

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Banyak perubahan dalam perilaku serta gaya hidup penduduk Indonesia telah disebabkan oleh peningkatan arus globalisasi di bidang kemajuan teknologi serta industri. Perubahan gaya hidup, sosial, ekonomi, dan industrialisasi bisa menyebabkan peningkatan risiko hipertensi. Gagal jantung, stroke, dan penyakit ginjal adalah semua hasil dari hipertensi. Hipertensi dianggap sebagai penyakit yang mematikan yang tidak memiliki gejala atau tanda-tanda awal (Brunner, Suddart, 2023).

Penyakit darah tinggi atau hipertensi sebagai penyakit yang seringkali ada di berbagai negara berkembang, misalnya di Indonesia. Orang akan memiliki risiko untuk menderita gangguan kesehatan serta bisa disebut menderita darah tinggi ketika tekanan darah orang tersebut tetap tinggi setelah beberapa kali pengukuran dan tekanan sistolik > 140 mm Hg sedangkan tekanan diastoliknya 140 mm >90 mmHg (Muttaqin, 2014). Hipertensi dibedakan jadi dua dengan latar belakang penyebabnya, hingga disebut dengan hipertensi primer atau esensial yang kemungkinan terpengaruh oleh faktor keturunan serta umur (padila, 2013). Seringkali hipertensi seringkali menjadi problematika yang sangat penting dalam pelayanan kesehatan, karena prevalensi hipertensi sangat tinggi di Indonesia serta banyak terdapat negara di dunia. Organisasi Kesehatan Dunia menjelaskan ketika tekanan darah tinggi menyebabkan kematian sekitar 9,4 juta orang di dunia setiap tahunnya. Jumlah penderita darah tinggi terus alami peningkatan. Di 2025, kisaran 29% populasi dunia diperkirakan menderita tekanan darah tinggi. Prevalensi hipertensi khususnya di negara-negara berkembang salah satunya Indonesia yang dapat diperoleh dengan mengukur tekanan darah ketika usia kurang lebih 18 tahun adalah 8,4. %. Di Indonesia, prevalensi hipertensi paling tinggi ada di Sulawesi Utara dengan 13,2%, sedangkan prevalensi hipertensi terendah yakni di Papua dengan 4,4%. (Riskesdas, 2018). Menurut (Dinkes Kalimantan Timur, 2022) kasus hipertensi

atau tekanan darah tinggi yang di derita penderita hipertensi di Kalimantan Timur dari usia >15 tahun pada tahun 2021 berjumlah 206.848 orang, dan penderita hipertensi pada tahun 2022 berjumlah 448.644 orang.

Hipertensi bisa dipengaruhi berbagai faktor yaitu pola hidup yang tidak sehat, serta keadaan fisik lainnya seperti obesitas (Stella & Novayelinda, 2018). Beberapa penderita tekanan darah tinggi seringkali ditandai dengan beberapa gejala meliputi migrain yang berlebihan, penglihatan menjadi tidak jelas, pendengaran berdengung, kebingungan, detak jantung tak beraturan, dada terasa sakit, pusing, lemas, mudah lelah, sulit bernapas, susah tidur, mual atau muntah, peningkatan pembuluh darah. (haryani & Misniarti 2020).

Permasalahan yang umumnya timbul pada penderita hipertensi yaitu bisa menjadi penyebab turunnya detak jantung, nyeri, cemas serta bisa timbul banyanyak komplikasi penyakit. Hasil penelitian Prawesti, (2015), menunjukkan hasil >50% responden yang merasakan ansietas yakni 16 responden (55%). Komplikasi hipertensi dirasakan lebih dari 50% responden yang diuji yakni 18 responden (62%). Tekanan darah yang mengalami peningkatan seringkali ditemukan pada orang yang banyak berpikir dan cemas berlebihan. Kecemasan merupakan suatu kondisi emosional serta pengalaman subjektif seseorang terhadap suatu objek yang tak jelas serta spesifik dampak antisipasi terhadap bahaya yang memberikan kemungkinan individu tersebut melaksanakan implementasi dalam saat ancaman tersebut (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016).

Individu yang mengalami hipertensi akan menimbulkan ansietas yang sebabnya dari penyakit hipertensi dan perlu pengobatan dengan jangka waktu yang lama, ada resiko komplikasi serta bisa mengurangi usia (endriyani, 2019). Setiap saat penderitanya memiliki pemikiran tentang hipertensi serta menumbuhkan risiko gejala kecemasan meliputi rasa takut serta cemas, serta merasakan khawatir terhadap akibat dari situasi yang dihadapinya. Risiko secara fisik dari hipertensi yaitu sakit kepala serta rasa lelah yang berlebihan, jika hipertensi tidak terkontrol bisa menjadi penyebab kematian serta komplikasi yakni stroke, infark miokard, gagal ginjal, ensefalopati (kerusakan otak) juga

kejang bisa terjadi terhadap wanita preeklamsia (Aspiani, 2018).

