

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit yang tidak dapat menyebar melalui kontak langsung antara orang yang terinfeksi dan orang yang sehat. PTM juga tidak disebabkan oleh mikroorganisme seperti bakteri, virus, atau jamur. Penyakit tidak menular berkaitan dengan gaya hidup dan faktor risiko seperti kebiasaan merokok, konsumsi alkohol yang berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, serta pola makan yang tidak sehat. Penyakit tidak menular atau dikenal juga dengan sebagai penyakit degeneratif. Penyakit tidak menular menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat pada abad ke 21 karena skalanya morbiditas dan mortalitas yang tinggi seluruh dunia. WHO menyebutkan penyakit tidak menular adalah penyebab utama kematian di seluruh dunia. Kematian akibat penyakit tidak menular sekitar 36 juta orang setiap tahunnya (Asmin et al., 2021). Berbagai jenis penyakit tidak menular yang diderita paling banyak oleh masyarakat adalah penyakit jantung, stroke, hipertensi, diabetes melitus, kanker dan penyakit ginjal kronis. Hipertensi sebagai salah satu jenis penyakit tidak menular yang umum terjadi di masyarakat memiliki prevalensi tinggi di seluruh dunia. Prevalensi hipertensi dapat bervariasi dari satu populasi lainnya tergantung pada faktor seperti usia, jenis kelamin, ras dan faktor lingkungan.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization/WHO) prevalensi hipertensi mencapai 22% dari populasi dunia. Kurang dari seperlima dari penderita ini mencoba untuk mengontrol tekanan darahnya. Prevalensi Hipertensi berdasarkan Wilayah WHO, wilayah Afrika 27 %, Mediterania Timur 26 %, Asia Tenggara 25%, Eropa 23 %, Pasifik Barat 19 %, Amerika 18 % Dari sejumlah penderita tersebut, Asia Tenggara menempati urutan ketiga dalam prevalensi 22 % dari total populasi (WHO, 2019). Di Asia Tenggara, hampir 1,5 juta orang meninggal akibat hipertensi setiap tahunnya. Keadaan ini menjadikan hipertensi sebagai penyebab utama kematian.

Di Indonesia, menurut hasil Survei Kesehatan Nasional (SKN) tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% lebih banyak dari prevalensi hipertensi pada tahun 2013 sekitar 25,8%, hal ini menunjukkan bahwa hipertensi mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Barat tertinggi kedua sebesar 39,6 persen, setelah Kalimantan Selatan sebesar 44,13 persen (Tirtasari & Kodim, 2019). Untuk kota Tasikmalaya pada tahun 2021, dari 10 penyakit yang banyak di masyarakat hipertensi menduduki peringkat 2 dengan jumlah 15.960 berdasarkan data profil Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya tahun 2021.

**Tabel 1.1 Daftar 10 Penyakit Tertinggi di Kota Tasikmalaya Tahun 2021**

<b>Data Penyakit</b>	<b>Jumlah Penderita</b>
Nasofaringistis Akut	17.383
Hipertensi	15.960
Ispa	11.286
Myalgia	11.851
Dispepsia	9.975
Gastritis	6.094
Skabies	5.427
Dermatitis	4.484
Pulpitis	4.421
Diare	4.195
Total	91.076

Sumber : Dinas Kesehatan kota Tasikmalaya (2021)

Data di Puskesmas Cilembang tentang penyakit hipertensi dalam 3 tahun terakhir sebagai berikut:

**Tabel 1.2 Data Hipertensi di Puskesmas Cilembang**

<b>Tahun</b>	<b>Total Jumlah</b>
2020	1.557
2021	1.522
2022	2.412

Sumber : Puskesmas Cilembang kota Tasikmalaya (2023)

Jadi berdasarkan data tersebut, hipertensi menduduki posisi kedua dari 10 PTM yang ada di kota Tasikmalaya dengan jumlah 15.960 dan di puskesmas Cilembang mencapai angka 2.412 sehingga hipertensi diperlukan penanganan yang serius untuk menjaga kesehatan jangka panjang dan mengurangi risiko komplikasi yang lebih parah.

