

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan tantangan global yang signifikan dengan tingkat kejadian penyakit dan angka kematian yang tinggi. Penyakit ini tidak menular antar individu dan tidak mengalami perubahan dalam periode waktu yang Panjang. Salah satu penyakit yang tidak menular adalah tekanan darah tinggi atau hipertensi. Di Indonesia, hipertensi merupakan contoh umum dari penyakit tidak menular (PTM), sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes, dan stroke. (Amari, 2023).

Hipertensi terjadi ketika tekanan darah secara konsisten mencapai 160/95 mmHg atau lebih tinggi, dengan tekanan sistolik mencapai 140 mmHg dan tekanan diastolik 90 mmHg. (Tanjung et al., 2024). Kondisi hipertensi biasanya tidak menimbulkan gejala, tetapi jika tidak diobati, dapat menyebabkan kerusakan organ jangka panjang. Tingginya prevelensi hipertensi di Indonesia disebabkan karena beberapa faktor diantaranya jenis kelamin, usia, genetika, merokok, stres, obesitas, kurang aktivitas fisik, serta konsumsi garam dan alkohol yang berlebihan. Perlunya penatalaksanaan yang efektif untuk mengurangi risiko komplikasi yang berhubungan dengan hipertensi. (Aprianti & Utami, 2022)

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, Ditemukan bahwa prevalensi tekanan darah tinggi mencapai 34,11%. Penduduk Indonesia yang berusia ≥ 18 tahun menderita hipertensi. Dari 34,1% orang yang menderita hipertensi, hanya 8,8% yang terdiagnos. Dari yang terdiagnosa tersebut didapatkan 13,3 % tidak minum obat dan 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak Masyarakat yang tidak mengetahui dirinya menderita hipertensi dan tidak mendapatkan pengobatan. (Irwadi & Fatrida, 2023)

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2019, prevelensi Hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah mencapai 41,6% (Dinkes Jabar, 2019). Data prevelensi di Kabupaten Tasikmalaya pada tahun 2021 diperoleh dari hasil pemeriksaan tekanan darah pada penderita hipertensi usia ≥ 15 tahun mencapai 638.521 orang (Dinkes Kabupaten Tasikmalaya, 2021) Berdasarkan sumber dari Bidang Layanan Kesehatan Puskesmas, di wilayah puskesmas Manonjaya mencatat 4.039 penderita hipertensi pada tahun 2023 dengan jumlah penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun 2.493 dan yang mendapatkan pelayanan 1.546 orang. Hipertensi masuk dalam kategori 10 penyakit terbanyak dengan peringkat 3 pada bulan januari 2024.

Hipertensi dapat ditangani secara farmakologis dan nonfarmakologis. (Solekhah, 2023). Pengobatan hipertensi secara non farmakologis antara lain perubahan gaya hidup, diet, pembatasan natrium, diet rendah natrium dan rendah lemak, pembatasan alkohol dan kafein, mengurangi tingkat stress serta

aktivitas fisik (Ainurrafiq et al., 2019). Salah satu cara untuk beraktivitas fisik adalah melalui latihan Isometric Handgrip Exercise, ini merupakan jenis latihan yang melibatkan kontraksi statis otot tangan tanpa menyertakan gerakan berlebih dari otot dan sendi yang dapat membantu menurunkan tekanan darah melalui stimulasi pelepasan oksida nitrat dan melebarkan pembuluh darah (Ratnawati & Choirillaily, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Yuli Oktavia dkk (2023) Latihan Isometric Handgrip pada penderita hipertensi menunjukkan pengaruh yang signifikan dalam menurunkan tekanan darah pada kondisi tersebut.

Selain kurangnya aktifitas fisik, stress juga menjadi faktor penyebab hipertensi (Rahmawati & Novi, 2017). Oleh karena itu, mengelola stres dan mengendalikan tingkat stres dapat menjadi bagian penting dalam mencegah dan mengendalikan tekanan darah tinggi salah satunya dengan penggunaan Aromaterapi Lavender. Menghirup minyak esensial memberikan efek langsung dan bertahan lama pada tekanan darah serta mengurangi stres. (Rini, 2020).

