

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi juga dijuluki sebagai *silent killer* atau pembunuh diam-diam karena penyakit ini tidak memiliki gejala yang spesifik, hipertensi dapat menyerang siapa saja, dan kapan saja, serta dapat menimbulkan penyakit degeneratif, hingga kematian. Menurut beberapa penelitian, orang yang menderita hipertensi memiliki peluang 12 kali lebih besar untuk terkena stroke dan 6 kali lebih besar untuk terkena serangan jantung. Penyakit hipertensi biasanya tidak disadari oleh masyarakat karena gejalanya yang belum jelas dan menyerupai keluhan kesehatan pada umumnya. Penderita baru mengetahui bahwa dirinya terserang hipertensi setelah dilakukan pemeriksaan tekanan darah, atau setelah timbulnya penyakit lain (S. Anggraini & Chanif, 2020).

Hipertensi adalah peningkatan tanda-tanda vital yang berupa kenaikan tekanan darah kronis dimana tekanan sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih besar dari 90 mmHg (R. Anggraini et al., 2023). Nyeri kepala adalah salah satu gejala klinis tekanan darah tinggi. Nyeri kepala adalah sensasi sakit atau nyeri yang mempengaruhi tengkorak (kepala), dimulai dari bagian atas dan belakang kepala dan sebagian wajah (Saputri *et al.*, 2022).

World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa pada 2021 terdapat 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia kini menderita hipertensi. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap kondisi tersebut (WHO, 2023).

Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (S. Anggraini & Chanif, 2020). Hipertensi telah mengakibatkan kematian dengan angka sekitar 8 juta orang pertahun dan 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara, yang sepertiga populasinya menderita hipertensi (Akbar *et al.*, 2020).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan prevalensi hipertensi tahun 2020 sebanyak 324.826 kasus. Pada tahun 2021 sebanyak 419.417 kasus hipertensi dan pada tahun 2022 sebanyak 513.453 kasus (Satu Data Banua, 2023). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Banjarbaru, jumlah penderita hipertensi di Kota Banjarbaru pada tahun 2020 sebanyak 5.182 kasus. Pada tahun 2021 sebanyak 6.208 kasus dan pada tahun 2022 terdapat 8.033 kasus hipertensi (Satu Data Banua, 2023).

Berdasarkan data rekam medis di RSD Idaman Kota Banjarbaru, selama tahun 2021 tercatat 98 orang penderita hipertensi berkunjung ke Instalasi Gawat Darurat (IGD) dan menduduki urutan ke 4 dari 10 besar penyakit setelah ISPA dan Covid - 19. Pada tahun 2022 tercatat 237 penderita hipertensi berkunjung ke IGD dan menduduki urutan ke 6 dari 10 besar penyakit setelah GERD. Sedangkan penderita hipertensi yang berkunjung ke IGD RSD Idaman Kota Banjarbaru Tahun 2023 adalah sebanyak 157 orang dan menduduki urutan ke 5 dari 10 besar penyakit yang sering ditangani di IGD RSD Idaman Kota Banjarbaru (Rekam Medis RSD Idaman Kota Banjarbaru, 2023). Melihat prevalensi yang cukup tinggi, maka hal ini perlu mendapatkan perhatian selama dalam perawatan.

Nyeri kepala pada pasien hipertensi terjadi ketika serat *afferent* primer menginervasi meningeal atau pembuluh darah serebral aktif, kebanyakan dari

serat *nociceptive* dilokasikan didalam bagian pertama dari ganglion trigeminal atau ganglia servikal atas. Rangsangan terhadap struktur nyeri dibawah tentoriumradiks servikalis bagian atas dengan cabang-cabang saraf perifer menimbulkan nyeri pada daerah belakang, pada area oksipital, area sub-oksipital dan servikal bagian atas. Rasa nyeri ini ditransmisi oleh saraf cranial IX, X dan spinal C1, C2, C3. Oksipitalis mayor akan menyalurkan nyerinya ke frontal pada sisi ipsilateral. Input eksteroseptif dan nosiseptif dari reflex trigeminoservikal ditransmisikan melalui jalur polisinaptik , mencapai motor neuron servikal, bahwa nyeri didaerah leher dapat dirasakan atau diteruskan kearah kepala dan sebaliknya (Sjahrir, 2019).

