

BAB I

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling banyak diderita oleh masyarakat. Penyakit hipertensi ini disebut juga "*the silent disease*" karena tidak terdapat tanda dan gejala yang dapat dilihat dari luar. Kondisi hipertensi yang tidak terkontrol dapat mengganggu aliran darah di otak, jantung dan ginjal. Kondisi tersebut dapat menyebabkan komplikasi diantaranya penyakit jantung koroner, stroke dan gagal ginjal. Masalah utama yang sering muncul pada pasien dengan hipertensi adalah nyeri akut dengan gejala yang berupa nyeri dibagian kepala dan tengkuk serta terasa berat, vertigo, mudah lelah telinga berdenging serta mengalami mimisan. Intervensi yang dilakukan untuk masalah keperawatan nyeri akut adalah dengan manajemen nyeri yang bertujuan untuk mengurangi keluhan utama yaitu nyeri sehingga berpengaruh terhadap tekanan darah menjadi menurun (Wahyuningtyas et al., 2023). Hipertensi merupakan kondisi pembuluh darah yang mengalami peningkatan tekanan secara persisten dengan nilai tekanan darah diatas batas yang telah ditetapkan dalam suatu panduan. *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) tahun 2017 menyatakan bahwa sekitar 1,13 miliar orang menderita penyakit hipertensi dan jumlah ini setiap tahunnya mengalami peningkatan yang diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,5 miliar orang yang menderita hipertensi, serta kejadian meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya diperkirakan sekitar 10,44 juta untuk tiap tahunnya. Data lain dari *Institute for Health Metrics and*

Evaluation (IHME) tahun 2017 menyatakan bahwa penyakit kardiovaskuler menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia yaitu 33,1% dari 53,3 juta kejadian kematian di dunia. Penyakit kardiovaskuler di Indonesia sekitar 36,9% dan menjadi penyebab kematian terbanyak dari total kematian 1,5 juta di tahun 2016 (Hendra et al., 2021). Prevalensi kasus hipertensi di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami peningkatan, berdasarkan data hasil Riskesdas 2018 menunjukkan terjadinya peningkatan prevalensi dari hasil Riskesdas 2013 yaitu dari 25,8% menjadi 34,1%. Prevalensi tertinggi hipertensi ada di Kalimantan Selatan (44,1%) dan terendah di Papua (22,2%) dengan estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang dengan jumlah angka kematian akibat hipertensi sebanyak 427.218 orang (Hamzah et al., 2021). Hasil Riskesda 2018 menunjukkan prosentase tertinggi pada usia 65-74 tahun (63,2%), kemudian diikuti oleh kelompok usia 55-64 tahun (55,2%), kelompok usia 45-54 tahun (45,3%) dan kelompok usia 35-44 tahun (31,6%). Prevalensi hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta menurut Riskesdas 2018 adalah 11,01% atau lebih tinggi dibandingkan angka nasional 8,8%, dan DIY menempati peringkat ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang selalu masuk dalam 10 besar penyakit serta 10 besar penyebab kematian (Yogyakarta, 2021). Data kasus hipertensi khususnya di rawat inap Rumah Sakit Bethesda Lempuyangwangi Yogyakarta menunjukkan 3 bulan terakhir (Agustus – Oktober 2023) masuk dalam 10 besar penyakit rawat inap peringkat pertama dengan prosentase 18,5% (Agustus), 21,3% (September) dan 23,8% (Oktober).

