalam (relaksasi) dapat mengurangi nyeri dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosi. Dalam keadaan relaksasi secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin, hormon ini merupakan analgesik alami dari tubuh sehingga nyeri akan berkurang (Indrawati & Arham, 2020). Prosedur teknik relaksasi genggam jari yang dilaksanakan 5 menit dari satu persatu beralih ke jari selanjutnya dengan rentang waktu yang sama.

Hal ini sejalan dengan penelitian Firdaus & Prajayanti (2024) menunjukkan bahwa penanganan hipertensi dengan terapi genggam jari dan tarik nafas dalam yang diberikan sebanyak 1 kali dalam satu hari. Terapi ini diberikan selama 1 hari, terapi dilakukan selama 30 menit dalam satu kali pertemuan. Terapi ini dapat menurunkan tekanan darah pasien (Sofyan Mahendra Firdaus & Eska Dwi Prajayanti, 2024).

Penelitian ini sejalan dengan Devita Anugrah Anggraini, (2024) tentang tekanan darah penderita hipertensi yang mengikuti senam genggam jari didapatkan nilai tekanan darah pretest minimum yakni 150/90 mmhg, nilai maksimum 180/100 mmhg, serta nilai mean tekanan darah yakni 157.78/92.22 mmhg. Sedangkan nilai tekanan darah posttest minimum yakni 140/80 mmhg, nilai maksimum 170/90 mmhg, serta nilai mean tekanan darah yakni 145/83.3 mmhg. Dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan antara nilai tekanan darah pretest dan posttest.

Penelitian ini juga dilakukan oleh Muhammad Iqbal (2024), tentang Penerapan intervensi memberikan kontribusi terhadap penurunan tekanan darah, hasil evaluasi Pre dan Post terdapat penurunan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang mengatakan respon relaksasi bekerja lebih dominan pada sistem syaraf parasimpatik dan mengendalikan denyut jantung untuk tubuh menjadi rileks, dan pada saat yang bersamaan ketika tubuh menjadi rileks maka akan memperlambat detak jantung dan membuat proses memompa darah ke seluruh tubuh menjadi lebih efektif.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh Mahasiswa Profesi Ners Universitas Alifah Padang pada tanggal 23 Juni 2025 di RT 07 RW 09 Kelurahan Korong Gadang, Kecamatan Kuranji Kota Padang dari 35 KK, didapatkan 15 orang mengalami penyakit Hipertensi. Berdasarkan hasil wawancara terdapat 1 orang yang lama menderita penyakit hipertensi dan jarang mengkonsumsi obat serta tidak mengetahui cara mengatasi penyakitnya dengan obat non farmakologis. Berdasarkan wawancara Ny. H

mengatakan sudah menderita Hipertensi kurang lebih 5 tahun, Ny.H merasa kehidupannya terganggu karena penyakit yang dideritanya. Ny. H mengaku bahwa tekanan darahnya seringkali tidak stabil, Ny. H tidak rutin mengonsumsi obat hipertensi sesuai anjuran dokter. Ny. H mengatakan takut tiba-tiba stroke, dan deg-degan sendiri kalau mendengar cerita orang yang tiba-tiba darah tingginya naik dan kemudian mengalami serangan jantung. Ketakutan ini membuat Ny.H sering merasa cemas, bahkan sulit tidur di malam hari. Ia mengakui bahwa setiap kali tekanan darahnya diukur dan hasilnya tinggi, ia langsung panik dan merasa seolah-olah akan mengalami hal buruk dalam waktu dekat. Cara pencegahan, dan pengobatan untuk penderita hipertensi Ny.H mengatakan belum pernah mencoba terapi *relaksasi Genggam Jari* untuk menurunkan tekanan darahnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan, maka rumusan masalah pada Karya Tulis Ilmia ini adalah “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny. H Dengan Melakukan Terapi Relaksasi Genggam Jari Sebagai Intervensi Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rt 07 Rw 09 Kelurahan Korong Gadang, Kecamatan Kuranji, Kota Padang Tahun 2025”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu mengaplikasikan ilmu dalam memberikan Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny.H Dengan Melakukan *Terapi Genggam Jari* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian Pada Ny. H Dengan Melakukan *Terapi Genggam Jari* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Tahun 2025.
- b. Mampu merumuskan diagnosa Pada Ny. H Dengan Melakukan *Terapi Genggam Jari* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Tahun 2025.
- c. Mampu melakukan rencana Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny. H Dengan Melakukan *Terapi Genggam Jari* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Tahun 2025.
- d. Mampu melakukan implementasi Pada Ny. H Dengan Melakukan *Terapi Genggam Jari* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Tahun 2025.

- e. Mampu melakukan evaluasi Pada Ny.H Dengan Melakukan Terapi *Genggam Jari* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Tahun 2025.
- f. Mampu mendokumentasikan hasil Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny.H Dengan Melakukan Terapi *Genggam Jari* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi penulis

Untuk memberikan pengalaman dan kemampuan penulis dalam melakukan pemberian terapi *Genggam Jari* Dalam Upaya Menurunkan Tekanan Darah Keluarga Ny.H Dengan Hipertensi Di Kelurahan Korong Gadang, Kecamatan Kuranji Kota Padang Tahun 2025

- b. Bagi penulis selanjutnya

Hasil penulisan ini dapat digunakan sebagai data dasar atau data pendukung untuk penulisan dan sebagai acuan pembelajaran di bidang keperawatan komunitas.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi institusi pendidikan

Sebagai tambahan data kepustakaan dan menambah referensi bagi institusi tentang asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan pemberian terapi genggam jari untuk menurunkan tekanan darah.

b. Bagi tempat penelitian

Sebagai bahan masukan yang berkaitan dengan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan pemberian terapi relaksasi genggam jari untuk menurunkan tekanan darah dan sebagai sumber informasi dalam meningkatkan asuhan keperawatan.