

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring bertambahnya usia, kondisi kesehatan seseorang bisa semakin menurun, sehingga membuatnya jadi rentan mengalami berbagai macam penyakit. Hal ini yang membuat semua lansia berisiko mengalami penyakit degeneratif, yakni kondisi kesehatan yang terjadi akibat memburuknya suatu jaringan atau organ seiring waktu. Proses penuaan pada lansia akan menghasilkan perubahan dari fisik, mental, sosial, ekonomi, dan fisiologi. Salah satu perubahan yang terjadi adalah perubahan pada struktur vena besar yang dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi (Kristiawan dan Adiputra, 2020).

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah di atas batas normal yaitu diatas 140/90 mmHg yang menyebabkan kesakitan bahkan kematian. Jika seseorang memiliki hipertensi maka besar kemungkinan dapat menyebabkan berbagai penyakit lain, diantaranya adalah penyakit jantung, gagal jantung, stroke, gangguan penglihatan, gagal ginjal dan paling parah adalah kematian (Tambunan et al., 2021)

Berdasarkan penyebabnya, Hipertensi dibagi menjadi dua golongan yaitu : hipertensi primer dimana penyebabnya tidak diketahui namun banyak faktor yang mempengaruhi seperti genetika, lingkungan, hiperaktivitas,

susunan saraf simpatik, sistem renin angiotensin, efek dari Natrium (Na), obesitas, merokok dan stress. Hipertensi sekunder, yaitu hipertensi yang diakibatkan karena penyakit ginjal atau penggunaan kontrasepsi hormonal (Bachrudin & Najib, 2016)

Terapi Hipertensi bisa menggunakan farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi bisa menggunakan obat-obatan, tetapi tidak semua penderita hipertensi harus mengkonsumsi obat-obatan untuk menurunkan tekanan darahnya. Banyak bahan-bahan alami disekitar kita untuk menurunkan tekanan darah, misalnya rebusan daun salam, ekstra kulit manggis, dan ekstra daun sirsak yang terbukti ampuh untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Terapi non farmakologi bisa dengan pengendalian stres yaitu menggunakan teknik terapi genggam jari dan nafas dalam. Terapi ini dapat mengurangi ketegangan dan emosi pada seseorang, karena genggam jari dapat menghangatkan titik- titik keluar masuknya energi pada meridian yang terletak pada jari tangan dan dapat mengurangi kerja saraf simpatis sehingga tekanan darah bisa menurun (Agustin dkk., 2019).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menunjukkan, di seluruh dunia, sekitar 972 juta orang atau 26,4% populasi mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2030. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara sedang berkembang, termasuk Indonesia (WHO, 2020)

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 mengalami kenaikan dari 68,9 juta orang atau 25,8% menjadi 90,1 juta orang atau 34,1%, prevalensi hipertensi yang didapat berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi yang terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Kemenkes, 2019).

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).

Terapi *fingerhold* merupakan bagian dari teknik *Jin Shin Jyutsu* yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun karena berhubungan dengan jari tangan dan pernafasan. Teknik ini menggunakan sentuhan tangan dengan melibatkan pernapasan untuk meningkatkan ketenangan dan membuat tubuh menjadi rileks (Handayani, 2020).

Perasaan rileks tersebut mampu mengurangi ketegangan otot sehingga dapat menurunkan stress. Penurunan stres tersebut akan merangsang kerja saraf parasimpatis dengan cara menurunkan katekolamin dan kortisol yang akan meningkatkan *dehydroepiandrosterone* (DHEA) dan dopamin sehingga terjadi penurunan *heart rate* (HR) dan *respiratory rate* (RR). Penurunan HR dan RR tersebut akan menurunkan beban kerja jantung yang akhirnya akan menurunkan tekanan darah (Lin et al., 2016).

Handayani et al (2020) didapatkan penurunan tekanan darah sistolik 10 mmHg dan diastolik 5 mmHg setelah melakukan relaksasi genggam jari. Peneliti menyatakan bahwa tekanan darah pada kelompok relaksasi didapatkan pada pertemuan pertama pre test 149/90 mmHg dan post test 140/90 mmHg, pada pertemuan kedua pre test 145/90 mmHg dan post test 140/90 mmHg.