Penelitian Oktavia Indah Sari dkk (2023) menunjukkan bahwa menggunakan latihan Isometrik Handgrip Exercise dan Aromaterapi Lavender selama 3 hari berturut-turut, dengan isometric exercise 4 menit dan aromaterapi dengan minyak lavender selama 30 menit, membantu menurunkan tekanan darah yang signifikan sebesar 24 mmHg pada Ny. M dan 8 mmHg pada Ny. Y, serta penurunan tekanan darah diastolic sebesar 17 mmHg pada Ny. M dan 4 mmHg pada Ny. M.

Penderita hipertensi memerlukan dukungan dan peran keluarga dalam pengendalian tekanan darah. Untuk merawat penderita hipertensi, keluarga harus memiliki pengetahuan, kemauan, dan keterampilan contohnya dengan terapi *Isometric Handgrip Exercise* dan Aromaterapi Lavender. Peran perawat di puskesmas sangat penting sebagai fasilitator pendidikan kesehatan yang memberikan informasi dan pelatihan kepada keluarga tentang cara mengontrol tekanan darah. (Nisak & Daris, 2020)

Menurut wawancara yang dilakukan dengan pemegang program PTM Puskesmas Manonjaya pada tanggal 1 Februari 2024, program tersebut menangani hipertensi dengan melaksanakan prolanis, posbindu, dan pemberian obat untuk mengontrol hipertensi. Namun, kejadian dan nilai tekanan darah pasien hipertensi tidak menurun dengan signifikan. Oleh karena itu, salah satu pilihan alternatif terapi nonfarmakologi yang dapat dilakukan ialah dengan latihan *Isometric Handgrip Exercise* dan Aromaterapi Lavender digunakan untuk meningkatkan upaya untuk mengendalikan tekanan darah. Petugas puskesmas mengatakan bahwa pasien jarang menggunakan terapi ini karena mereka tidak tahu banyak tentang terapi hipertensi.

Berdasarkan uraian diatas, Penulis tertarik untuk melakukan penelitian studi kasus dengan judul Asuhan Keperawatan Keluarga yang memperoleh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode *Drill* Mengenai Terapi *Isometric Handgrip Exercise* Dan Aromaterapi Lavender Untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan Hipertensi.

Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan Hipertensi.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dihasilkan dari uraian latar belakang yang telah dijelaskan adalah "Bagaimana Asuhan keperawatan keluarga yang memperoleh Pendidikan Kesehatan dengan Metode *Drill* Mengenai Terapi *Isometric Handgrip Exercise* disertai Aromaterapi Lavender Untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan Hipertensi?"

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan umum

Setelah melakukan studi kasus, penulis dapat menyampaikan pendidikan kesehatan mengenai *Isometric Handgrip Exercise* disertai Aromaterapi Lavender dengan Metode *Drill* untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang menderita Hipertensi.

1.3.2. Tujuan khusus

- 1.3.2.1. Menggambarkan karakteristik keluarga dengan anggota keluarga yang memiliki masalah hipertensi
- 1.3.2.2. Menggambarkan tahap pengkajian tugas kesehatan mengenai kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan hipertensi
- 1.3.2.3. Menggambarkan pelaksanaan pendidikan kesehatan dengan metode *Drill* mengenai Terapi *Isometric Handgrip Exercise* disertai Aromaterapi Lavender

1.3.2.4. Menggambarkan evaluasi kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan hipertensi setelah mendapat pendidikan kesehatan tentang *Isometric Hand Grip Exercise* disertai Aromaterapi Lavender dengan metode *Drill* .

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat teoritis

Diharapkan penelitian yang dilakukan oleh penulis akan berkontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan yang relevan terkait Asuhan Keperawatan Keluarga yang memperoleh Pendidikan Kesehatan dengan Metode *Drill* Mengenai Terapi *Isometric Handgrip Exercise* disertai Aromaterapi Lavender Untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan Hipertensi

1.4.2. Manfaat praktis

1.4.2.1. Bagi puskesmas

Harapannya, temuan dari penelitian ini bisa menjadi kontribusi yang berharga bagi Program Penyakit Tidak Menular (PTM) dengan tujuan memperluas intervensi keperawatan seperti Terapi Latihan *Isometric Handgrip Exercise* disertai Aromaterapi Lavender

1.4.2.2. Bagi keluarga

Diharapkan bahwa keluarga akan dapat meningkatkan kemampuannya dalam merawat anggota keluarga yang menderita hipertensi.

1.4.2.3. Bagi institusi

Harapannya, Institusi Pendidikan Dapat mengembangkan bidang Keperawatan keluarga komplementer