

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Salah satu permasalahan penyakit saat ini di Negara maju dan Negara berkembang adalah penyakit hipertensi. Penyakit tidak menular yaitu hipertensi adalah penyebab nomor satu kematian secara global (Mahfud et al., 2019). Kondisi hipertensi sendiri adalah suatu kondisi meningkatnya tekanan darah karena terdapat masalah pada sistem saluran aliran darah yang berdampak pada pasokan O₂ serta nutrisi menjadi terhambat hingga ke jaringan tubuh yang memerlukannya (Puspita, 2019). Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO memperkirakan bahwa tingkat hipertensi di dunia saat ini mencapai 22% dari total masyarakat di dunia. Negara dengan tingkat kelaziman tertinggi berada di negara Afrika sebesar 27%. Di benua Asia sendiri menduduki urutan ke-3 dengan tingkat kelaziman hipertensi tertinggi sebesar 25% dari total penduduk (Kemenkes RI, 2019)

Berdasarkan hasil Penelitian dari Kesehatan Dasar (2018) memperlihatkan bahwa prevalensi pada masyarakat dengan usia lebih dari 18 tahun di Indonesia sebesar 34,1%. Angka tersebut di hasilkan dengan melakukan pengecekan tekanan darah yaitu jika didapatkan nilai tekanan darah >140/90 mmHg. Pada perbandingan tersebut prevalensi saat itu lebih tinggi dari tahun sebelumnya yaitu di tahun 2013 sebesar 25,8%. Di provinsi Kalimantan selatan merupakan salah satu provinsi dengan prevalensi tertinggi yaitu mencapai 44,13%, disusul oleh provinsi Jawa Barat yaitu sebesar 39,6% dan Kalimantan Timur sebesar 39,3%.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di RSPAD Gatot Soebroto khususnya diruangan penyakit dalam angka kejadian hipertensi cukup tinggi dan masuk kedalam 5 besar penyakit terbanyak. Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat diruangan pada 10 Oktober 2022 sebagian besar dari 20 tempat tidur yang tersedia ditempati oleh pasien hipertensi yang menjalani pengobatan selama 3-6 hari.

Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat pelaksana pada 10 Oktober 2022 menyatakan bahwa masalah yang paling sering dialami oleh pasien hipertensi adalah sakit kepala yang terjadi pada pagi hari, mimisan, tengkuk leher terasa kaku, irama jantung tidak teratur, penglihatan kabur, telinga berdengung, kelelahan, cemas dan bingung, gelisah, mual, muntah, otot yang berdenyut, serta nyeri dada.

Terdapat dua faktor yang menjadi penyebab terjadinya peningkatan tekanan darah, ada faktor yang bisa dikendalikan dan tidak bisa dikendalikan. Faktor yang tidak bisa dikendalikan yaitu keturunan, gender, dan usia. Adapaun faktor yang bisa dikendalikan yaitu kelebihan berat badan, tekanan emosional atau stress, kegiatan fisik, serta merokok (Puspita et al., 2019). Hipertensi adalah penyakit menahun, dengan demikian pasien harus mampu mengelola dirinya secara mandiri (*self management*) baik untuk mengurangi gejala ataupun mengurangi risiko yang lebih parah (Shahaj et al., 2019).

Tekanan emosional merupakan salah satu bentuk faktor yang dapat dikendalikan, dimana salah satu penyebab utama tidak terkendalinya tekanan darah adalah stress dan ketidakteraturan pada pola makan (Purnawan et al., 2015). Stress sangat berdampak pada munculnya hipertensi primer. Karena stress dapat meningkatkan dengan memicu sistem saraf simpatis, tekanan darah. Meningkatnya aktivitas saraf simpatis ini dapat meningkatkan pula tekanan darah secara tidak menentu dan apabila tekanan emosional yang tinggi atau stress yang bertahan lama akan membuat tekanan darah yang tinggi juga akan menetap (Junaidi, 2010; Simone et al, 2005).

