

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan World Health Organization (WHO), hipertensi merupakan kondisi medis di mana tekanan darah dalam pembuluh darah tetap berada pada tingkat yang tinggi, yaitu tekanan sistolik melebihi 140 mmHg atau tekanan diastolik mencapai 90 mmHg atau lebih. Tekanan darah sendiri adalah gaya yang diberikan oleh darah terhadap dinding arteri saat darah dipompa oleh jantung ke seluruh tubuh. Ketika tekanan darah meningkat, jantung harus bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah (WHO, 2020). Hipertensi adalah kondisi akibat darah mengalir dalam tubuh dengan tekanan yang terlalu tinggi secara terus-menerus. Ketika seseorang memiliki hipertensi, tekanan darah sistolik mencapai ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik mencapai ≥ 90 mmHg setelah pengukuran terpisah 2 kali (Marhabatsar & Sijid, 2021). Hipertensi merupakan salah satu penyebab gagal jantung kongestif dan penyakit cerebrovaskuler, serta penyebab terjadinya kematian (Istyawati et al., 2020). Sebagian besar orang yang menderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka menderita penyakit itu atau telah mendapatkan pengobatan. Komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, diabetes, gagal ginjal, dan kebutaan adalah hasil dari penanganan hipertensi yang buruk. Penyakit jantung koroner dan stroke adalah penyebab kematian tertinggi masing-masing pada 45% dan 51% (Sumadi et al., 2020).

Data yang dicatat oleh World Health Organisation (WHO) pada tahun 2023 sebanyak 1 miliar orang di seluruh dunia dan 972 juta (26%) orang dewasa di negara berkembang menderita Hipertensi. Jumlah ini diperkirakan akan terus mengalami peningkatan, dan pada tahun 2025 sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia berpotensi mengidap hipertensi (WHO, 2024). Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan tahun 2019 menunjukkan hasil prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, naik dari tahun 2018 sebesar 25,8% dan jumlah kasus hipertensi di Indonesia diperkirakan sebanyak 63.309.620 kasus. Terdapat 427.218 kematian yang disebabkan oleh hipertensi (Riskesdas, 2019). Hasil Survey Kesehatan Indonesia menunjukkan Provinsi Jawa Tengah memiliki prevalensi sebesar 31,3% angka ini jauh lebih besar dari nilai prevalensi nasional yaitu sebesar 29,2% (Kemenkes RI, 2023). Kasus hipertensi di Jawa Tengah menempati urutan kelima di seluruh Indonesia, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2022) menyebutkan bahwa tekanan darah tinggi merupakan satu dari sepuluh penyakit yang paling umum dan merupakan salah satu dari sepuluh penyebab kematian paling umum di wilayah Jawa Tengah. Kejadian hipertensi di Kabupaten Temanggung selalu menunjukkan peningkatan dari tahun-ketahun, menurut data yang tercatat kasus hipertensi di kabupaten Temanggung sebanyak yaitu sebesar 26,863 kasus (67,17%). Kecamatan Parakan sendiri menduduki peringkat 10 besar dari 20 Kecamatan yang ada di Kabupaten Temanggung dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak (Dinas Kesehatan Kabupaten Temanggung, 2022).

Salah satu gejala hipertensi yang paling umum adalah nyeri kepala, yang diklasifikasikan sebagai nyeri kepala intrakranial. Penatalaksanaan nyeri pada pasien Hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Menangani nyeri secara farmakologis dilakukan dengan kolaborasi dengan dokter dalam pemberian analgetik yang bertujuan untuk memblok transmisi stimulus agar terjadi perubahan persepsi dengan cara mengurangi kortikal terhadap nyeri, sedangkan tindakan non farmakologis adalah dengan terapi genggam jari atau *finger hold* (Dova Maryana¹, 2021). Nyeri ini terasa berat di tengkuk tetapi tidak berdenyut, dan biasanya muncul pada pagi hari tetapi akan hilang saat matahari terbit (Aspiani, 2020). Nyeri merupakan situasi yang tidak menyenangkan yang bersumber dari area tertentu, hal ini disebabkan karena adanya kerusakan jaringan dan yang berkaitan dengan pengalaman masa lalu dari orang yang bersangkutan. Nyeri bersifat subjektif dan tidak ada individu yang mengalami nyeri yang sama. (Sugiyanto, 2020).