Metode yang bisa diimplementasikan dalam mengatasi kecemasan adalah dengan memberi suatu terapi nonfarmakologis pada penderita hipertensi, contohnya yaitu akupresur. Akupresur adalah pengobatan secara tradisional yang melibatkan pemijatan pada titik-titik khusus yang bisa dipakai dalam perawatan di rumah untuk kemandirian yang sehat, penurunan tekanan darah serta pengurangan terhadap sakit kepala. Dari uraian di atas terlihat sangat jelas terapi komplementer ini merupakan hal penting yakni akupresur guna menurunkan tekanan darah, dan atasi kecemasan terhadap yang mengalami hipertensi serta sakit kepala tanpa adanya efek samping, mudah dilaksanakan kapan saja, hingga bisa dilakukan oleh orang awam. (Kratochavil, 2018). Cara ini efektif secara klinis dalam mengatasi penyalahgunaan narkoba, kepanikan, ketakutan, fobia, kecemasan, depresi kecil, serta gejala fisik yang bersumber dari emosi seperti nyeri fisik, sakit kepala, kesulitan bernapas, serta tekanan darah tinggi. (Isworo, 2019). Terapi akupresur bisa atasi masalah kecemasan penderita dari akar permasalahannya dengan memberi teknik non farmakologis yang bisa dilaksanakan dengan cara mandiri oleh penderita hipertensi antara lain: membatasi alkohol, teknik pengurangan stres, meminimalisir konsumsi natrium serta tembakau, memperbanyak olah raga atau latihan penurunan berat badan, namun terapi akupresur yaitu salah satu pengobatan yang dapat dilakukan kepada orang yang menderita hipertensi (Widodo, 2019).

Terapi akupresur merupakan salah satu bentuk fisioterapi yang memberi pijatan serta stimulasi terhadap titik-titik khusus di tubuh. Akupresur dilaksanakan dengan cara memberikan penekanan atau memberikan getaran selama 15 – 20 detik dari masing-masing tempat ataupun titik (Aminudin, Sudaman, 2020). Pemijatan kepada titik-titik khusus didalam terapi akupresur bisa memberikan rangsangan gelombang saraf hingga kemudian bisa memberikan peningkatan aliran darah, mengendurkan kejang, serta menurunkan tekanan darah.

Akupresur lebih banyak ditujukan dengan tujuan menyegarkan tubuh (Aminudin et al, 2020). Penelitian adam, (2014) yang menyatakan bahwasanya

dari akupresur bisa merangsang sel mast untuk melepaskan histamin sebagai mediator vasodilatasi pembuluh darah, hingga terjadi peningkatan sirkulasi tekanan darah yang membuat tubuh lebih rileks serta berdampak dengan tekanan darah yang mengalami penurunan (Sari et al, 2019). Akupresur bisa merangsang saraf pada kulit superfisial yang selanjutnya ditransmisikan ke otak di hipotalamus. Sistem saraf desenden dengan melepaskan opiat endogen meliputi endorfin. Dalam hormon dopamin yang meningkat akan memberikan dampak meningkatnya aktivitas saraf parasimpatis. Sistem saraf parasimpatis dengan tujuan pengontrolan kegiatan yang berlangsung serta bekerja ketika saat tubuh sedang beristirahat, hingga seseorang yang menderita hipertensi memiliki persepsi sentuhan sebagai stimulus respon relaksasi serta menjadi penyebab turunnya tekanan darah (Aminuddin et al, 2020). Cara pengobatan tersebut masih kurang populer di masyarakat, khususnya di Indonesia yang mayoritas masyarakatnya lebih pilih pengobatan medis dibandingkan mengobati secara tradisional. Hasil Riskesdas tahun 2018 menyatakan bahwa 31,4% anggota rumah tangga mengunjungi rumah sakit atau puskesmas serta 12,9% menyatakan upaya sendiri. Dengan begitu dalam penelitian ini dengan tujuan mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah asuhan keperawatan dengan pemberian terapi akupresur untuk mengatasi tekanan darah pada pasien hipertensi.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui gambaran atau pengalaman dalam memberikan Asuhan Keperawatan dengan memberikan terapi akupresur dalam mengatasi tekanan darah pada pasien hipertensi

2. Tujuan Khusus

Secara khusus tujuan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Melakukan indentifikasi dengan mengkaji keperawatan guna atasi

tekanan darah pada pasien hipertensi

- b. Melakukan identifikasi diagnosis keperawatan guna mengatasi tekanan darah terhadap pasien hipertensi
- c. Melakukan indentifikasi dengan tindakan keperawatan dengan memberikan terapi akupresur guna atasi tekanan darah pada pasien hipertensi
- d. Melakukan indentifikasi dengan evaluasi keperawatan dengan pemberian terapi akupresur guna mengatasi tekanan darah pada pasien hipertensi

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Diharapkan bisa memberikkan manfaat dalam meningkatkan serta mengembangkan ilmu pengetahuan serta teknologi terkhusus pada keperawatan komunitas dalam asuhan keperawatan terhadap pasien hipertensi dengan masalah ansietas

2. Manfaat praktis

a. Bagi penulis

Manfaat untuk penulis yaitu penulis mendapatkan wawasan baru serta sebagai pengalaman untuk mengimplementasikan teknik terapi akupresur dalam mengatasi tekanan darah terhadap pasien hipertensi

a. Bagi responden

Bermanfaat terhadap masyarakat dengan tujuan supaya masyarakat bisa memakai teknik terapi aupresur dalam mengatasi tekanan darah pada pasien hipertensi