

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan pada diastolik lebih dari 90 mmHg yang berdasarkan pada dua kali pengukuran atau lebih. Hipertensi dapat menimbulkan berbagai resiko penyakit kardiovaskular aterosklerotik apabila peningkatan darah terjadi berkepanjangan dan merusak pembuluh darah di organ seperti gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Brunner & Suddart, 2017).

Data World Health Organization (WHO) (2015) menunjukkan bahwa sekitar 1,13 Miliar orang di Dunia mempunyai penyakit hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di Dunia telah terdiagnosis hipertensi. Jumlah orang yang menderita hipertensi terus meningkat pada setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang akan terkena hipertensi, dan diperkirakan pada setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat penyakit hipertensi dan komplikasinya. Data Risesdas (2018) menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran yang dilakukan pada penduduk usia >18 tahun sebesar 34,1%, dan hasil yang tertinggi terjadi di Kalimantan Selatan (44.1%), dan yang terendah di Papua sebesar (22,2%) (KEMENKES RI, 2019).

Dari data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2017) jumlah penduduk dengan usia (> 18 th) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2017 berdasarkan Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Tengah persentase dengan hipertensi tertinggi adalah Kota Salatiga (77,72 %) dan terendah adalah Kendal (2,72%).

Menurut data yang didapatkan dari RSUD Kraton pada tahun 2017 dari bulan Januari sampai Desember terdapat 97 kasus hipertensi, pada tahun 2018 bulan Januari sampai Desember terdapat 96 kasus hipertensi, pada tahun 2019

bulan Januari sampai Desember terdapat 63 kasus hipertensi, dan pada tahun 2020 dari bulan Januari sampai Maret terdapat 22 kasus hipertensi.

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan pilar pengobatan yang standar dan mengubah pola hidup dalam mengatur pola makan, coping stres, pola aktivitas, alkohol dan rokok (Dalimartha, et al, 2008 diambil dari Sukarmin & Himawan, 2015). Penatalaksanaan hipertensi juga dapat menggunakan obat-obatan yang standar sesuai yang direkomendasikan oleh WHO yaitu ada perpaduan dua jenis atau lebih yang meliputi golongan diuretik, Angiotensin Converting (ACE) Inhibitor, antagonis reseptor angiotensin II, antagonis reseptor aldosteron dan calcium channel blocker yang digunakan tergantung pada respon individu, budaya, umur, tingkat sakit yang dialami, tingkat tekanan darah, dan hasil follow up (Ignatavius & Workman, 2010 diambil dari Sukarmin & Himawan, 2015). Pemakaian obat pada klien hipertensi memiliki beberapa kelemahan seperti biaya mahal, membutuhkan kepatuhan minum obat karena membutuhkan waktu yang relatif lama untuk menurunkan tekanan darah serta seringnya timbul kebosanan dalam minum obat (Myrank, 2009 Sukarmin & Himawan, 2015).

Keberhasilan pencapaian target pengobatan klien hipertensi menurut para ahli jantung di dunia perlu diikuti perubahan gaya hidup dan modifikasi stress (Black & Hawk, 2009 diambil dari Sukarmin & Himawan, 2015). Relaksasi benson merupakan suatu pengembangan metode respon relaksasi dengan melibatkan faktor keyakinan yang dimiliki klien dan dapat menciptakan suatu lingkungan internal sehingga dapat membantu klien untuk mencapai kondisi kesehatan dan kesejahteraan yang tinggi (Purwanto, 2006 diambil dari Sukarmin & Himawan, 2015). Relaksasi benson merupakan suatu teknik relaksasi yang berfokus pada kata atau kalimat tertentu yang diucapkan berulang kali dengan ritme teratur yang memiliki makna menenangkan bagi diri (Benson & Proctor, 2000 diambil dari Solehati & Kosasih, 2015).

Menurut Sukarmin & Himawan (2015) menggunakan teknik relaksasi benson dapat menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi yang dilakukan

pada beberapa responden dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perubahan tekanan darah antara sebelum dan sesudah relaksasi.

Sesuai data tersebut penulis jadi tertarik untuk melakukan study kasus tentang penerapan relaksasi benson untuk menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan teknik relaksasi benson dalam menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi ?

1.3. Tujuan Study Kasus

Menggambarkan penerapan teknik relaksasi benson terhadap tekanan darah pada klien hipertensi.

1.4. Manfaat Penulisan

1.4.1. Bagi Klien

Menerapkan teknik relaksasi benson untuk menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi yang dapat dilakukan secara mandiri.

1.4.2. Bagi Penulis

Menambah wawasan, pengetahuan serta pengalaman penulis dalam menerapkan teknik relaksasi benson terhadap tekanan darah pada klien hipertensi.

1.4.3. Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Perawat

Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat memberikan gambaran tentang penerapan teknik relaksasi benson terhadap tekanan darah pada klien hipertensi.