Penatalaksanaan nyeri pada pasien Hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Menangani nyeri secara farmakologis dilakukan dengan kolaborasi dengan dokter dalam pemberian analgetik yang bertujuan untuk memblok transmisi stimulus agar terjadi perubahan persepsi dengan cara mengurangi kortikal terhadap nyeri, sedangkan tindakan non farmakologis adalah dengan terapi genggam jari atau *finger hold* (Dova Maryana¹, 2021). Menggenggam jari adalah salah satu teknik dalam *Jin Shin Jyutsu*. *Jin Shin Jyutsu* adalah teknik akupresur asal Jepang yang membantu mengembalikan

keseimbangan energi tubuh melalui pernapasan dan sentuhan tangan sederhana (Irfan et al., 2022). Terapi ini bisa meredakan ketegangan dan emosi seseorang dengan menghangatkan titik-titik energi pada jari tangan. Selain itu, juga dapat menurunkan tekanan darah dengan mengurangi aktivitas saraf simpati. Selain mengurangi rasa sakit, terapi ini juga dapat membuat pernapasan jadi lebih baik dan meningkatkan jumlah oksigen dalam darah (Agustin et al., 2019). Teknik relaksasi genggam jari adalah cara mudah dan sederhana untuk merilekskan diri yang dapat dilakukan oleh siapa pun. Teknik ini melibatkan jari tangan dan aliran energi dalam tubuh. Menarik napas dalam-dalam sambil menggenggam jari bisa membantu mengurangi dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosi. Cara ini bisa membuat titik-titik energi masuk dan keluar di meridian tubuh kita jari tangan, sehingga bisa memberi rangsangan saat kita memegang sesuatu. Rangsangan akan menuju otak dan saraf di organ yang bermasalah, menghilangkan hambatan pada energi tubuh (Indrawati & Arham, 2020). Teknik relaksasi genggam jari ini dapat membantu tubuh, pikiran dan jiwa untuk mencapai relaksasi. Dalam keadaan relaksasi secara alamiah akan memicu pengeluaran hormon endorfin, hormon ini merupakan analgesik alami dari tubuh sehingga nyeri akan berkurang. (Larasati & Hidayati, 2022).

Berdasarkan banyaknya data pasien yang menderita Hipertensi di Ruang Bougenvil Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan selama bulan Januari sampai Maret 2025 dan terapi relaksasi nafas dalam adalah teknik non-farmakologis yang paling sering digunakan untuk menangani nyeri,

maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus tentang “Penerapan relaksasi genggam jari untuk menurunkan nyeri pada pasien Hipertensi”.

B. Rumusan Masalah

Nyeri merupakan suatu kondisi ketidaknyamanan yang dapat dipahami dari berbagai sudut pandang. Menurut *International Association for the Study of Pain* (IASP), nyeri didefinisikan sebagai pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan, yang berkaitan dengan kerusakan jaringan nyata maupun yang berpotensi terjadi, atau yang dirasakan sebagai suatu kerusakan pada tubuh (Muchtar Utami et al., 2022). Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah pada Karya Ilmiah Akhir ini adalah: “Bagaimana efektivitas penerapan teknik relaksasi genggam jari (*finger hold*) dalam mengurangi nyeri kepala pada pasien hipertensi di Ruang Bougenvil Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan tahun 2025?”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Penulis dapat menerapkan intervensi terapi genggam jari atau *finger hold* untuk menurunkan nyeri pada pasien Hipertensi di ruang Bougenvile Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan Temanggung tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui implementasi terapi genggam jari atau *finger hold* dalam menurunkan nyeri pada pasien Hipertensi di ruang Bougenvil Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan Temanggung tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil karya ilmiah akhir yang disusun diharapkan bisa menjadi literatur bagi mahasiswa keperawatan atau perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan penerapan terapi genggam jari atau *finger hold* untuk menurunkan nyeri.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo parakan

Diharapkan dapat memberikan informasi yang dapat digunakan oleh perawat di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo tentang intervensi terapi genggam jari atau *finger hold* untuk menurunkan nyeri pada pasien Hipertensi.

b. Bagi Institusi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Diharapkan hasil KIA ini menjadi referensi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tentang intervensi intervensi terapi genggam jari atau *finger hold* untuk menurunkan nyeri pada pasien Hipertensi

c. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien dan keluarga dapat memperoleh pengetahuan dan kemampuan untuk menerapkan menerapkan terapi genggam jari atau *finger hold* apabila mengalami nyeri.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bahwa KIA ini menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut, terutama dalam bidang keperawatan, tentang penerapan terapi genggam jari atau *finger hold* untuk menurunkan nyeri pada pasien Hipertensi.

STIKES BETHESDA YAKKUM