

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi yaitu tekanan darah yang tinggi dimana tekanan darah <140 mmHg, sededangkankan diastolik <90 mmHg. Tekanan darah diukur dalam keadaan seseorang tenang dan rileks dengan waktu kurang lebih dua 2-5 menit dengan keadaan seseorang tenang atau rileks tanpa bergerak.

Menurut dari Kemenkes 2018, hingga saat ini hipertensi menjadi penyakit yang memiliki angka pravalensi cukup tinggi dimana data berdasarkan Rikesdas tahun 2013 hipertensi tinggi yang dari 25,8% menjadi naik yaitu 34,1%, (Rikesdas Kmentrian 2018).

Menurut World Health Organization (WHO) data ditahun 2015 mengatakan lebih dari 1,13 Miliar orang didunia memiliki riwayat penyakit hipertensi, dimana satu dari 3 orang didunia didiagnosis mempunyai tekanan darah tinggi. Jumlah orang yang terdiagnosa hipertensi/ tekanan darah terus meningkat disetiap tahun, dinilai ditahun depan 2025 akan ada 1,5 Miliar. Indonesia jumlah kasus hipertensi yaitu sebesar 63.309.620 orang, sedangkan untuk angka kematian di Indonesia dari penyakit hipertensi berjumlah sebesar 427.218 kematian. Hipertensi paling banyak pada rentang umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Kemenkes. 2021, Riskesdas Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Kejadin peningkatan hipertensi hipertensi tekanan darah, menurut data dari riset kesehatan (2017) menunjukkan pravelensi hipertensi atau tekanan darah tinggi di indonesia dengan berdasarkan alat ukur tekanan darah terjadi peningkatan 5,9%, di 25,8 % menjadi 31,7% dengan jumlah penduduk usia dewasa-lanjut usia (Kemenkes. 2021).

Peneliti melakukan studi kasus di IGD RS Bethesda dengan pembimbing klinik, dan berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan data kasus terbanyak selama 3 bulan terakhir adalah stroke, ICF, CVAA Non Hemoragik, CKR, Nyeri Akut, hipertensi, Nstemi, Asma, Fraktur. Hasil studi dokumentasi di Rekam Medis diagnosa dari dari bulan Juli – September jumlah kasus dengan Hipertensi 28 kasus. Dimana bulan Juli 10 kasus, bulan Agustus 12 Kasus, dan bulan September 6 kasus. Tanda dan gejala yang ditemukan pasien lemas, pucat, sesak, keringat dingin nyeri tengkuk dan pusing.

Faktor yang sering terjadi dari penyebab hipertensi yaitu gaya hidup seseorang seperti merokok, obesitas, aktivitas fisik dan stres psikososial. Pravelensi hipertensi di Indonesia yang setiap tahun semakin bertambah dan tinggi maka perlu adanya penanggulannya yatu dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi nonfarmakologis salah satunya adalah *slow deep breathing* atau Latihan nafas dalam yang merupakan suatu bentuk terapi nonfarmakologi, dimana perawat mengajarkan kepada pasien bagaimana cara melakukan nafas dalam (nafas lambat dan menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaiman menghembuskan

nafas secara perlahan, terapi nafas dalam ini juga bisa menurunkan tekanan darah, latihan teknik nafas dalam dan lambat bisa meningkatkan ventilasi paru-paru dan meningkatkan oksigen dalam darah (Pratiwi, 2016)

Adapun Terapi nonfarmakologis yang bisa dapat dilakukan dan digunakan secara sederhana untuk mengontrol tekanan darah yang tinggi yaitu salah satu dengan teknik terapi nafas dalam dan lambat dengan teknik *Slow Deep Breathing*. *Slow Deep Breathing* merupakan terapi dengan melakukan teknisa nafas dalam secara dalam dan lambat untuk mengendalikan pernafasan dengan keadaan rileks dan tenang yang dilakukan oleh seseorang, pada saat dilkukan terapi ini sistem hormon serebri atau fluktasi membuat pengendalian pernafasan dengan sadar dan tenang kemudian *medulla oblongata* akan mempengaruhi pernapasan secara spontan atau *automatic* (Tarwoto 2011). *Slow deep breathing* dapat mempengaruhi proses disistem kardiovaskuler. *Slow deep breathing* memiliki efek samping yang dapat meningkatkan hormon atau fluktuasi di interval *rate of respiration* atau pernafasan seseorang. Hormon ini dapat meningkatkan interval respirasi yang relatif terhadap perubahan pada tekanan darah, juga dapat memperngaruhi di tingginya efektifitas barorefleks dan yang bisa berperan pada penurunan tekanan darah. *Slow deep breathing* bisa menurunkan kerja simpatis dengan cara meningkatkan central inhibitory rhythm bisa penurunan tekanan darah ketika barorefleks diaktiasi. *Slow deep breathing* berpengaruh terhadap peningkatan volume tidal yang mengaktifkan Hering-Breuer reflex dan berdampak pada penurunan aktivitas kemorefleks yang akhirnya dapat meningkatkan

sensitivitas barorefleks. Proses pernafasan teknik nafas dalam bisa dapat mempengaruhi turunnya kinerja simpatis dan tekanan darah akan turun (Septia&, 2018).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan Rumusan latar belakang yang dibahas diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa “ Adakah Pengaruh Pemberian Terapi Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta 2024?”

C. Tujuan Penelitian

Diharapkan dalam Penelitian bisa melakukan terapi mengenai analisis terkait kasus tentang “Pengaruh Pemberian Terapi Slow Deep Breathing Pada Pasien Hipertensi Di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta 2024”

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Bisa menambah referensi baru untuk tindakan keperawatan dan pengetahuan kesehatan khususnya intervensi keperawatan yang berhubungan terkait “Pengaruh Pemberian Terapi Slow Deep Breathing Pada Pasien Hipertensi Di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta 2024”.

2. Praktis

a. Pasien/keluarga

Pasien maupun keluarga mendapat manfaat serta ilmu dan terapi terkait manfaat dari Terapi Slow Deep Breathing untuk Pasien

Hipertensi Di IGD. Rumah Sakit Bethesda Yakkum Yogyakarta 2024.

b. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil dari KIA ini bisa memperbarui intervensi agar ilmu dapat bisa dikembangkan serta jadi manfaat dari pengaruh pemberian terapi slow deep breathing pada pasien hipertensi di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta.

a. Bagi Bagi Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta

Dari hasil KIA yang telah dilakukan bisa diterapkan dan dilakukan pada pasien masuk maupun yang dirawat nginap untuk menurunkan tekanan darah manfaat untuk digunakan dan diterapka pada pasien Hipertensi atau pasien dengan tekanan darah tinggi.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil KIA mampu menjadi acuan untuk membuat intervensi yang dilakukan mengenai Pengaruh Pemeberian Terapi Slow Deep Breathing terhadap Pasien Hiepertensi Di IGD Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta 2024.