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik (tekanan darah pada saat jantung berkontraksi) mencapai atau melebihi angka 140 mmHg dan tekanan darah diastolik (tekanan darah pada saat jantung beristirahat) mencapai atau melebihi angka 90 mmHg dalam dua kali pengukuran yang dilakukan dalam waktu lima menit pada kondisi yang cukup tenang dan istirahat (Kemenkes, RI, 2019).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Kondisi ini menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah melalui pembuluh darah ke seluruh tubuh. Hal ini dapat mengganggu sirkulasi, merusak pembuluh darah bahkan berujung pada penyakit degenerative, bahkan kematian (Atmojo, 2019). Hipertensi juga dikenal sebagai *Silent Killer* karena penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya tidak memiliki gejala dan telah mengalami komplikasi pada organ tubuh seperti jantung, otak, dan ginjal. (Sarah Dwi Astuti & Lucia Firsty Puspita Krishna, 2020). Masalah yang dapat terjadi ketika hipertensi antara lain sakit kepala, pusing, risiko penyakit jantung dan stroke, kerusakan organ tubuh seperti ginjal, mata dan otak bahkan pada ibu hamil dapat menyebabkan preeklampsia, kelahiran prematur dan kematian janin.

Maka untuk mengatasi terjadinya hipertensi, peran keluarga sangat penting dalam pencegahan, penyesuaian dan pengobatan masalah kesehatan yang teridentifikasi dalam keluarga (Sulenthia, 2020). Sebagai tim medis, perawat berperan dalam mengubah persepsi dan mengurangi risiko komplikasi penyakit lain dengan berperan sebagai edukator (membantu mendidik dan memberikan informasi) tentang kesehatan dan prosedur keperawatan yang dilakukan untuk memulihkan dan menjaga kesehatan. Informasi yang efektif dapat membantu keluarga dan penderita hipertensi untuk menerapkan gaya hidup sehat dan rutin minum obat secara rutin untuk menghindari komplikasi lainnya (Manoppo & Masi, 2018).

Untuk mengatasi tekanan darah tinggi pada keluarga bisa dilakukan dengan terapi Non Farmakologi dalam menurunkan tekanan darah ialah dengan metode Terapi Benson. Prosedur Terapi Benson ini dapat mengontrol sistem saraf, yang membantu menurunkan tekanan darah. Konsep dasar metode terapi pada dasarnya adalah metode terapi yang dibutuhkan untuk meredakan ketegangan otot, yang dapat memperbaiki denyut nadi, tekanan darah, dan pernafasan. Metode pengobatan saat ini telah berkembang menjadi beberapa metode, salah satunya adalah Terapi Benson, seorang peneliti medis di *Harvard Medical School* yang mempelajari beberapa efek kesehatan dari doa dan meditasi. Terapi Benson adalah metode perawatan sederhana yang mudah digunakan. Terapi ini merupakan kombinasi teknik terapi respon dengan sistem kepercayaan individu atau faktor kepercayaan. Fokus dari terapi ini adalah pada ungkapan-ungkapan tertentu yang diulang-ulang dengan irama yang teratur disertai dengan tingkah laku yang pasrah, yang tertib disertai dengan ungkapan yang digunakan bisa berupa doa-doa, nama-nama asmaul husna atau kalimat istighfar. Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul *The Influence of Benson Therapy Techiques Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi* hasil uji-t diperoleh  $p < (0,05)$ , sehingga ada pengaruh antara tekanan darah sebelumnya dengan tekanan darah setelah dilakukan Terapi Benson (Buku & Terpadu, 2021).

Selain itu perlu dilakukan upaya pemberian informasi tentang tekanan darah yang meliputi pendidikan kesehatan. Penyuluhan kesehatan harus memiliki teknologi yang tepat agar keluarga dapat memperoleh informasi

yang tepat dan menyelesaikan masalah, termasuk dengan bantuan video. Video adalah media pendidikan kesehatan yang digunakan untuk menyampaikan informasi tentang kesehatan melalui gambar bergerak. Video dapat dibuat dalam berbagai format seperti documenter, animasi, atau drama, dan dapat disebarluaskan melalui berbagai media seperti televisi, internet, atau media sosial (Nugrahaeni, 2018).

