

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling umum dan menjadi masalah kesehatan utama di negara maju maupun negara berkembang, serta menjadi penyebab kematian nomor satu dunia disetiap tahunnya. (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari atau sama dengan 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan Data WHO 2018 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita Hipertensi, yang artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita Hipertensi. Diperkirakan juga setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi (Kemenkes, 2018). Di Provinsi Jawa Barat penyakit hipertensi menduduki urutan ke dua sebagai Provinsi dengan kasus Hipertensi tertinggi di Indonesia yaitu sebesar 39,6% (Risikesdas, 2018). Sementara itu, hipertensi di Kota Tasikmalaya termasuk dalam sepuluh besar penyakit terbanyak di Kota Tasikmalaya pada tahun 2019. Jumlah kasus hipertensi di kota Tasikmalaya pada tahun 2022 berjumlah 50.521 kasus (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, (2022), dan Menurut data di puskesmas tamansari kota tasikmalaya pada tahun (2022) kasus hipertensi sebanyak 2998 kasus.

Salah satu upaya yang dilakukan untuk mengatasi hipertensi adalah memberdayakan masyarakat dalam promotif dan preventif yang berkesinambungan dengan pelayanan kuratif dan rehabilitatif ditunjukkan kepada individu, keluarga, kelompok dan masyarakat. Salah satu program dari puskesmas dalam menangani masalah hipertensi yaitu Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) dengan kegiatan jadwal senam rutin, kunjungan rumah, penyuluhan, dan lain-lain.

Selain program (PROLANIS) upaya untuk meningkatkan kemampuan dan pengetahuan keluarga maka, dilakukan pemberian pendidikan kesehatan salah satunya menggunakan media booklet yang diberikan kepada keluarga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan sehingga akan berpengaruh pada peningkatan kemampuan keluarga dalam mengenali masalah dan merawat anggota keluarga yang sakit. Penerapan pendidikan kesehatan menggunakan media booklet dan metode demonstrasi dapat memberikan suatu keterampilan tertentu kepada kelompok sasaran pendidikan kesehatan, karena penjelasan lebih mudah dan penggunaan bahasa yang minimal serta praktiknya lebih ditekankan, membantu sasaran memahami dengan jelas suatu proses jalannya prosedur yang dilaksanakan (Lestari et al., 2020).

Salah satu tindakan non farmakologi dalam menurunkan tekanan darah yaitu dengan teknik relaksasi. Dengan metode relaksasi dapat mengontrol sistem saraf yang bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah (Suiraoaka, 2012). Konsep dasar teknik relaksasi pada hakekatnya diperlukan untuk menurunkan

ketegangan pada otot yang dapat memperbaiki denyut nadi, tekanan darah, dan pernafasan (Aspiani, 2014).

Relaksasi benson merupakan metode teknik relaksasi yang diciptakan oleh *Herbert Benson*, seorang ahli peneliti medis dari Fakultas Kedokteran *Harvard* yang mengkaji beberapa manfaat doa dan meditasi bagi kesehatan. Relaksasi Benson merupakan teknik relaksasi yang sederhana, praktis pada pelaksanaannya dan tidak memerlukan banyak biaya. Relaksasi ini merupakan gabungan antara teknik respon relaksasi dengan sistem keyakinan individu. Fokus dari relaksasi ini ungkapan tertentu yang diucapkan berulang-ulang dengan menggunakan *ritme* yang teratur disertai dengan sikap yang pasrah. Ungkapan yang digunakan bisa berupa nama-nama tuhan atau kata-kata yang mempunyai makna religius (Solehati & Kosasih, 2015). Menurut penelitian Sartika (2017) secara statistik terdapat pengaruh Relaksasi Benson terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Pemberian relaksasi benson rata-rata dengan tekanan darah sistolik turun sebesar 11,03 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik turun sebesar 5,54 mmHg.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan terhadap dua keluarga penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Tamansari, pada saat dilakukan pemeriksaan tekanan darah terhadap kedua keluarga menunjukkan angka tekanan darah diatas 140/90 mmHg. Hasil wawancara dengan keluarga penderita hipertensi mereka mengatakan masih kurang mengetahui tentang hipertensi dan belum mengetahui cara penanganan hipertensi, keluarga juga mengatakan kadang pergi ke fasilitas pelayanan kesehatan hanya ketika sedang merasa pusing. Satu

dari dua keluarga mengatakan pernah mengikuti program prolanis yang dilaksanakan oleh puskesmas tamansari dan mengikuti penyuluhan manajemen hipertensi dengan media brosur dan ceramah. Keluarga mengatakan program penyuluhan yang dilakukan oleh puskesmas tamansari tidak efek karena media yang disampaikan kurang mendalam dan tidak ada upaya penanganan non farmakologis tentang bagaimana cara melakukan manajemen hipertensi yang bisa dilakukan mandiri dirumah. Kondisi ini menunjukkan bahwa kurangnya pendidikan kesehatan tentang manajemen hipertensi juga menjadi penyebab kurangnya pengetahuan pada penderita hipertensi. Hasil wawancara yang dilakukan kepada petugas puskesmas tamansari mengatakan bahwa upaya yang dilakukan oleh puskesmas tamansari dalam menangani kasus hipertensi melalui program PTM dan program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis).

Melihat fenomena ini penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Asuhan keperawatan keluarga dengan media booklet tentang relaksasi benson untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat hipertensi di wilayah puskesmas tamansari”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah “Bagaimana Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Media Booklet Tentang Relaksasi Benson Untuk Meningkatkan Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Hipertensi di Wilayah Puskesmas Tamansari”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi gambaran asuhan keperawatan keluarga dengan media bookleat tentang relaksasi benson untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam merawat hipertensi di Puskesmas Tamansari.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi gambaran karakteristik keluarga dengan masalah hipertensi.

1.3.2.2 Mengidentifikasi gambaran pengkajian tahap II pada asuhan keperawatan keluarga dengan masalah hipertensi.

1.3.2.3 Mengidentifikasi gambaran Implementasi dan evaluasi pendidikan kesehatan dengan media booklet tentang relaksasi benson pada keluarga dengan masalah hipertensi.

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 Keluarga

Manfaat yang didapatkan yaitu klien keluarga mendapatkan informasi dan pengetahuan mengenai masalah kesehatan yang ada di keluarga dan dapat melakukan perawatan atau penanganan secara mandiri di rumah.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai sumber bacaan atau referensi yang dapat menjadi bahan gambaran dan perbandingan dalam penerapan pendidikan kesehatan menggunakan media bookleat tentang relaksasi benson pada keluarga yang mengalami hipertensi.

1.4.4 Bagi Puskesmas

Manfaat yang didapatkan yaitu diharapkan dapat memberikan informasi yang dapat dijadikan sebagai masukan untuk puskesmas dalam pemberian asuhan keperawatan keluarga dengan gangguan sistem kardiovaskuler hipertensi.