

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (Morbiditas) dan angka kematian (Mortalitas). Dengan peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg dan tekanan diastolik sedikitnya 90 mmHg (Kushariyadi, dalam Aspiani, 2014).

Prevalensi hipertensi di seluruh dunia tahun 2008 pada laki-laki sebesar 29,2% dan pada wanita sebesar 24,8%. Negara Afrika merupakan salah satu negara di duni dengan proporsi hipertensi tertinggi, baik pada laki- laki (38,1) maupun perempuan (35,5%). Sedangkan negara dengan proporsi hipertensi terendah pada laki-laki terdapat di Asia Tenggara sebesar 25% dan pada wanita terdapat disebagian wilayah Amerika sebesar 19,7% (WHO. 2013).

Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat dilihat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25.8 %, tertinggi di Bangka Belitung (30,9%), diikuti Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%). Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui kuesioner terdiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4 persen, yang didiagnosis tenaga kesehatan atau yang minum obat sebesar 9,5 persen. Jadi ada 0,1 persen yang minum obat sendiri. Responden yang mempunyai tekanan darah normal tetapi sedang minum obat hipertensi sebesar 0,7 persen. Jadi prevalensi di Indonesia sebesar 26,5 persen (25.8% + 0.7%)(Risesdas, 2014).

Profil kesehatan Kabupaten/ Kota Jawa Tengah (2014), mencatat bahwa laki-laki yang diperiksa sebanyak 2.411.488 orang dan ditemukan sebanyak 5,25% terdeteksi memiliki tekanan darah tinggi. Sedangkan jumlah perempuan yang diperiksa sebanyak 2.901.801

orang dan 5,95% diantaranya terdeteksi memiliki tekanan darah tinggi. Tekanan darah tinggi dihitung apabila dari hasil pengukuran dengan tensimeter menunjukkan angka $> 139/89$ mmHg.

Prevalensi hipertensi di Sragen tahun 2014 adalah sebesar 28,73%. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular. Pada tahun 2014 jumlah kasus hipertensi laki-laki sebanyak 26,90 dan perempuan sebanyak 30,71 (Profil Kesehatan Kota Sragen, 2014).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi medis yang ditandai dengan meningkatnya kontraksi pembuluh darah arteri, sehingga terjadi resistensi aliran darah yang meningkatkan tekanan darah terhadap dinding pembuluh darah. Pengobatan non farmakologis adalah suatu bentuk pelayanan pengobatan yang menggunakan cara, alat atau bahan yang dipergunakan sebagai alternative atau pelengkap pengobatan medis tertentu (Kozeir, Erb, Berman, dan Snyder, dalam Afrila, 2015). Intervensi keperawatan yang disarankan untuk menyelesaikan masalah sesuai NANDA 2015 antara lain pemberian analgesik, manajemen nyeri, manajemen sedasi, terapi musik, terapi relaksasi, hipnosis, terapi latihan ambulasi, fasilitas meditasi, dan lain-lain.

Relaksasi meditasi adalah latihan kontemplasi yang berlangsung dalam situasi ketenangan jiwa dan kesunyian dengan fokus pada satu atau berbagai obyek. Meditasi berarti memfokuskan pikiran untuk menurunkan atau menghilangkan pikiran maladaptif untuk membawa pikiran tersebut ke alam atau situasi yang lebih nyaman. Terapi ini merupakan latihan dengan konsentrasi pikiran yang dalam atau mengistirahatkan aktivitas kognitif (Hendrasah dan Susana, 2012).

Hasil studi pendahuluan di desa Banjar Asri RT 04 RW 10 Nglorog Sragen terdapat warga sebanyak 45 orang dan yang mengalami hipertensi sebanyak 4 orang, mereka mengatakan aktivitas mereka menjadi terganggu dan mereka merasa tidak nyaman disebabkan kondisi sakit yang dideritanya.

Dari latar belakang diatas maka, penulis tertarik melakukan studi kasus keperawatan dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Meditasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan dari penelitian studi kasus ini adalah “Bagaimanapengaruh penerapan teknik relaksasi meditasi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi ?”.

C. Tujuan

Tujuan umum :

Mendeskripsikan hasil implementasi teknik relaksasi meditasi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Sragen

Tujuan khusus :

1. Mendeskripsikan hasil pengamatan rata-rata tekanan darah pasien sebelum penerapan teknik relaksasi meditasi pada pasien hipertensi di Sragen.
2. Mendeskripsikan hasil pengamatan rata-rata tekanan darah pasien sesudah penerapan teknik relaksasi meditasi pada pasien hipertensi di Sragen.
3. Mendeskripsikanrata-rata penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah pemberian teknik relaksasi meditasipada pasien hipertensi di Sragen.

D. Manfaat Penulisan

Penelitian ini, diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Masyarakat : membudayakan pengelolaan pasien dengan hipertensi secara mandiri melalui pengelolaan dengan cara tindakan secara mandiri.
2. Bagi pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan :
 - a. Sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan relaksasi meditasi secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pasien hipertensi.
 - b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang tindakan relaksasi meditasi pada pasien hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.
3. Penulis memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan relaksasi meditasi pada pasien hipertensi.