Sirkulasi aliran darah pada tubuh terganggu dan mempengaruhi peningkatan tekanan darah. Jaringan yang sudah terganggu akan mengalami penurunan oksigen dan meningkatkan karbondioksida. Sehingga terjadilah metabolisme anaerob didalam tubuh, dimana asam laktat dapat meningkat dan menstimulasi nyeri kepala diotak. Penyebab lain dari nyeri kepala pada hipertensi karena adanya pergeseran jaringan intrakranial, dimana nyeri kepala merupakan suatu cara tubuh untuk memberikan alarm atau respon bahwa didalam tubuh sedang mengalami masalah pada kesehatan. Penderita hipertensi yang mengalami sakit kepala yang sangat hebat secara tiba-tiba bisa menjadikan salah satu tanda adanya masalah penyakit yang lebih serius, diantaranya penyakit jantung (kardiovaskuler), gangguan pada sistem ginjal, bahkan bisa terjadi pecahnya pembuluh darah kapiler diotak atau disebut dengan stroke dan bisa mengakibatkan kematian (Setyawan, 2020).

Penatalaksanaan nyeri kepala penderita hipertensi harus dilakukan secara tepat agar tidak terjadi komplikasi. Ada dua cara untuk mengobati sakit kepala: farmakologis dan nonfarmakologis. Pemberian analgesik dapat digunakan untuk manajemen nyeri. Terapi nyeri kepala tanpa menggunakan obat-obatan, antara lain, dengan mengadopsi metode relaksasi. Salah satu teknik relaksasi

yang dapat dilakukan untuk menurunkan nyeri adalah terapi kombinasi *Slow deep breathing* dan *Head Massage* (Prasetyo & Pratiwi, 2023).

Berdasarkan penelitian Utami Muchtar et al., (2022) hasil penelitian menunjukkan nilai *p-value* 0,002 (<0,05). Disimpulkan ada pengaruh *slow deep breathing* terhadap penurunan tekanan darah. *Slow deep breathing* adalah relaksasi yang disadari untuk mengatur pernafasan secara dalam dan lambat. *Slow deep breathing* dapat memberikan pengaruh terhadap tekanan darah melalui peningkatan sensitivitas baroreseptor, menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis pada penderita hipertensi primer. Latihan nafas meningkatkan kesehatan fisik maupun mental yang akan meningkatkan fluktuasi dari interval frekuensi pernafasan dan berdampak pada peningkatan efektivitas barorefleks (Janet & Gowri, 2017 dalam Andri,J.,2021).

Menurut Lekas (2012) di dalam Utami Muchtar et al., (2022) teknik *slow deep breathing* ini bertujuan untuk mengatasi stress, hipertensi, nyeri dan gangguan penyakit pernafasan, Ketika oksigen yang kita hirup hanya untuk memperlancar peredaran darah, melancarkan metabolisme tubuh, dan mensuplai otak dengan kadar yang cukup.

Penelitian non farmakologis lainnya adalah massage. Teknik massage pada daerah - daerah tertentu pada tubuh dapat menghilangkan sumbatan pada pembuluh darah sehingga aliran darah dan energi di dalam tubuh kembali lancar. Menurut asumsi peneliti, pada seseorang dengan hipertensi dapat terjadi penyumbatan ataupun penyempitan pada pembuluh darah sehingga menyebabkan sirkulasi darah ke seluruh tubuh tidak lancar. Hal tersebut menyebabkan tubuh berespon secara fisiologis guna memenuhi sirkulasi darah ke seluruh tubuh dengan cara meningkatkan aliran darah (Rika Iyasa, 2021).

Penelitian oleh Res pawati, 2020 yang berjudul pemberian massage kepala dalam menurunkan nyeri kepala pada penderita hipertensi di desa Dasan Tereng Narmada. Terdapat pengaruh massage kepala terhadap penurunan nyeri kepala pada penderita hipertensi di desa dasan tereng wilayah kerja puskesmas darmada dengan p sebesar 0,002 ($<0,05$). *Head massage* dapat memberikan efek relaksasi karena sentuhansentuhan antara permukaan kulit dapat membantu melancarkan peredaran darah, meningkatkan konsentrasi, merangsang pelepasan hormon endorphin secara alami (Safitri, 2018).

