

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu jenis penyakit yang sering terjadi di dunia termasuk di Indonesia (Prasetyaningrum, 2014). Hipertensi juga memiliki nama lain yang disebut dengan *the silent killer*, karena pada umumnya mereka tidak menyadari bahwa dirinya mengidap penyakit hipertensi (Izzati dkk., 2021). Masalah yang muncul pada klien hipertensi seperti tidak merasakan keluhan, tidak memahami komplikasi yang akan terjadi dan keluarga yang kurang memperhatikan pentingnya kesehatan sehingga peran perawat diperlukan sebagai edukator agar tidak menimbulkan komplikasi (Bano, 2020). Lansia lebih rentan terkena hipertensi karena akibat penurunan fungsi elastisitas pada arteri sehingga pembuluh darah mengalami penyempitan dan kaku (Sundari & Bangsawan, 2015). Wanita lebih berisiko terkena hipertensi dibandingkan pria karena wanita yang sudah menopause mulai kehilangan hormon estrogen yang melindungi pembuluh darah (Kusumawaty dkk., 2016).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 18 tahun yaitu sebesar 34,11%. Jumlah kasus hipertensi di Provinsi Jawa Barat sebesar 39,60% sedangkan di wilayah Ciayumajakuning yaitu Cirebon sebesar 37,46%, Indramayu sebesar 41,98%, Majalengka sebesar 38,80% dan Kuningan sebesar 47,58% (Riskesdas, 2018).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian jenis medikasi antihipertensi sedangkan terapi non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu dengan menciptakan keadaan rileks (Prasetyaningrum, 2014). Terapi relaksasi otot progresif efektif untuk klien hipertensi karena memiliki efek vasodilator sehingga dapat melebarkan pembuluh darah dan menurunkan tekanan darah. Relaksasi ini merupakan metode relaksasi termurah, tidak memiliki efek samping, mudah dilakukan dan merilekskan tubuh serta pikiran (Ilham dkk., 2019). Saat melakukan terapi relaksasi otot progresif akan terjadi penurunan pengeluaran CRH (*Corticotropin Releasing Hormone*) dan ACTH (*Adrenocorticotropic Hormone*) di hipotalamus yang dapat menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis. Hal ini menyebabkan denyut jantung menurun, pembuluh darah melebar, resistensi pembuluh darah menurun dan arteri jantung menurun sehingga terjadi penurunan tekanan darah (Basri dkk., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu dkk. (2020) mengemukakan bahwa sebelum dilakukan latihan relaksasi otot progresif didapatkan hasil rata-rata 149/89,5 mmHg sedangkan setelah dilakukan latihan relaksasi otot progresif didapatkan hasil rata-rata 137/79 mmHg. Penelitian yang dilakukan oleh Yuniati & Sari (2022) menunjukkan hasil yang berbeda bahwa tekanan darah sebelum diberikan terapi relaksasi otot progresif yaitu 160/90 mmHg dan tekanan darah setelah diberikan terapi relaksasi otot progresif yaitu 140/80 mmHg.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk menyusun studi kasus mengenai “Asuhan keperawatan keluarga Tn. M dan Tn. A dengan hipertensi pada gerontik yang dilakukan terapi relaksasi otot progresif di Puskesmas Sindangjawa”.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimanakah asuhan keperawatan keluarga Tn. M dan Tn. A dengan hipertensi pada gerontik yang dilakukan terapi relaksasi otot progresif di Puskesmas Sindangjawa?

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus penulis mampu melakukan asuhan keperawatan keluarga Tn. M dan Tn. A dengan hipertensi pada gerontik yang dilakukan terapi relaksasi otot progresif di Puskesmas Sindangjawa.

1.3.2. Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat :

- a. Menggambarkan pelaksanaan tahapan asuhan keperawatan keluarga Tn. M dan Tn. A dengan hipertensi pada gerontik yang dilakukan terapi relaksasi otot progresif di Puskesmas Sindangjawa.
- b. Menggambarkan pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif pada gerontik dengan hipertensi dalam keluarga Tn. M dan Tn. A di Puskesmas Sindangjawa.

- c. Menggambarkan perubahan respon gerontik dengan hipertensi pada keluarga Tn. M dan Tn. A yang dilakukan terapi relaksasi otot progresif di Puskesmas Sindangjawa.
- d. Menganalisis kesenjangan di antara kedua gerontik dengan hipertensi pada keluarga Tn. M dan Tn. A yang dilakukan terapi relaksasi otot progresif di Puskesmas Sindangjawa.

1.4. Manfaat

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penulis berharap hasil studi kasus ini akan menambah pengetahuan serta menjadi bahan referensi terkait penanganan hipertensi dengan terapi relaksasi otot progresif yang dapat menurunkan tekanan darah tinggi.

1.4.2. Manfaat Praktik

1.4.2.1. Bagi Klien/Keluarga

Hasil studi kasus ini diharapkan klien/keluarga dapat melaksanakan terapi relaksasi otot progresif dalam menurunkan tekanan darah tinggi secara mandiri.

1.4.2.2. Bagi Puskesmas

Hasil studi kasus ini diharapkan terapi relaksasi otot progresif dapat diterapkan sebagai salah satu intervensi dalam menangani klien hipertensi.

1.4.2.3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan menjadi bahan informasi yang dapat digunakan oleh mahasiswa DIII Keperawatan Cirebon Poltekkes

Kemenkes Tasikmalaya dan dapat dijadikan bahan pembelajaran khususnya dalam menangani penyakit hipertensi.

1.4.2.4. Bagi Penulis

Manfaat yang didapatkan penulis yaitu dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam melakukan asuhan keperawatan pada klien hipertensi yang dilakukan terapi relaksasi otot progresif serta sebagai bahan pengembangan untuk penelitian selanjutnya.