Menurut Hierarki Maslow nyeri adalah salah satu aspek yang dibutuhkan setiap orang untuk merasa aman dan nyaman, yang merupakan kebutuhan dasar. Nyeri dicirikan sebagai kondisi subyektif dimana seseorang mengalami ketidaknyamanan atau ketidaknyamanan sebagai akibat dari keadaan tertentu (Kasiati & Rosmalawati, 2016). Sebagai stimulus nyeri akan memberikan berbagai feedback pada seseorang yang mengalaminya, secara alami seseorang tersebut akan mencari cara untuk mendapatkan kenyamanan (Sudirman, 2018). Nyaman adalah suatu bagian penting dibutuhkan oleh seorang individu karena menjadi dasar kebutuhan manusia baik kondisi sehat maupun sakit serta penting dalam aspek asuhan keperawatan guna memberikan perawatan yang optimal.

Oleh sebab itu tujuan utama dari kenyamanan adalah mengurangi keluhan nyeri pada pasien (Pitrisia et al, 2020). Sebagai perawat dimana adalah pemberi layanan dalam bidang kesehatan serta tenaga yang profesional secara langsung berinteraksi dengan pasien di rumah sakit memiliki bagian penting untuk memberikan perawatan terapeutik menyeluruh salah satunya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada pasien (Iskandar, 2018).

Selain nyeri masalah lain yang biasanya terjadi pada pasien dengan Perfusi serebral yang tidak efektif merupakan masalah yang terkait dengan tekanan darah tinggi. Masalah ini pada umumnya terjadi dikarenakan oleh gangguan pada pembuluh darah di seluruh pembuluh darah tepi. Perubahan yang terjadi pada arteriola menyebabkan sumbatan pada pembuluh darah, yang mengakibatkan sirkulasi darah menjadi terhambat. Sehingga aliran oksigen menjadi menurun yang membuat meningkatnya karbondioksida, hal tersebut memicu terjadinya metabolisme anaerob pada tubuh sehingga berdampak pada meningkatnya asam laktat dan merangsang peka nyeri kapiler di otak yang terjadi karena penyempitan pembuluh darah di bagian otak secara tidak maksimal. Pengaruh dari meningkatnya tekanan di pembuluh darah otak mengakibatkan terjadinya penekanan serabut saraf otak yang dapat mengakibatkan terjadinya peningkatan tekanan di kranial dan menyebabkan aliran darah ke otak menjadi menurun (Sari & Sari, 2022)

Terapi komplementer adalah jenis terapi tradisional yang disatukan kedalam pengobatan terkini yang dapat berpengaruh terhadap keserasian seseorang dalam segala aspek mulai dari bio, psiko hingga spiritual. Beberapa jenis pengobatan dan cara medis lain, terapi komplementer ini bersifat alami menggunakan sistem pernapasan, pemusatan pikiran, gesekan ringan, serta pergerakan), adapun jenis dari terapi komplementer adalah terapi relaksasi dan meditasi, sedangkan berdasarkan klasifikasinya terapi komplementer terdiri dari *mind-body therapy*, alternatif sistem pelayanan seperti pelayanan dalam bidang biomedis contohnya hemopathy, terapi biologis, terapi manipulatif, dan terapi energi (Stöcker, 2018).

Dalam penatalaksanaannya kondisi hipertensi bisa dilakukan dengan menggunakan obat ataupun tanpa obat. Jika menggunakan obat klien dapat diberikan obat-obatan anti hipertensi dan jika tanpa obat klien dapat diajarkan teknik relaksasi nafas dalam atau dilakukan pijatan ringan (*light massage*). Terapi

relaksasi nafas dalam atau *deep breathing* merupakan suatu cara yang dapat dilakukan untuk dapat mengurangi tingkat stress serta nyeri kronik. Terapi relaksasi nafas dalam atau *deep breathing* dapat membuat pasien mengontrol respon tubuhnya terhadap tekanan atau kecemasan. Selain itu, dengan memanfaatkan latihan pernapasan dapat membantu mengurangi tekanan darah, konsumsi oksigen, metabolisme, laju pernapasan, denyut nadi, dan stres otot. (Kozier, Erb, 2011).