Berdasarkan uraian latar belakang serta kejadian tersebut di atas, maka peneliti tertarik memaparkan gambaran Efektifitas Penerapan Intervensi kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan *Head Massage* Pada Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSD Idaman Kota Banjarbaru.

1.1. Rumusan masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah di jelaskan di atas, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimana hasil analisis asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan Penerapan Intervensi Kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan *Head Massage* di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSD Idaman Kota Banjarbaru?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan Penerapan Intervensi Kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan *Head Massage* di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSD Idaman Kota Banjarbaru.

1.3.2 Tujuan khusus

- 1.3.2.1 Menggambarkan pengkajian keperawatan pasien hipertensi
- 1.3.2.2 Menggambarkan diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien hipertensi
- 1.3.2.3 Menggambarkan perencanaan keperawatan dengan intervensi kombinasi *slow deep breathing* dan *head massage*
- 1.3.2.4 Menggambarkan implementasi keperawatan dengan intervensi kombinasi *slow deep breathing* dan *head massage*
- 1.3.2.5 Menggambarkan evaluasi keperawatan dengan intervensi kombinasi *slow deep breathing* dan *head massage*
- 1.3.2.6 Menganalisis hasil asuhan keperawatan dengan penerapan intervensi kombinasi *slow deep breathing* dan *head massage* pada pasien hipertensi

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penulisan karya tulis ilmiah yang diharapkan adalah:

1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan pembelajaran serta untuk menambah ilmu pengetahuan bagi mahasiswa dan juga sebagai sumber informasi dibidang keperawatan untuk melakukan perawatan intervensi kombinasi *slow deep breathing* dengan *head massage* pada pasien hipertensi.

1.4.2 Bagi Lahan Praktik

Sebagai bahan informasi dan acuan bagi perawat RS untuk melakukan perawatan intervensi kombinasi *slow deep breathing* dengan *head massage* pada pasien hipertensi.

1.4.3 Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai *evidence base nursing* dalam melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dirumah sakit khususnya penatalaksanaan penurunan tekanan darah.

1.4.4 Bagi Masyarakat

Untuk menambah informasi dan juga pengetahuan masyarakat khususnya pasien dan keluarga dengan hipertensi sebagai acuan dalam menerapkan *slow deep breathing* dan *head massage* untuk menurunkan tekanan darah

1.4.5 Bagi Peneliti selanjutnya

Dapat melanjutkan penelitian ini dengan mengembangkan instrumen yang lebih dan memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi pelaksanaan intervensi kombinasi *slow deep breathing* dan *head massage* pada asuhan keperawatan pasien dengan hipertensi.

1.5 Penelitian Terkait

Berdasarkan pengetahuan peneliti ada penelitian yang berhubungan dengan penelitian ini yaitu:

1.5.1 Juli Andri, Fahri Permata, Padila, Andry Sartika, Muhammad Bagus Andrianto (2021).

Judul penelitian “Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Intervensi Slow Deep Breathing Exercise”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *slow deep breathing exercise* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu. Metode penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *quasy experiment*. Hasil analisis univariat diperoleh rata-rata responden berusia 64 tahun dengan jenis kelamin mayoritas perempuan yaitu sebanyak 7 responden (53,3%). Mayoritas responden memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi yaitu sebanyak 12 responden (80%). Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$. Simpulan, ada

penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan setelah dilakukan intervensi *slow deep breathing* pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.

Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan adalah perbedaan, judul tempat dan waktu penelitian. Judul penelitian diatas adalah “Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Intervensi Slow Deep Breathing Exercise“. Sedangkan judul penelitian ini ”Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi dengan Penerapan Intervensi Kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan *Head Massage*” dan dilakukan pada tahun 2024.

