

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hiperkolesterolemia didefinisikan sebagai kadar kolesterol yang tinggi secara abnormal dalam darah (Yani, 2015). Sebuah studi yang dilakukan di Semarang pada tahun 2007-2008 menemukan bahwa memiliki kadar kolesterol darah lebih tinggi dari 200 mg/dl dikaitkan dengan risiko 1,8 kali lipat lebih tinggi terkena penyakit kardiovaskular dan penyakit serebrovaskular.

Berbagai steroid, serta jaringan otak dan sel saraf, disintesis dalam tubuh manusia menggunakan kolesterol, suatu bahan lemak. Kolesterol endogen dibuat oleh limpa yang memproduksi asam asetat, yang merupakan hormon steroid internal. Tempat lain tubuh mendapatkan kolesterol adalah dari makanan, yang disebut sebagai kolesterol eksogen. Produk hewani merupakan sumber kolesterol yang baik, yaitu suatu bentuk lemak yang membantu pembelahan sel dan produksi hormon pada manusia (Kemenkes RI, 2015).

Di seluruh dunia, kolesterol yang berlebihan bertanggung jawab atas sepertiga dari semua kasus penyakit jantung iskemik (WHO, 2023) pada populasi umum. Peningkatan kolesterol dikaitkan dengan 2,6 juta kematian (4,5% dari total kasus) serta 29,7 juta kematian akibat kolesterol aktif setiap hari (2% dari total DALY). Baik negara industri maupun negara berkembang memiliki tingkat penyakit jantung iskemik dan stroke yang tinggi, yang disebabkan oleh peningkatan kolesterol total. Jumlah total kolesterol pada individu dewasa mengalami peningkatan sebanyak 39% pada tahun 2008, dengan peningkatan 37% pada pria dan 40% pada wanita.

Tingkat kolesterol di Indonesia sangat tinggi, mencapai 28%. Fakta bahwa 7,9% dari populasi global mengidap penyakit ini bahkan lebih mencengangkan lagi. Konsekuensi yang mematikan, termasuk risiko kesehatan, dapat terjadi akibat penundaan pengobatan kolesterol tinggi (Kementerian Kesehatan, 2022).

Terdapat 3,77 juta orang yang tinggal di Kalimantan Timur. Sekitar 35,7 persen penduduk Kalimantan Timur mengunjungi pusat kesehatan untuk mendapatkan layanan kesehatan, seperti Posbindu PTM dan Puskesmas.

Sebanyak 300 penduduk di Desa Rantau Atas menderita kolesterol, menurut statistik yang dikumpulkan oleh Puskesmas Muser di Kabupaten Muara Samu, Kalimantan Timur (Erpiana, 2023).

Keadaan emosional subjektif dari rasa sakit adalah sesuatu yang tidak menyenangkan dan kompleks. Penderitaan setiap orang adalah unik dalam intensitas dan karakternya, dan tidak ada seorang pun selain orang yang mengalami penderitaan tersebut yang dapat mendefinisikan atau mengevaluasinya secara memadai (Tetty, 2015).

Mengatasi nyeri dengan mengurangi gejalanya adalah tujuan dari pengobatan nyeri baik secara farmasi maupun nonfarmakologis. Pasien tidak menjadi terbiasa dengan rasa sakit, dan rasa sakit terus berlanjut bahkan setelah efek obat hilang, sehingga memerlukan perawatan non-farmakologis. Terapi Benson adalah pendekatan non-farmakologis yang telah terbukti dapat mengurangi ketidaknyamanan pada pasien dengan penyakit kolesterol. Terapi ini menggabungkan latihan pernapasan dalam, terapi musik, efek plasebo, dan aromaterapi untuk menciptakan lingkungan yang menenangkan bagi klien (Warsono et al., 2019).

