

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Upaya kesehatan yang dilakukan oleh pemerintah daerah terdapat dalam Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2014 tentang upaya mewujudkan keluarga berkualitas hidup dalam lingkungan yang sehat, sehingga Kementerian Kesehatan menetapkan strategi operasional pembangunan kesehatan melalui Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS PK). Dengan keluarga berkualitas hidup sehat pemerintah daerah mewujudkan dengan adanya Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS PK) dengan pendekatan penanggulangan Penyakit Tidak Menular (PTM).

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah penyakit yang tidak dapat ditularkan dari seseorang kepada orang lain. Biasanya terjadi karena faktor keturunan dan gaya hidup yang tidak sehat seperti penyakit Hipertensi (Irwan, 2016). Dikatakan penyakit tidak menular yaitu terjadi karena kebiasaan hidup yang tidak seperti penyakit Hipertensi. Penyakit Hipertensi hingga saat ini masih menjadi masalah kesehatan di masyarakat.

World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia mengalami hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Di Indonesia jumlah kasus hipertensi sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat

hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur usia pertengahan 45-54 tahun (45,3%) (Harsismanto, 2020). Menurut WHO batasan usia pertengahan dalam rentang 45-59 tahun (Gemini, 2021). Secara Nasional hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 prevalensi penduduk dengan penderita hipertensi sebesar 34,11%. Prevalensi perempuan (36,85%) lebih tinggi dibanding laki-laki (31,34%). Penyakit hipertensi di dunia masih tinggi dan termasuk di Provinsi Jawa Barat.

Penyakit Hipertensi di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2018 berdasarkan hasil pengukuran penduduk umur ≥ 18 tahun kasus sebesar 39,60% (Riskesdas, 2018). Penyakit hipertensi pada tahun 2020 di Kota Cirebon menempati urutan ke dua dengan jumlah kasus 26.574 (Dinas Komunikasi Informasi dan Statistik Kota Cirebon, 2021), sedangkan penyakit hipertensi di Kabupaten Cirebon tahun 2020 sebanyak 644.577 dan jumlah penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan sebanyak 27,1 % dari jumlah penderita seluruhnya (Dinkes Kabupaten Cirebon, 2020). Prevalensi Hipertensi yang masih tinggi, sehingga peran keluarga dapat dikutsertakan dalam penanganan penyakit Hipertensi.

Keluarga memegang peranan yang sangat penting dalam perawatan anggota keluarga, terutama dalam membuat dan menerapkan program dalam pengontrolan tekanan darah. Beberapa peran keluarga yang dapat dilakukan terkait penderita Hipertensi misalnya dengan pengaturan diet yang rendah garam, menyediakan buah dan sayuran dan mendorong

penderita untuk rutin berolahraga secara teratur (Yuhanah, 2021). Peran keluarga sangat penting dalam pengendalian penderita Hipertensi, sehingga penderita dapat melaksanakan penatalaksanaan Hipertensi bersama dengan keluarga

Penatalaksanaan Hipertensi dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis. Farmakologis dengan pengobatan menggunakan obat-obatan yang dapat membantu menurunkan dan menstabilkan tekanan darah. Non-farmakologis dapat dilakukan dengan pengaturan diet, berolahraga dan memodifikasi gaya hidup seperti senam hatha yoga, Tai Chi, aroma terapi dan relaksasi otot progresif (Tamba, 2019). Penatalaksanaan Hipertensi bisa menggunakan penatalaksanaan non-farmakologis dengan melakukan senam hatha yoga.

Senam hatha yoga adalah program senam dengan perpaduan dua teknik, sehingga dapat menimbulkan efek relaksasi yang dapat meningkatkan sirkulasi darah keseluruh tubuh (Azis, 2017). Terdapat penulisan yang menyatakan bahwa senam hatha yoga dapat menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan hasil penelitian Satyanand (2016) dan Abdul Azis (2017) menunjukkan bahwa senam hatha yoga berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah dan senam hatha yoga ini dapat memberikan efek rasa nyaman, serta memberikan efek yang positif bagi kesehatan fisik, mental, emosional dan spiritual. Dikuatkan oleh penulisan Weise, dkk (2019) mengatakan bahwa terdapat pengaruh hatha yoga terhadap penderita

hipertensi. Terdapat hasil penulisan yang menyatakan bahwa senam hatha yoga dapat menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan hasil dari prevalensi penderita Hipertensi yang masih tinggi dan terdapat penulisan yang membuktikan bahwa senam hatha yoga menurunkan tekanan darah pada penderita Hipertensi, maka penulis tertarik untuk mengambil judul : “Pelaksanaan Senam Hatha Yoga Dengan Masalah Utama Hipertensi Pada Keluarga Tn.K Dan Tn.J Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon”.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dilakukan oleh penulis yaitu “Bagaimanakah Pelaksanaan Senam Hatha Yoga Dengan Masalah Utama Hipertensi Pada Keluarga Tn.K Dan Tn.J Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon?”

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Setelah studi kasus penulis mampu melaksanakan intervensi keperawatan senam hatha yoga penderita Hipertensi pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas Ciperna.

1.3.2. Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus pada penderita dengan fokus pada intervensi senam hatha yoga penderita Hipertensi pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas Ciperna, penulis dapat :

- 1) Mengidentifikasi respon penderita Ny.N pada keluarga Tn.K dan Ny.E pada keluarga Tn.J sebelum pelaksanaan senam hatha yoga penderita Hipertensi pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas Ciperna.
- 2) Mengidentifikasi respon penderita Ny.N pada keluarga Tn.K dan Ny.E pada keluarga Tn.J sesudah pelaksanaan senam hatha yoga penderita Hipertensi pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas Ciperna.
- 3) Membandingkan respon penderita dengan masalah utama Hipertensi Ny.N pada keluarga Tn.K dan Ny.E pada keluarga Tn.J di wilayah kerja Puskesmas Ciperna.

1.4. Manfaat

1.4.1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil studi kasus ini diharapkan menjadi bahan bacaan untuk penulisan selanjutnya terutama dalam kasus penderita Hipertensi melalui senam hatha yoga pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas Ciperna.

1.4.2. Manfaat Praktik

1) Bagi pasien/keluarga

Hasil studi kasus ini diharapkan pengetahuan dan kemampuan keluarga terhadap upaya mengatasi Hipertensi melalui cara sederhana tanpa menggunakan obat dengan melakukan senam hatha yoga pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas Ciperna.

2) Bagi puskesmas

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi penatalaksanaan alternatif selain obat dengan teknik sederhana melalui senam hatha yoga pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas Ciperna.

3) Bagi institusi pendidikan

Hasil studi kasus ini dapat menjadi bahan evaluasi terhadap kemampuan mahasiswa dalam menerapkan intervensi keperawatan khususnya melalui senam hatha yoga penderita hipertensi pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas Ciperna.