

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi masih menjadi masalah di seluruh dunia, tidak hanya di dunia tetapi juga di Indonesia. Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko dari sistem kardiovaskuler yaitu seperti penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes, serta stroke menjadi nyakit yang membunuh secara perlahan bagi para penderitanya. Penyakit hipertensi sering muncul tanpa ada keluhan, sehingga para penderita tidak mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi bahkan baru diketahui setelah munculnya komplikasi (Hasanah, U., 2020).

Ancaman hipertensi sangat banyak sekali jika penanganannya lambat. Tekanan darah tinggi sangat berbahaya jika tidak dikontrol. Kenyataannya, hipertensi banyak yang masih menganggap hal yang biasa. Hipertensi mampu menyebabkan banyaknya organ-organ yang rusak seperti ginjal, jantung, mata, hingga melumpuhkan organ gerak. Peningkatan tekanan darah melebihi batas normal mampu mengalami syok ringan atau syok berat sehingga dapat menyebabkan *stroke*. Pada kasus hipertensi sering mengalami komplikasi gejala sakit kepala, pusing, lemas, kelelahan, sesak nafas, gelisah, mual, muntah, epitaksis dan turunnya kesadaran (Nurarif A.H. & Kusuma H., 2016). Terdapat faktor risiko yang dapat menyebabkan hipertensi seperti umur, jenis kelamin, mengalami obesitas, genetik, stress, serta asupan garam yang tinggi serta pola aktivitas yang tidak teratur (Sinubu R.B., 2015).

Menurut WHO, menyebutkan setengah dari penderita hipertensi yang diketahui, hanya seperempat yang mendapat pengobatan efektif. Hipertensi yang diobati dengan baik dan efektif hanya 12,5%. Padahal, hipertensi menyebabkan banyaknya organ-

organ tubuh yang rusak seperti ginjal, jantung, hati, mata, hingga kelumpuhan pada anggota gerak (*stroke*) (Solikhah, A.V, 2019).

Secara Nasional, menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) terjadi peningkatan prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia menunjukkan bahwa pada penduduk usia >18 tahun di Indonesia adalah 34,1%. Prevalensi tersebut dilakukan dengan pengukuran tekanan darah pada pasien menggunakan kriteria *Joint National Committee* (JNC) VII. Angka prevalensi ini lebih tinggi dari tahun sebelumnya yaitu tahun 2013 setelah dilakukan riset sebesar 25,8%. Berdasarkan kelompok usia penduduk di Indonesia terjadi peningkatan hipertensi dengan bertambahnya usia seseorang dengan persentase sebesar 13,2% pada usia 18-24 tahun, 20,1% pada usia 25-34 tahun, 31,6% pada usia 35-44 tahun, 45% pada usia 45-54 tahun, dan 52% pada usia 55-64 tahun (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2019, terjadi peningkatan, Jawa Barat memiliki prevalensi tertinggi kedua setelah Kalimantan Selatan yaitu 39,6%. Hasil pengukuran yang dilakukan di tahun 2019 sebesar 41,6% sedangkan hasil riset menurut Riskesdas 2018 mengalami peningkatan sebesar 39,6%, (Profil Kesehatan Jawa Barat, 2019). Prevalensi di Kota Banjar hipertensi menurut hasil riset jumlah yang menderita Hipertensi pada tahun 2019 mencapai 56,4% kemudian pada tahun 2022 mengalami peningkatan sebanyak 67,8%. Prevalensi di Puskesmas Purwaharja 1 menurut hasil riset pada tahun 2022 terjadi peningkatan menjadi 76,5% dari tahun sebelumnya di angka 60,0% dengan jumlah laki-laki dan perempuan yang menderita hipertensi sebanyak 4521 orang. Menurut hasil wawancara pada tahun 2023 didapatkan penyakit hipertensi ada pada nomor urut pertama dengan jumlah 1086 kasus. (Dinas Kesehatan Banjar, 2023).

Upaya dalam menurunkan hipertensi dimulai dengan memodifikasi gaya hidup seseorang terlebih dahulu, lalu diberi obat sesuai anjuran dokter. ini dilakukan untuk mengontrol tekanan darah pasien agar tidak tinggi atau selalu terkontrol dalam batas yang sudah dianjurkan. Di Indonesia masyarakat masih banyak memilih pengobatan herbal atau tradisional dibandingkan obat konvensional. Sudah dibuktikan pada penelitian Ervina dan Ayubi (2018) menyatakan 66,2% masyarakat masih memilih pengobatan tradisional dibandingkan obat konvensional. (Tika, 2021). Hasil wawancara dengan petugas pelayanan kesehatan yang ada di Puskesmas Purwaharja 1, hipertensi menjadi penyakit yang utama dan terbanyak. Upaya yang dilakukan adanya program bulanan diadakan Prolanis (Program Lanjut Usia) yang diadakan puskesmas untuk para penderita hipertensi. Prolanis ini dilakukan dengan memeriksa kesehatan dari tekanan darah dan lainnya serta adanya edukasi kesehatan dengan metode ceramah dan tanya jawab saja.