Aterosklerosis, penyempitan pembuluh darah, dan pembentukan plak di arteri adalah konsekuensi dari kolesterol tinggi, yang membuat pengiriman O₂ ke tubuh menjadi kurang ideal. Akibatnya, keduanya meningkatkan bahaya masalah kardiovaskular seperti serangan jantung dan penyakit jantung koroner. Orang dengan hiperkolesterolemia harus mengonsumsi statin atau obat lain yang menurunkan kolesterol untuk mempertahankan kadar kolesterol normal (Tania, 2022).

Benson (2011) menyatakan bahwa teknik relaksasi dapat mengurangi rasa sakit dan stres, meredakan ketegangan otot, dan memperbaiki kesulitan tidur.

Salah satu pilihan pengobatan non-farmakologis adalah terapi relaksasi Benson, yang menggunakan teknik pernapasan bersama dengan komponen keyakinan pasien untuk membangun lingkungan internal yang meningkatkan kesehatan yang lebih baik. Tujuan dari terapi relaksasi meliputi pengurangan rasa sakit dan stres, pengurangan ketegangan otot, dan perbaikan gangguan tidur (Atmojo et al., 2019).

Relaksasi Benson dapat mengurangi sakit kepala yang berhubungan dengan kolesterol dengan cara mengurangi aktivitas saraf simpatis, sehingga meningkatkan sirkulasi darah, melebarkan arteri, serta menambah suplai oksigen ke seluruh jaringan. Hal ini terutama berlaku untuk jaringan perifer, menurut penelitian dari (Atmojo, 2019).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, Penulis tertarik untuk melakukan Studi Kasus Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Kolestrol Di Puskesmas Lok Bahu.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk memperoleh tujuan nyata dalam pemberian asuhan keperawatan dengan implementasi Teknik relaksasi benson untuk mengatasi nyeri pada Kolestrol Di Puskesmas Lok Bahu

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian dan analisa data pada pasien Kolestrol
- b. Mampu menegakan diagnosa keperawatan pada klien Kolestrol
- c. Mampu menyusun perencanaan tindakan keperawatan dan perencanaan Teknik Relaksasi Benson yang sesuai dengan masalah keperawatan pada klien Kolestrol
- d. Mampu melaksanakan implementasi keperawatan dan implementasi Teknik Relaksasi Benson sesuai dengan perencanaan tindakan keperawatan pada klien Kolestrol
- e. Mampu mengevaluasi dari implementasi keperawatan dan Evaluasi pelaksanaan Teknik Relaksasi Benson yang telah dilakukan pada klien Kolestrol

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini akan mengarah pada kemajuan dan peningkatan kualitas asuhan keperawatan dan pendidikan, khususnya di bidang perawatan pasien dengan kolesterol tinggi. Selain itu, bagi siapa pun

yang berencana untuk melakukan penelitian di bidang yang sama, kajian literatur ini dapat menjadi referensi.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi peneliti/mahasiswa

Dalam bentuk penelitian studi kasus asuhan keperawatan dengan masalah nyeri akut menggunakan teknik relaksasi Benson pada klien yang mengalami kolesterol, penulis mengharapkan hasil studi kasus ini dapat menambah wawasan, menambah pengetahuan penulis, dan mengaplikasikan teori yang telah dipelajari selama masa perkuliahan.

b. Manfaat bagi Instansi Terkait Puskesmas Loa Bahu

Temuan dari studi kasus ini diharapkan dapat menjadi tolok ukur untuk meningkatkan dan merumuskan prosedur operasi standar untuk asuhan keperawatan pada pasien dengan masalah nyeri akut yang mengalami masalah terkait kolesterol, dengan memanfaatkan teknik relaksasi benson.

c. Manfaat Bagi Klien & Keluarga

Penelitian ini berupaya memberikan manfaat bagi klien dengan membantu mereka mengatasi komplikasi yang terkait dengan penyakit yang berhubungan dengan kolesterol, sehingga dapat mempercepat proses pemulihan.