Pendidikan tentang kesehatan merupakan upaya untuk melibatkan atau mengajarkan kepada masyarakat bahwa masyarakat bersedia melakukan tindakan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Pendidikan kesehatan merupakan bentuk keperawatan mandiri yang membantu klien, baik individu maupun kelompok dan komunitas, mengelola masalah kesehatan melalui kegiatan pembelajaran dimana perawat berperan sebagai perawat pendidik sesuai dengan tugas seorang perawat (Notoatmodjo, 2018). Pendidikan kesehatan merupakan harapan agar pengetahuan, sikap, dan perilaku individu, keluarga dan masyarakat berubah dalam menjaga pola hidup sehat atau berperan aktif dalam mengelola kesehatan yang optimal (Deborah, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan mewawancarai 2 keluarga terhadap penderita hipertensi di wilayah kota Tasikmalaya, keluarga tersebut mengatakan bahwa mereka kadang tidak disiplin dalam minum obat, kurangnya aktivitas fisik atau berolahraga dan pengaturan pola makan yang buruk dan sering terjadinya stress. Kondisi ini menunjukkan bahwa manajemen hipertensi yang mereka lakukan kurang efektif. Untuk

memperbaiki manajemen hipertensi, peran petugas kesehatan sebagai edukator sangat penting dalam membantu keluarga mempelajari manajemen hipertensi yang lebih baik, termasuk dengan Terapi Relaksasi Benson. Kurangnya pendidikan kesehatan tentang manajemen hipertensi juga menjadi penyebab kurangnya pengetahuan pada penderita hipertensi. Oleh karena itu, masyarakat perlu mendapatkan pendidikan kesehatan tentang manajemen hipertensi yang disertai dengan media yang sesuai agar dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang manajemen hipertensi. Dengan itu, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Asuhan keperawatan keluarga dengan penerapan pendidikan kesehatan melalui media video relaksasi benson untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam manajemen hipertensi tidak efektif di wilayah Puskesmas Cilembang Kota Tasikmalaya”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah “Bagaimana asuhan keperawatan keluarga dengan penerapan pendidikan kesehatan melalui tentang relaksasi benson menggunakan media video dalam meningkatkan kemampuan keluarga merawat pasien hipertensi di Wilayah Puskesmas Cilembang Kota Tasikmalaya?”.

### **1.3 Tujuan Penulisan**

#### 1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melaksanakan studi kasus, penulis dapat menggambarkan penerapan pendidikan kesehatan dengan media video tentang terapi relaksasi benson untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam manajemen hipertensi.

#### 1.3.2 Tujuan Khusus

Setelah studi kasus, penulis dapat :

1.3.2.1 Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan penerapan pendidikan kesehatan dengan media video tentang terapi relaksasi benson untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam manajemen hipertensi.

1.3.2.2 Menggambarkan pelaksanaan tindakan pemberian terapi relaksasi benson pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

1.3.2.3 Menggambarkan respon atau perubahan kemampuan pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah pemberian pendidikan terapi relaksasi benson.

1.3.2.4 Menganalisis kesenjangan pada kedua anggota keluarga yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah pemberian pendidikan terapi relaksasi benson.



## **1.4 Manfaat KTI**

### 1.4.1 Bagi Penulis

Manfaat bagi peneliti ini diharapkan bisa menjadi pengalaman dan menambah wawasan mengenai penerapan terapi relaksasi benson pada keluarga dengan pasien hipertensi.

### 1.4.2 Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan dapat memberikan masukan atau saran tindakan alternative untuk mengatasi pasien hipertensi.

### 1.4.3 Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan (Instansi)

Menambah keluasan ilmu dan referensi untuk kepustakaan serta teknologi yang berhubungan dengana ilmu keperawatan dimasa yang akan datang.