Agustin *et al.*, (2019) menyatakan sesuai dengan jurnal yaitu Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kartasura didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki tekanan darah sistolik 140-145 dan diastolik 90-95 mmHg. Sesudah diberikan terapi genggam jari dan nafas dalam pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Kartasura sebagian besar responden memiliki tekanan darah sistolik turun menjadi stadium I yaitu 130-135 dan diastolik 80-85 mmHg.

Dari pengumpulan data yang dilakukan, didapatkan karakteristik responden dalam penerapan EBN teknik relaksasi genggam jari dalam menurunkan tekanan darah. Jumlah responden sebanyak 5 orang, dimana responden berjenis kelamin laki- laki sebanyak 1 orang (20%) dan perempuan sebanyak 4 orang (80%), dengan kisaran umur terbanyak yaitu > 60 tahun sebanyak 4 orang (80%), semua responden yang dipilih yaitu pasien dengan Hipertensi (Irfan,dkk 2022)

Berdasarkan latar belakang diatas disebutkan bahwa penulis dapat menyimpulkan mengenai Terapi Relaksasi genggam jari dapat menurunkan tekanan darah tinggi. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Dengan Penyakit Hipertensi Yang Dilakukan Terapi Relaksasi Genggam Jari Di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Jawa Kabupaten Cirebon.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka penulis merumuskan masalah “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Ny.M dan Ny.S Dengan Penyakit Hipertensi Yang Dilakukan Terapi Relaksasi Genggam Jari Di Wilayah Kerja Puskesmas SindangJawa Kabupaten Cirebon?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Setelah melakukan studi kasus penulis mampu melakukan Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Ny.M Dan Ny.S Dengan Penyakit Hipertensi Yang Dilakukan Terapi Relaksasi Genggam Jari Di Wilayah Kerja Puskesmas SindangJawa Kabupaten Cirebon

1.3.2 Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus penulis dapat :

- a. Menggambarkan tahapan pelaksanaan proses keperawatan keluarga pada lansia dengan penyakit Hipertensi yang dilakukan Terapi Relaksasi Genggam Jari di wilayah kerja Puskesmas SindangJawa Kabupaten Cirebon
- b. Menggambarkan pelaksanaan tindakan Terapi Relaksasi Genggam Jari di wilayah kerja puskesmas SindangJawa Kabupaten Cirebon
- c. Menggambarkan respon atau perubahan keperawatan keluarga pada lansia dengan penyakit Hipertensi yang dilakukan Terapi Relaksasi Genggam Jari di wilayah kerja Puskesmas SindangJawa Kabupaten Cirebon
- d. Menganalisis kesenjangan pada kedua keluarga dengan penyakit Hipertensi yang dilakukan Terapi Relaksasi Genggam Jari di wilayah kerja Puskesmas SindangJawa Kabupaten Cirebon

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan mampu memberikan pengetahuan dan wawasan serta dapat menjadi bahan referensi untuk studi kasus selanjutnya menyangkut hal-hal yang berkaitan dengan masalah Hipertensi

1.4.2 Manfaat Praktik

1.4.2.1 Bagi Pasien/Keluarga

Diharapkan mampu mendapatkan pengetahuan dan kemampuan dalam pemberian Terapi Relaksasi Genggam Jari Pada Pasien Hipertensi

1.4.2.2 Bagi Puskesmas

Puskesmas mendapatkan masukan dalam rangka mengembangkan intervensi keperawatan Terapi Relaksasi Genggam Jari pada pasien Hipertensi, sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan dan meningkatkan mutu pelayanan puskesmas

1.4.2.3 Bagi Institusi

Institusi pendidikan mendapatkan masukan dan menambah pengetahuan mengenai penanganan Hipertensi serta dapat menjadi pembelajaran yang di praktikan dalam mata kuliah

1.4.2.4 Bagi Penulis

Diharapkan penulis bisa mendapatkan ilmu dan pengalaman serta meningkatkan keterampilan dalam menerapkan intervensi Terapi Relaksasi Genggam Jari untuk menurunkan nyeri pada Hipertensi