

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Penyakit tidak menular (PTM) jadi perhatian utama dalam kesehatan global dan di Indonesia (Wahidin, Agustiya, & Putro, 2022). World Health Organization (WHO) mencatat PTM mengakibatkan sekitar 41 juta kematian per tahun (setara dengan 74%). Penyakit kardiovaskuler tercatat sebagai penyebab kematian paling banyak dengan 17,9 juta kasus pertahun, kemudian kanker (9,3 juta), penyakit paru obstruktif kronik (4,1 juta), dan diabetes (2 juta kematian) (WHO, 2023). Di Indonesia, sebanyak 73% kasus kematian disebabkan oleh penyakit tidak menular, di mana penyakit kardiovaskuler, termasuk hipertensi, merupakan penyebab terbanyak (Kemenkes, 2018).

Hipertensi tidak hanya dialami oleh individu lanjut usia, melainkan dapat terjadi pada berbagai rentang usia, latar belakang sosial, dan tingkat ekonomi berbeda. Penyakit hipertensi dikenal sebagai *silent killer*, karena penderitanya cenderung tidak menyadari keberadaan hipertensinya, disebabkan oleh kurangnya gejala spesifik dan kemiripan dengan keluhan kesehatan umum. Diagnosis biasanya ditegakkan melalui pengukuran tekanan darah ataupun setelah munculnya komplikasi kesehatan lainnya (Tim Bumi Medika, 2017).

Hipertensi yang tidak terawasi dan tidak diatasi dalam durasi yang lama bisa memicu dampak serius pada kesehatan individu. Kemungkinan komplikasinya

meliputi jantung koroner, stroke, dan gagal ginjal. Jika tidak ditangani secara adekuat, kondisi ini bisa meningkatkan risiko kematian (Anshari, 2022).

Komplikasi hipertensi dapat diatasi melalui modifikasi gaya hidup dan penatalaksanaan yang tepat, baik dari segi farmakologi maupun non-farmakologi. Penatalaksanaan farmakologi melibatkan obat-obatan anti hipertensi, namun penggunaan obat jangka panjang bisa memicu efek samping. Untuk itu perlu alternatif lain melalui penatalaksanaan non-farmakologis seperti pengaturan diet rendah natrium, diet kaya buah dan sayur, menjaga berat badan stabil, memperbaiki gaya hidup, dan melakukan aktivitas fisik (Aspiani, 2017).

Aktivitas fisik memiliki dampak yang signifikan terhadap stabilitas tekanan darah. Pada individu yang kurang aktif, frekuensi denyut jantung lebih tinggi, menyebabkan peningkatan beban kerja pada otot jantung saat kontraksi (Marleni, 2020). Hal tersebut mengindikasikan aktivitas fisik bisa mengurangi tekanan darah, salah satunya dengan penerapan *isometric handgrip exercise*.

*Isometric handgrip exercise* adalah latihan gerak statis menggenggam alat *handgrip* (Widiyawati, Alfiyanti, Pohan, & Mariyam, 2022). Latihan isometrik ini mengakibatkan ketegangan serta penekanan pada bagian otot pembuluh darah alhasil terjalin perubahan fisiologis, menghasilkan stimulus pada sistem saraf otonom dan sebagai produk hasilnya mengatur tekanan darah, fungsi pembuluh darah dan denyut jantung (Pratiwi, 2020).

Kasus hipertensi mengalami peningkatan baik di skala global maupun di Indonesia. WHO mencatat jumlah penderita hipertensi mengalami kenaikan dari 650 juta jadi 1,13 miliar di tahun 2019, dengan dua per tiganya dari negara

berpendapatan menengah ke bawah, termasuk Indonesia (WHO, 2023). Di Indonesia, jumlah kasus hipertensi populasi dewasa dengan usia 18 tahun lebih yaitu 25,8% ketika 2013 dan meninggi ketika 2018 sekitar 34,1% (Kemenkes, 2018).

