

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masyarakat Indonesia sekarang mengalami transisi epidemiologi atau bisa disebut juga perubahan pola penyakit dari penyakit menular beralih menjadi penyakit tidak menular (PTM) dan salah satu penyakit tidak menular (PTM) adalah Hipertensi . Menurut PERMENKES NO 71 TAHUN 2015 Pasal 1 menyebutkan bahwa Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit yang tidak bisa ditularkan dari orang ke orang, yang perkembangannya berjalan perlahan dalam jangka waktu yang panjang (Kronis), Serta penanggulangan PTM biasanya mengutamakan aspek promotif dan preventif tanpa mengabaikan aspek kuratif dan rehabilitatif serta paliatif .

Berdasarkan survey pada tahun 2018 Indonesia mengalami peningkatan PTM, diantaranya prevalensi tekanan darah tinggi pada penduduk usia 18 tahun keatas 25,8% menjadi 34,1% Prevalensi obesitas usia 18 tahun keatas meningkat dari 14,8 % menjadi 21,8 % dan prevalensi merokok penduduk usia 18 tahun meningkat dari 7,2% menjadi 9,1% ,Maka dari itu pemerintah seharusnya lebih memerhatikan penyakit tidak menular (PTM) pada penderita hipertensi karena peningkatan kasus pada tahun 2018 paling tinggi diantara yang lainnya (Riskesdas 2018)

Peningkatan prevalensi penyakit tidak menular merupakan ancaman serius di Indonesia. Untuk itu pemerintah mencanangkan program berbasis masyarakat PTM Posbindu untuk terus mengelola faktor risiko. Melalui Posbindu PTM diharapkan penyakit dapat dicegah sehingga PTM dapat ditekan di masyarakat (Zakiyyatul & Rahayu, 2018)

Tahun 2019 badan kesehatan dunia melakukan survey Jumlah kasus hipertensi dengan menunjukkan wilayah afrika memiliki prevalensi hipertensi sebesar 27%.Asia Tenggara berada di posisi ke 3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap penduduk.WHO juga memperkirakan 1 diantara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi jumlah ini lebih besar diantara kelompok laki – laki yaitu 1 diantara 4. (WHO,2019)

Rikesdas pada tahun 2018 melakukan survey yang didapat bahwa prevalensi hipertensi nasional yaitu sebesar 34,1% daerah penderita tertinggi berada di Kalimantan Selatan (34,1%) dan daerah dengan penderita yang sedikit yaitu papua sebesar (22,8%) dari survey tersebut berdasarkan pengukuran dari penduduk lebih dari 18 tahun (Rikesdas 2018)

Sedangkan Daerah Jawa barat memiliki prevalensi penderita hipertensi sebesar 9,67% . Jumlah penderita hipertensi tersebut berdasarkan data pasien yang terdiagnosis tenaga kesehatan dan berobat ke dokter . Jumlah penderita tertinggi berada pada kabupaten sumedang yaitu sebesar 15,35 % dan kabupaten yang paling rendah yaitu kabupaten Cirebon sebesar 5,45%. Sementara untuk prevalensi data kota Cirebon yaitu sebesar 9,05% (Rikesdas 2018).

Tabel 1.1
10 Besar Penyakit di Puskesmas
Di Kabupaten Cirebon Tahun 2018

No	Jenis Penyakit	Jumlah Kasus	%
1	Nasofaringitis Akuta (Comon Cold)	171.837	12,14
2	Myalgia	137.026	9,68
3	Penyakit Infeksi Saluran Pernafasan Atas Akut tidak Spesifik	129.904	9,18
4	Hipertensi Primer (Esensial)	58,271	4,12
5	Gastroduodenitesis tidak spesifik	51.147	3,61
6	Faringitis akut	49.657	3,51
7	Dermatitis lain, tidak spesifik (eksema)	48.489	3,43
8	Diare dan Gastroenteritis	42.992	3,04
9	Konjungtivitis	28.293	2,00
10	Neuralgia dan Neuritis tidak spesifik	18.191	1,29
	Lain-lain	679.295	48,00
	Jumlah Total	1.415.102	100

Sumber : Laporan SP3 tahun 2018, Dinkes Kabupaten Cirebon

Berdasarkan laporan kegiatan puskesmas di kabupaten Cirebon tahun 2018 ,menyebutkan bahwa kasus hipertensi memunjukkan angka yang cukup tinggi yaitu berada di posisi ke 4 dari 10 besar penyakit dan salah satu kasus

tertinggi berdasarkan kunjungan rawat jalan di puskesmas, Dengan jumlah penderita 58,271 (4,12%) dari total semua penyakit berjumlah 1.415.102 (100%) (Dinkes Kab Cirebon, 2018)

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg, Pada pasien hipertensi biasanya ditandai dengan gejala : sakit kepala, mulai dari nyeri ringan hingga nyeri berat . Faktor penyebab hipertensi antara lain : usia diatas 50 tahun, kebiasaan hidup buruk, jenis kelamin dan tingkat stres (Rahayu, 2020)