1.5.2 Rizki Sari Utami M, Siska Natalia, Livatasia Patty (2022).

Judul penelitian “Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *Slow Deep Breathing* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tiban Baru Kota Batam. Metode penelitian dengan *Quasy Eksperimental Design*, dengan *pretest - posttest with control group*. Sampel berjumlah 30 responden yang terdiri, dari 15 responden kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol yang menderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tiban Baru Kota Batam, dengan tehnik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Data diolah dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukan tekanan darah sistol kelompok intervensi sebelum diberi perlakuan sebesar 165,67 mmHg dan diastol 94,73 mmHg dan tekanan darah sistol kelompok intervensi setelah diberi perlakuan sebesar 155,33 mmHg dan diastol 88,00 mmHg. Berdasarkan karakteristik responden didapatkan usia terbanyak >45 tahun (80%), dan jenis kelamin terbanyak (73,3%) yaitu perempuan. Hasil penelitian menunjukan nilai

p-value 0,002 ($<0,05$). Disimpulkan ada pengaruh *slow deep breathing* terhadap penurunan tekanan darah.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada judul, variabel, tempat dan tahun penelitian. Judul dan tempat penelitian tersebut adalah “Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi”. Sedangkan pada penelitian ini judul, variabel, tempat dan waktu penelitiannya adalah “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi dengan Penerapan Intervensi Kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan *Head Massage*” di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSD Idaman Kota Banjarbaru dan dilakukan pada tahun 2024.

1.5.3 Muhammad Tauhid, Widyasih Sunaringtyas, Kinez Yauzi Armendo, (2022).

Judul penelitian “Kombinasi *Slow Deep Breathing* Dan Relaksasi Autogenik Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Usia Produktif”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi *slow deep breathing* dan relaksasi autogenik terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif. Metode: Desain penelitian menggunakan *Quasi Eksperimental* dengan pendekatan *Pre test and Post test Control Group Design*. Populasi penelitian sebanyak 114 orang dan didapatkan sampel sebanyak 36 orang pelapor hipertensi melalui teknik *purposive sampling*. Intervensi diberikan sekali sehari selama 3 hari berturut-turut dengan durasi pertemuan sekitar 25-35 menit. Data dianalisis dengan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann Whitney*. Hasil dan Analisis: Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* diketahui terdapat pengaruh kombinasi *slow deep breathing* dan *autogenic* relaksasi terhadap tekanan darah pada kelompok perlakuan (Systolic $p_v = 0.000 < \alpha 0.05$ dan Diastolic $p_v = 0.001 < \alpha 0,05$) dan tidak ada perubahan tekanan darah pada kelompok kontrol (p_v sistolik = 0,060 $> \alpha 0,05$, p_v

diastolik = 0,180 > α 0,05). Hasil uji *Mann Whitney* menunjukkan adanya perbedaan perubahan sistolik dan tekanan darah diastolik antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol (pv Sistolik = 0,000 < α 0,05, pv diastolik = 0,000 < α 0,05).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada judul, tempat dan tahun penelitian. Judul dan tempat penelitian tersebut adalah” Kombinasi *Slow Deep Breathing* Dan Relaksasi Autogenik Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Usia Produktif”, tahun 2022. Penelitian berlokasi di Dusun Tegalrejo Desa Badas Kecamatan Badas Kabupaten Kediri.Sedangkan judul , waktu dan tahun penelitian ini adalah “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi dengan Penerapan Intervensi Kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan *Head Massage* “ dan dilakukan pada tahun 2024.

1.5.4 Annisa, Hanura Aprilia, Izma Daud (2023)

Judul penelitian “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Penerapan Intervensi *Slow Deep Breathing*”. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan intervensi *slow deep breathing* di Instalasi gawat Darurat (IGD) RSUD dr. H. Soermarno Sosroatmodjo Kuala Kapuas. Metode penelitian ini adalah menggunakan desain berupa studi kasus dengan kasus tunggal. Hasil penelitian yang dilakukan didapatkan adanya penurunan tekanan darah yaitu setelah diberikan *slow deep breathing* sebanyak 3 kali, tekanan darah klien turun dari 209/115 mmHg menjadi 187/108 mmHg. Kesimpulan dari penelitian ini penerapan intervensi *slow deep breathing* dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita Hipertensi di IGD.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian tersebut terletak pada judul, tempat dan tahun penelitian. Judul dan tempat penelitian tersebut adalah” Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan

Penerapan Intervensi *Slow Deep Breathing*”, tahun 2023. Sedangkan penelitian ini adalah “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi dengan Penerapan Intervensi Kombinasi *Slow Deep Breathing* dengan *Head Massage* “ dan dilakukan pada tahun 2024.