Penelitian dilakukan oleh Anggraini (2020a) tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah pendekatan intervensi relaksasi nafas dalam berbeda nyata menurut hasil. Penelitian dilakukan oleh Hastuti & Insiyah (2015) dengan melibatkan 30 pasien hipertensi di Puskesmas Bendosari Kabupaten Sukoharjo. Tekanan darah sistolik dan diastolik menunjukkan perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi teknik relaksasi nafas dalam. Pembacaan tekanan darah rata-rata adalah 177,33 mmHg sistolik dan 95,87 mmHg diastolik. Setelah penggunaan latihan pernapasan, rata-rata tekanan darah sistolik adalah 173,20 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik adalah 90.00 mmHg.

Selain melakukan relaksasi nafas dalam, teknik melakukan pijatan ringan terbukti dapat mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi. Pijat adalah gesekan pada tubuh di jaringan yang lunak dengan memakai tangan sebagai media untuk memunculkan pancaran positif dari pembuluh darah, otot, serta sistem syaraf tubuh (Clay & Pounds, 2008). Terapi tradisional seperti pijat dapat merangsang pelepasan endorphen sehingga dapat menimbulkan rasa nyaman pada pasien, manfaat lainnya yaitu dapat terjadi pengurangan hormon stress diantaranya hormone adrenalin, kortisol, dan norephinefrin. Hasil lain dari perawatan pijat adalah membantu melepaskan ketegangan dari otot, yang meningkatkan relaksasi, meningkatkan sirkulasi, dan menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik (Aorella, 2005; Hernandez et al, 2000; Morales, 2008; Wiyoto, 2011).

Inti dari terapi pijat yang memadukan ilmu pengetahuan dan seni adalah *light massage* atau gesekan lembut. Indera peraba dapat digunakan untuk mengevaluasi jumlah tekanan yang diterapkan pada beberapa individu serta dalam menemukan area stres dan masalah jaringan lunak. Selain itu, sentuhan mengacu pada perasaan welas asih, yang merupakan komponen penting dari proses penyembuhan. (Situmorang, 2009). Saat pemijatan dilakukan antara 1 dan 10 cm/detik, kecepatan

dan tekanan diterapkan dengan lancar, seperti seorang ibu yang menekan bajinya; pada saat itu, saraf akan mengirimkan respons yang menyenangkan ke otak. Pijatan ringan ini juga dapat merangsang aferen sistem saraf, yang pada akhirnya dapat membantu otak. Ini sebagian besar mempengaruhi saraf C saraf taktik, yang merupakan bagian dari sistem saraf tepi. Saraf ini mentransmisikan pesan yang berkaitan dengan suasana hati dan emosi yang bahagia (Sitomorang, 2009). Peningkatan gelombang delta dan penurunan gelombang alfa dan beta dapat menghasilkan pijatan lembut selama 15 menit. deskripsi gelombang delta yang sangat sederhana dari kondisi tersebut (Field, et al; 1996).

Penelitian Awaludin et al (2018) menemukan bahwa kelompok yang menjalani terapi pijat ringan mengalami perbedaan tekanan darah yang signifikan secara statistik sebelum dan sesudah perlakuan ($p = 0,035$). Pasien dengan hipertensi primer mendapat manfaat dari penurunan tekanan darah setelah menerima pijatan ringan. Selain itu, temuan penelitian lain menunjukkan bahwa pijatan jaringan dalam menyebabkan penurunan tekanan darah. Diperkirakan terapi deep tissue massage dapat digunakan sebagai intervensi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik kelompok pijat secara signifikan lebih rendah daripada kelompok kontrol ($P = 0,001$).