Profil kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2022 menunjukkan bahwa Jawa Barat menempati peringkat kedua dalam kasus hipertensi dengan tingkat prevalensi sejumlah 34,7%. Di wilayah Ciayumajakuning, Kabupaten Cirebon mencatat jumlah penderita hipertensi tertinggi, yakni 668.497 kasus, diikuti oleh Kota Cirebon dengan 93.688 kasus. Sementara itu, Kabupaten Indramayu melaporkan 605.018 kasus, Kabupaten Kuningan 432.009 kasus, dan Kabupaten Majalengka 392.548 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2023).

Hasil-hasil penelitian menunjukkan bahwa *isometric handgrip exercise* berpengaruh dalam mengurangi tekanan darah. Berdasarkan hasil penelitian Choirillaili & Ratnawati (2020), implementasi latihan menggenggam *handgrip* yang dilakukan pada 16 responden selama 5 hari dengan durasi 180 detik setiap sesinya, menghasilkan berkurangnya tekanan darah sistolik sejumlah 10 mmHg dan diastolik sejumlah 5 mmHg. Hal ini didukung oleh penelitian dari Andri, Padila, & Sartika (2021) yang juga menunjukkan hasil pada kelompok intervensi dengan jumlah responden yang sama sebanyak 16 orang yang diberikan latihan *handgrip* menyebabkan tekanan darah sistolik dan diastolik menurun sejumlah 2,37 mmHg dan 2,38 mmHg, dengan frekuensi 1 kali sehari selama 3 menit dalam 5 hari. Dari kedua penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *isometric handgrip exercise* efektif mengurangi tekanan darah pada individu dengan hipertensi.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melaksanakan studi kasus pemberian *isometric handgrip exercise* untuk mengkaji penurunan tekanan darah bagi seseorang dengan hipertensi dalam bentuk karya tulis ilmiah, berjudul “Asuhan keperawatan keluarga pada pasien dengan hipertensi yang dilakukan *isometric handgrip exercise* di wilayah Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimanakah gambaran asuhan keperawatan keluarga pada pasien dengan hipertensi yang dilaksanakan *isometric handgrip exercise* di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Setelah dilakukan studi kasus penulis mampu melakukan asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi yang dilakukan *isometric handgrip exercise* di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Setelah melakukan studi kasus pada asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi yang dilakukan *isometric handgrip exercise* di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon, penulis dapat :

- a. Menggambarkan pelaksanaan proses asuhan keperawatan pada dua keluarga dengan hipertensi yang dilakukan tindakan *isometric handgrip exercise* di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon.
- b. Menggambarkan pelaksanaan *isometric handgrip exercise* pada dua keluarga dengan hipertensi di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon.

- c. Menggambarkan perbedaan respon atau perubahan pada dua keluarga dengan hipertensi yang dilakukan tindakan *isometric handgrip exercise* di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon.
- d. Menganalisis kesenjangan pada dua keluarga dengan hipertensi yang dilakukan tindakan *isometric handgrip exercise* di Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon.

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Setelah dilakukan studi kasus berikut dengan harapan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan mengenai penerapan tindakan *isometric handgrip exercise* bagi klien dengan hipertensi.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **1.4.2.1 Bagi Klien dan Keluarga**

Hasil penelitian diharapkan bisa meningkatkan kemampuan keluarga dalam mempraktekkan tindakan *isometric handgrip exercise* secara mandiri bagi anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

#### **1.4.2.2 Bagi Puskesmas**

Hasil studi kasus diharapkan bisa menjadi sumber pengetahuan tambahan bagi tenaga kesehatan, terutama dalam bidang keperawatan, mengenai implementasi *isometric handgrip exercise* pada klien dengan hipertensi.

#### **1.4.2.3 Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil studi kasus berikut diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan dan menambah kepustakaan untuk pelajar dalam memberikan asuhan keperawatan pada klien hipertensi melalui penerapan *isometric handgrip exercise*.

#### 1.4.2.4 Bagi Penulis

Dengna harapan hasil studi kasus berikut bisa memberikan pengalaman dan meningkatkan keterampilan peneliti untuk memberikan asuhan keperawatan kepada pasien hipertensi melalui penerapan tindakan *isometric handgrip exercise*.