

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah keadaan dimana tekanan darah pada sistolik ≥ 140 mmHg dengan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (Nurarif, dkk, 2015, h.102). Menurut *World Health Organization* (WHO) dan *The International Society Of Hypertension* (2016) memaparkan bahwa diseluruh dunia terdapat 600 juta penderita hipertensi dan 3 juta diantaranya meninggal setiap tahunnya (WHO, 2016). Diseluruh dunia kurang lebih 7,5 juta kematian dari 12,8% total kematian secara keseluruhan yang diakibatkan oleh hipertensi (WHO, 2016 dalam Lesirollo, 2017). Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan survei Riskesdas (2018) pada penduduk umur ≥ 18 tahun sebesar (34,1%), prevalensi tertinggi berada di Kalimantan Selatan (44,1%), diikuti Jawa Barat (39,1%), dan Kalimantan Timur (39,1%). Sedangkan untuk Provinsi Jawa Tengah (37,1%). Menurut data profil kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2017), jumlah penduduk beresiko (≥ 18 tahun) yang dilakukan pengukuran tekanan darah tercatat sebanyak 8.888.585 orang atau 36,53%. Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 1.153.371 orang atau 12,98% dinyatakan hipertensi. Hipertensi pada kelompok perempuan sebesar 13,10%, sedangkan laki-laki yaitu 1,16%. Kabupaten atau Kota dengan presentase hipertensi tertinggi adalah Salatiga dengan presentase 77,72% dari yang dilakukan pengukuran tekanan darah. Sedangkan hasil pengukuran pada Kabupaten atau Kota di Pekalongan 12,54% dari yang dilakukan pengukuran tekanan darah.

Penatalaksanaan pada hipertensi meliputi terapi farmakologi dan non farmakologi. Menurut Riskesdas (2018) prevalensi penderita hipertensi di Jawa Tengah yang mengkonsumsi obat anti hipertensi hanya 8,6%. Penderita hipertensi tidak rajin minum obat dikarenakan efek samping yang tidak diinginkan dari penggunaan obat-obatan hipertensi dan mahal biaya yang diperlukan selama proses terapi. Salah satu terapi non-farmakologis maupun

intervensi keperawatan mandiri dalam menurunkan tekanan darah dan kecemasan pasien hipertensi adalah latihan *slow deep breathing* (dalam Yanti, dkk, 2016, h.7). Berdasarkan penelitian Yanti, dkk yaitu *Slow deep breathing* yang diberikan selama 21 hari sebanyak dua kali sehari dilakukan selama 15 menit dapat memberikan pengaruh terhadap tekanan darah responden. Rata-rata perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah perlakuan yaitu 18,04 mmHg. Sedangkan perbedaan tekanan darah diastolik sesudah perlakuan yaitu 11,61 mmHg. Hasil penelitian Sepdianto (2010) menunjukkan bahwa rata-rata selisih pengukuran darah sistolik pengukuran keempat pada kelompok intervensi relatif besar yaitu 18,178 mmHg dengan standar deviasi 7,32. Hasil penelitian lain (Hastuti, h.82-196, 2015, vol.4) menunjukkan bahwa tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Bendosari Kabupaten Sukoharjo sebelum terapi teknik nafas dalam yaitu tekanan darah sistolik rata-rata 177,33 mmHg dan diastole rata-rata 95,87 mmHg.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap beberapa jurnal *slow deep breathing* menyatakan bahwa hasil penelitian penurunan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok yang melakukan latihan *slow deep breathing* lebih besar dibanding dengan kelompok yang tidak melakukan latihan *slow deep breathing*. Di Indonesia penggunaan *slow deep breathing* sebagai terapi komplementer maupun intervensi keperawatan mandiri dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi belum banyak diketahui. Sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui penerapan latihan *slow deep breathing* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Pekalongan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan *slow deep breathing* dapat menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi di keluarga?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Memandirikan keluarga dalam menurunkan tekanan darah menggunakan latihan *slow deep breathing*.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini adalah agar keluarga mampu:

1. Teridentifikasinya masalah keluarga klien hipertensi.
2. Tersusunnya diagnosa keperawatan keluarga klien hipertensi.
3. Tersusunnya rencana keperawatan keluarga pada klien hipertensi.
4. Terlaksananya tindakan keperawatan keluarga pada klien hipertensi.
5. Terlaksananya evaluasi keperawatan keluarga pada klien hipertensi.

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Bagi klien dan keluarga

Klien dan keluarga mampu menurunkan tekanan darah menggunakan latihan *slow deep breathing* secara mandiri.

1.4.2 Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang tanda dan gejala pada klien hipertensi

1.4.3 Bagi penulis

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang penerapan bagaimana menggambarkan penerapan prosedur klien hipertensi di Pekalongan.