Cara sehat untuk menurunkan hipertensi bisa menjaga pola makan dan pola aktivitas. Seperti *massage*/ pijat tengkuk leher selama 10-20 menit per hari agar mempengaruhi reseptor tekanan di bagian otak yang mengatur pelancaran tekanan darah. Pijat pada daerah leher mampu menurunkan denyut jantung hingga 10 denyut setiap menitnya. Teknik pijat memiliki dampak terhadap lancarnya sirkulasi darah dan menyeimbangkan aliran energi dalam tubuh. Beberapa penelitian yang sudah dilakukan walaupun tidak seratus persen membuktikan, bahwa pijat dapat menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi ringan dan sedang. Selain dengan pemijatan, terdapat beberapa faktor yang dapat berpengaruh terhadap tekanan darah diantaranya dengan mentimun yang mempunyai kandungan *potassium* (kalium), magnesium dan fosfor yang dimana mineral tersebut dapat membantu secara efektif dalam mengobati hipertensi. Peran kalium sudah banyak diteliti untuk tekanan darah, Solanki.P (2011)

mengatakan terdapat beberapa mekanisme mengenai kalium dapat menurunkan tekanan darah dengan menimbulkan efek vasodilatasi sehingga akan menyebabkan penurunan retensi perifer total dan meningkatkan output jantung (Wiwit Desi Intarti, 2022).

Infused water adalah air putih yang dicampur dengan buah-buahan kemudian didiamkan hingga 2-3 jam sampai sari-sari buahnya keluar sehingga mampu memberi rasa pada air. Beberapa contoh buah dan sayuran yang bisa menjadi bahan *infused water* adalah lemon, anggur, nanas, daun mint, mentimun, dan masih banyak lagi (Wardah, Wawan dan Teguh, 2020). Menurut Puspaningtyas & Prasteyaningrum (2014), *infused water* bisa dikonsumsi kapanpun. Bisa dilakukan setelah bangun tidur, 15-30 menit sebelum makan berat, atau sebelum tidur.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wiwit Desi Intarti (2022) tentang Manfaat *Massage* Leher Dan Konsumsi Mentimun Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Usia Lanjut Di Wilayah Kabupaten Cilacap, menyimpulkan bahwa pengukuran tekanan darah seluruh responden pra perlakuan dan pasca perlakuan pijat leher dan konsumsi mentimun sebagian besar mengalami perubahan (penurunan) baik *sistol* maupun *diastole* dan efektif untuk menurunkan tekanan darah. Hasil penelitian Alina Ulfa Solikha (2019) tentang Pengaruh Pemberian *Infused Water* Mentimun Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Takeran Kabupaten Magetan, menyimpulkan bahwa pengaruh pemberian *infused water* mentimun terhadap penurunan tekanan darah mendapatkan hasil p-Value 0,000 itu berarti terjadi penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Takeran Kabupaten Magetan. Sedangkan menurut hasil penelitian Sitepu, dkk, (2021) tentang Pijat Refleksi Tenguk Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam,

menyimpulkan bahwa pijat refleksi tengkuk berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah dilihat dari regangan sirkulasi denyut sistolik dan denyut diastolic.

Maka menurut penjelasan diatas peneliti ingin mengambil “Asuhan Keperawatan Keluarga Dalam Penerapan Edukasi Kesehatan Dengan Metode Demonstrasi Mengenai Terapi Pijat Tengkuk Leher Dan *Infused Water* Mentimun Pada Keluarga Dengan Hipertensi”, karena mudah di aplikasikan dan dilakukan oleh keluarga dirumah dan tidak banyak mengeluarkan biaya.

1.2 Rumusan Masalah

Hipertensi memiliki banyak komplikasi jika tidak ditangani segera diantaranya muncul penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes, stroke atau bahkan hentinya jantung secara mendadak dan menyebabkan kematian. Komplikasi tersebut mengakibatkan mortalitas dan morbiditas semakin tinggi, maka peneliti akan memberikan pengobatan non farmakologi, dengan mengedukasi klien keluarga yang bisa dilakukan pasien atau keluarga dirumah, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimana asuhan keperawatan penerapan edukasi kesehatan terapi pijat tengkuk leher dan *infused water* mentimun pada anggota keluarga yang menderita hipertensi.”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus penulis mampu melakukan asuhan keperawatan keluarga dengan penerapan infused water mentimun dan terapi pijat tengkuk leher pada anggota keluarga yang mengalami penyakit hipertensi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Menggambarkan karakteristik keluarga dalam merawat anggota keluarga yang sakit hipertensi

1.3.2.2 Menggambarkan pengkajian data umum pada keluarga yang menderita hipertensi dan rencana keperawatan yang akan dilakukan.

1.3.2.3 Menggambarkan pelaksanaan tindakan penerapan terapi pijat tengkuk leher dan *infused water* mentimun pada anggota keluarga yang menderita penyakit hipertensi

1.3.2.4 Menggambarkan respon atau perubahan pasien atau anggota keluarga yang sakit terhadap penerapan terapi pijat tengkuk leher dan *infused water* mentimun.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1 Bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan Keperawatan

Memberikan informasi dan pengetahuan tambahan terhadap penelitian yang sudah dilakukan tentang penerapan terapi pijat tengkuk leher dan infused water mentimun pada anggota keluarga yang menderita penyakit hipertensi, bagi para pengembang ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi data dan informasi di institusi pendidikan terutama dalam kampus Poltekkes, yang berkaitan dengan penerapan terapi pijat tengkuk leher dan *infused water* mentimun pada leher dan *infused water* mentimun pada anggota keluarga atau lingkungan kampus yang menderita hipertensi

1.4.3 Bagi Institusi Kesehatan (Puskesmas)

Diharapkan dapat menjadi data dan informasi di lapangan, lingkungan masyarakat di puskesmas yang berkaitan dengan penerapan terapi pijat tengkuk leher dan *infused water* mentimun pada anggota keluarga yang menderita hipertensi.

1.4.4 Bagi Keluarga

Diharapkan setelah dilakukan penerapan terapi pijat tengkuk leher dan *infused water* mentimun, keluarga mampu meningkatkan keterampilan dan kemampuan dalam merawat anggota keluarga secara mandiri, meningkatkan manajemen diri pada anggota keluarga dengan hipertensi sehingga dapat termotivasi untuk meningkatkan kualitas hidupnya dan kesehatannya.