

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kenaikan tekanan sistolik atau tekanan diastolik atau adanya kenaikan tekanan pada keduanya. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah tinggi persisten, dimana tekanan sistoliknya diatas 140 mmHg dan tekanan diastoliknya diatas 90 mmHg (Wijaya 2013). Menurut *Join National Commite* (JNC) hipertensi terjadi apabila tekanan darah lebih dari 140/90mmHg. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan satu atau beberapa factor resiko yang tidak berjalan sebagaimana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah secara normal (Wijaya 2013). Menurut Depkes RI (2014) Hipertensi atau darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran lengan. selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/ tenang.

Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2015, peningkatan tekanan darah diperkirakan menyebabkan 7,5 juta kematian atau 12,8% dari total seluruh kematian. Peningkatan tekanan darah merupakan faktor risiko utama untuk penyakit jantung koroner, iskemik, stroke hemoragik, gagal jantung, penyakit pembuluh darah

perifer, gangguan ginjal, perdarahan retina dan gangguan penglihatan. Prevalensi tertinggi peningkatan tekanan darah di dunia adalah di Afrika, yaitu 46% untuk lelaki dan perempuan. Prevalensi terendah peningkatan tekanan darah di dunia adalah di Amerika, yaitu 35% untuk jenis kelamin pria dan wanita. Pria di wilayah Amerika memiliki prevalensi lebih tinggi dari pada perempuan 39% untuk pria dan 32% untuk wanita.

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas ,2015), prevalensi hipertensi di Indonesia adalah sebesar 25,8%. Berdasarkan data dinas kesehatan provinsi jawa tengah (2015) prevalensi hipertensi disurakarta adalah sebesar 18,47 %. Untuk jumlah hipertensi esensial disurakarta tahun 2014 adalah 62.252 kasus profil kesehatan provinsi jawa tengah tahun, 2015.

Berdasarkan studi pendahuluan yang sebelumnya di daerah Surakarta, masih banyak masyarakat yang mengalami Hipertensi. Hal ini sesuai dengan data dari profil kesehatan kabupaten Surakarta pada tahun 2015 dari data 17 puskesmas yang berada di kota Surakarta, yaitu ada sebanyak 24,614 untuk Hipertensi Essensial dan 1,282 untuk jenis Hipertensi lain (Dinas Kesehatan Surakarta, 2015).

Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Purwodiningratan didapatkan hasil 2.286 penduduk dengan penyakit Hipertensi untuk seluruh daerah binaan Puskesmas Purwodiningratan dan dari data Puskesmas Purwodiningratan diperoleh data bahwa di Desa Tegalharjo didapatkan data ada sebanyak 103 warga yang memeriksakan

kesehatannya dengan penyakit Hipertensi selama bulan januari 2017 hingga bulan mei 2017.

Upaya penanganan penyakit hipertensi dan lamanya pengobatan dianggap kompleks karena tekanan darah cenderung tidak stabil. Penyakit hipertensi ini bertanggung jawab terhadap tingginya biaya pengobatan dikarenakan alasan tingginya angka kunjungan kedokter, perawatan dirumah sakit dan atau penggunaan obat jangka panjang. Penangan hipertensi sebenarnya telah dilakukan di rumah sakit, puskesmas, posyandu maupun praktik tenaga kesehatan. Namun demikian, angka hipertensi masih tinggi, hal ini dikaitkan dengan kompleksnya penangan hipertensi dan lamanya pengobatan karena tekanan darah yang cenderung tidak stabil (Endang, 2014).

Hipertensi juga dapat menyebabkan penyakit gagal jantung dan penyakit kronis lainnya, pada penderita hipertensi beban kerja jantung akan meningkat , otot jantung akan mengendor dan berkurang elastisitasnya atau disebut dekompensasi, akibatnya jantung tidak dapat memompa dengan maksimal. Namun hal ini dapat di kurangi dengan rutusnya melakukan latihan-latihan yang membuat otot jantung tidak mengendor dan elastisitasnya berkurang salah satunya dengan senam jantung (Wijaya, 2013).

Senam jantung sehat adalah suatu olahraga yang termasuk ke dalam olahraga aerobik dengan intensitas sedang yang mampu meningkatkan kerja jantung untuk memompa darah dan memperlancar

sirkulasi darah sehingga membuat tekanan darah menjadi stabil (Werdani, 2015).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Yesiana Dwi Wahyu Werdani pada tahun 2015 menunjukkan bahwa senam jantung efektif untuk meningkatkan elastisitas pembuluh darah pada penderita hipertensi sehingga mampu mengontrol tekanan darah untuk tetap berada dalam batas normal.

Berdasarkan uraian yang telah disajikan diatas, maka saya ingin melakukan pengelolaan kasus semi penelitian yang berjudul “ **Penerapan Senam Jantung Pada Ny. G Terhadap Penurunan Tekanan Darah Dengan Hipertensi Stadium 1 Di Desa Tegalharjo Jebres Surakarta** ”

B. Rumusan Masalah

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah berada dalam kondisi diatas normal, hipertensi juga dapat menyebabkan beberapa penyakit seperti penyakit gagal jantung dan penyakit kronis lainnya, sedangkan untuk memiliki tekanan darah yang normal, dapat dengan menggunakan berbagai cara, salah satunya dengan melakukan senam jantung. Maka dari itu perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui apakah ada perbedaan sebelum dan sesudah dilakukannya senam jantung.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penerapan senam jantung terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi stadium 1.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi hasil pengukuran Tekanan Darah pasien sebelum penerapan Senam Jantung pada pasien Hipertensi Stadium 1 di Tegalharjo.
- b) Mengidentifikasi hasil pengukuran Tekanan Darah pasien setelah dilakukan Senam Jantung pada pasien Hipertensi Stadium 1 di Tegalharjo, Jebres, Surakarta
- c) Mengidentifikasi perbedaan pengukuran Tekanan Darah pada pasien Hipertensi Stadium 1 sebelum dan sesudah penerapan Senam Jantung.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Bagi Mahasiswa Perawat

- a. Menerapkan dan mengerti penerapan senam jantung terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi stadium 1
- b. Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penerapan senam jantung terhadap penderita hipertensi stadium 1
- c. Memberikan keterampilan dan penerapan senam jantung pada penderita hipertensi stadium 1

2. Bagi Perawat

Sebagai bahan masukan bagi tenaga kesehatan lainnya dalam penerapan senam jantung terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi stadium 1.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai sumber masukan bagi masyarakat untuk menambah pengetahuan dan mengerti cara penerapan senam jantung terhadap penurunan tekanan darah yang berada di daerah sekitar

4. Bagi Keluarga

Sebagai sumber masukan dan menambah wawasan pengetahuan tentang penerapan senam jantung terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.