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Asuhan Keperawatan dengan Intervensi Kombinasi *Deep Breathing* dan *Light Massage* terhadap Nyeri dan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di RSPAD Gatot Soebroto”. Kedua pengobatan ini digabungkan karena sama-sama meningkatkan aktivitas parasimpatis sekaligus menurunkan aktivitas simpatis yang mengakibatkan vasodilatasi pembuluh darah, pelepasan endorfin dan kortisol yang memiliki efek analgesik alami untuk mengurangi nyeri klien. Pada saat melakukan relaksasi nafas dalam atau *deep breathing* terjadi pengaktifan baroreseptor yang memberikan sinyal pada aferen untuk mencapai pusat jantung, selanjutnya terjadi peningkatan pengaktifan pada sistem saraf parasimpatis dan mengeluarkan hormon asetilkolin yang dapat meningkatkan permeabilitas pada ionkalium di SA node yang berdampak pada menurunnya denyutan. Penurunan sinyal transmisi tersebut akan membantu

menurunkan denyut jantung, volume sekuncup dan curah jantung (Heru et al., 2013). Sedangkan Pijatan ringan sendiri dapat memberikan stimulus pada sistem syaraf aferen yang menuju ke otak. Hal itu terutama bekerja pada sistem syaraf tepi yaitu syaraf C-serat syaraf taktik. Syaraf ini berfungsi dalam mengirimkan sinyal yang berkaitan dengan emosi dan perasaan positif (Sitomorang, 2009).

I.2 Tujuan Penulisan

I.2.1 Tujuan Umum

Melakukan analisa terhadap intervensi asuhan keperawatan kombinasi terapi komplementer *deep breathing* dan *light massage* terhadap nyeri dan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang rawat inap RSPAD Gatot Soebroto

I.2.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penulisan karya ilmiah ini diantaranya :

- a. Menerapkan *evidence based nursing* kombinasi terapi komplementer *deep breathing* dan *light massage* terhadap masalah keperawatan nyeri akut dan risiko perfusi serebral tidak efektif pada pasien dengan hipertensi di ruang rawat inap RSPAD Gatot Soebroto.
- b. Mengetahui efektifitas pemberian terapi komplementer kombinasi *deep breathing* dan *light massage* dalam mengatasi masalah keperawatan nyeri akut dan risiko perfusi serebral tidak efektif pada pasien hipertensi di ruang rawat inap RSPAD Gatot Soebroto
- c. Menyimpulkan evaluasi hasil analisa asuhan keperawatan terapi komplementer kombinasi *deep breathing* dan *light massage* dalam mengatasi masalah penyakit nyeri akut pada individu hipertensi.

I.3 Manfaat Penulisan

I.3.1 Aplikatif

Temuan penelitian ini diantisipasi untuk menjadi panduan bagi perawat profesional di masa depan saat mereka menerapkan asuhan keperawatan yang komprehensif dalam pengaturan kesehatan, khususnya di ruang rawat inap rumah sakit, dengan fokus untuk memastikan bahwa pasien hipertensi merasa nyaman mengelola rasa sakit mereka sendiri. dengan menerapkan intervensi baru yang menggabungkan *deep breathing* dan *light massage*. Selain itu, diyakini bahwa dengan melarang dan mempersiapkan keluarga pasien untuk perawatan mandiri di rumah, fungsi perawat sebagai pendidik dapat dipraktikkan.

I.3.2 Keilmuan

Hasil penelitian terapi komplementer kombinasi *deep breathing* dan *light massage* diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan acuan dalam menyusun rencana tindakan keperawatan dalam pembelajaran mahasiswa pada pasien dengan diagnosa medis hipertensi dan memiliki masalah keperawatan nyeri akut.

I.3.3 Pengembangan Penelitian

Temuan penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti lain sebagai dasar perbandingan dalam studi tentang terapi komplementer efek *deep breathing* dan *light massage* terhadap tingkat nyeri