Peningkatan tekanan darah seiring dengan meningkatnya usia dan umumnya hipertensi ditemukan paling banyak pada lanjut usia. Usia yang meningkat menyebabkan aktivitas menurun, pola hidup tidak sehat serta adanya penyusutan jumlah konsumsi makanan yang menimbulkan kalori yang berlebih dan diganti menjadi lemak yang menyebabkan obesitas. Hasil Riskesda 2018 menunjukkan prosentase tertinggi pada usia 65-74 tahun (63,2%), kemudian diikuti oleh kelompok usia 55-64 tahun (55,2%), kelompok usia 45-54 tahun (45,3%) dan kelompok usia 35-44 tahun (31,6%). Hipertensi dapat muncul baik atau tanpa tanda dan gejala sehingga tidak menyadari mengalami hipertensi dan tidak melakukan terapi. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi merasa bahwa dirinya sudah sehat dan tidak rutin minum obat, hal tersebut menunjukkan tingkat kesadaran pasien hipertensi dalam melakukan terapi dan kemampuannya dalam mengendalikan tekanan darahnya relatif masih sedikit (Hendra et al., 2021). Pasien dengan hipertensi biasanya datang dengan keluhan nyeri kepala terutama di kepala bagian belakang, vertigo, tinitus, jantung berdebar. Intervensi yang sering dilakukan adalah terapi farmakologi tanpa diikuti dengan terapi non farmakologi untuk mengatasi gejala utama yaitu nyeri kepala (Anih Kurnia, 2021). Penanganan gejala nyeri dengan terapi non farmakologi ini bertujuan untuk mengurangi nyeri sehingga membantu dalam menurunkan tekanan darah. Terapi non farmakologi tersebut antara lain adalah dengan teknik relaksasi nafas dalam, teknik pijat, memberikan kompres hangat, terapi musik, aroma terapi, meditasi, yoga. Teknik relaksasi nafas dalam salah satunya mampu membantu menurunkan skala nyeri yang diikuti

dengan penurunan tekanan darah dan berdasarkan penelitian Juan (2022) menyimpulkan bahwa adanya penurunan skala nyeri kepala setelah dilakukan intervensi dengan relaksasi nafas dalam yaitu dari skala 4 menjadi skala 2 (Lisdiarto et al., 2021). Penelitian lain juga menyatakan bahwa teknik relaksasi nafas dalam mampu membantu menurunkan tekanan darah selama 5 hari pelaksanaan implementasi dari tekanan darah awal masuk rawat inap adalah 160/103 mmHg menjadi 120/84 mmHg (Ginarsa & Rachmawati, 2023). Selain teknik relaksasi nafas dalam, teknik non farmakologi lain yang membantu dalam menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi adalah dengan *Slow Stroke Back Massage* yang bertujuan untuk membuat tubuh menjadi rileks dan menghilangkan ketegangan sehingga mampu memicu keluarnya endorphen yang menghentikan rasa nyeri serta mampu memperlancar aliran darah sehingga tekanan darah menurun dengan hasil sebelum dilakukan intervensi tekanan darah adalah 170/110 mmHg dengan skala nyeri 6 dan setelah dilakukan intervensi dengan *slow stroke back massage* tekanan darah menjadi 150/100 mmHg dengan skala nyeri 5 (Takhani & Riniasih, 2022). Penelitian lain juga menyatakan bahwa intervensi dengan *slow stroke back massage* terdapat perubahan tekanan darah dan skala nyeri kepala yaitu sebelum dilakukan intervensi *slow stroke back massage* tekanan darah 157/97 mmHg dengan skala nyeri 7 dan setelah dilakukan intervensi *slow stroke back massage* tekanan darah 132/92 mmHg dengan skala nyeri 4 (Dewi et al., 2021).

Berdasarkan uraian tersebut diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan menggabungkan kedua teknik tersebut yaitu teknik *slow*

stroke back massage kombinasi teknik relaksasi nafas dengan tujuan untuk mengurangi masalah nyeri sehingga mampu menurunkan tekanan darah dan kadar gula darah. Penulis mengambil judul karya tulis ilmiah “Manajemen Nyeri dan Manajemen Hiperglikemi : Intervensi *Slow Stroke Back Massage* Kombinasi Teknik Relaksasi Nafas Dalam untuk Masalah Keperawatan Nyeri Akut dan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Hipertensi dan Diabetes Mellitus di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Bethesda Lempuyangwangi Yogyakarta 2023”

STIKES BETHESDA YAKKUM