Semua penyakit pasti memiliki komplikasi dan salah satunya adalah penyakit Hipertensi. Komplikasi Hipertensi diantaranya Gagal jantung, Infark miokard, gangguan penglihatan dan gagal ginjal, Maka dari itu penderita hipertensi harus mendeteksi sedini mungkin penyakitnya agar tidak terjadi komplikasi yang membahayakan dan mengancam nyawanya (Hanim Mufarokhah, 2022)

Hipertensi pun memiliki bermacam-macam jenis pengobatannya dan salah satunya adalah menggunakan metoda terapi komplementer, Terapi Komplementer merupakan metoda pengobatan di luar pengobatan konvensional atau bisa disebut juga pengobatan Alternatif. Terapi komplementer diantaranya meditasi, relaksasi otot progresif dan hipnoterapi (Murdiyatin Dewi & Nuril Rahmita, 2021)

Salah satu penyebab Hipertensi adalah stress dan untuk pengobatan stress adalah menggunakan metoda relaksasi, metoda relaksasi salah satunya adalah

relaksasi otot progresif. Relaksasi otot progresif adalah teknik relaksasi terhadap otot dalam yang tidak memerlukan imajinasi, ketekunan, bahkan sugesti. Teknik relaksasi ini dilakukan dengan memusatkan perhatian pada suatu aktivitas otot lalu melakukan beberapa tindakan relaksasi untuk mendapatkan perasaan rileks (Murdiyatin Dewi & Nuril Rahmita, 2021)

Tujuan Terapi relaksasi otot progresif adalah untuk meningkatkan relaksasi tubuh dengan cara menurunkan aktivitas simpatis, meningkatkan aktivitas parasimpatis, dan menyebabkan vasodilatasi pada diameter arterioli. Sistem saraf parasimpatis melepaskan asetilkolin, yang bertindak untuk menghambat aktivitas saraf simpatik. Penurunan aktivitas sistem saraf simpatik sebagai akibat dari efek relaksasi mengurangi produksi katekolamin. Akibatnya pembuluh darah melebar dan tekanan darah turun (Alimansur & Anwar, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa relaksasi otot progresif dapat memberikan hasil yang positif atau yang baik seperti : Penelitian Fitrianti & Putri (2018) menyebutkan bahwa relaksasi otot progresif dapat menurunkan tekanan darah diastolic dan sistolik di kota jambi, lalu penelitian Azizah, Herawati dan Rosella (2015) di dusun gondang dilakukan 7 hari berturut-turut sehari 2 kali dapat menunjukkan perubahan signifikan terhadap tekanan darah tinggi. Sedangkan penelitian dari Leu, Prastiwi & Putri (2018) pada lansia di RW 05 dan RW 06 Tlogomas Malang dapat menunjukkan bahwa relaksasi otot progresif bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah tinggi.

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka dapat dilihat bahwa sebagai calon perawat profesional, sudah seharusnya memahami rencana tindakan dan penanganan yang tepat pada pasien Hipertensi. Maka penulis menjadi tertarik untuk Menyusun penelitian dalam bentuk studi kasus dengan judul “Pemberian teknik relaksasi otot progresif penderita hipertensi pada keluarga”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada tulisan ilmiah ini adalah :”bagaimanakah pelaksanaan terapi teknik relaksasi otot progresif pada penderita hipertensi di keluarga ?

1.3 Tujuan Studi Kasus

1.3.1 Tujuan umum

Mampu melaksanakan terapi teknik relaksasi otot progresif dengan baik dan bermanfaat bagi dua penderita hipertensi Hipertensi pada keluarga di Wilayah kerja Puskesmas.

1.3.2 Tujuan khusus

Setelah melakukan studi kasus pada klien dengan fokus pada intervensi teknik relaksasi otot progresif pada penderita hipertensi dikeluarga, penulis dapat :

- 1.3.2.1** Mengidentifikasi respon N.y K dan Ny. S sebelum pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif di wilayah Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon

1.3.2.2 Mengidentifikasi respon Ny. K dan Ny.S Hipertensi setelah pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif di wilayah Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon

1.3.2.3 Membandingkan respon Ny. K dan Ny. S dengan kasus Hipertensi di wilayah Puskesmas Ciperna Kabupaten Cirebon

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil studi kasus ini sebagai bahan referensi atau bahan bacaan penelitian selanjutnya terkait pelaksanaan relaksasi otot progresif pada penderita hipertensi pada keluarga

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1. Bagi institusi pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat sebagai evaluasi bagi mahasiswa khususnya terkait pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas

1.4.2.2. Bagi puskesmas

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan informasi bagi puskesmas dan dapat menjadi penatalaksanaan obat alternatif selain menggunakan obat-obatan khususnya terapi teknik relaksasi otot progresif pada penderita hipertensi di keluarga

1.4.2.3. Bagi Keluarga

Hasil studi kasus ini diharapkan keluarga dapat memahami penanganan hipertensi dengan menggunakan metoda teknik relaksasi otot progresif dan dapat memberikan manfaat pada keluarga.