

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi disebut sebagai the silent killer karena tanpa keluhan, penderita tidak mengetahui dirinya menyandang hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi. Kerusakan organ target akibat komplikasi hipertensi akan tergantung pada besarnya peningkatan tekanan darah dan kondisi tekanan darah tidak terdiagnosis dan tidak di obati. Dokter dari himpunan hipertensi Indonesia Dr. Tunggal Situmorang SpPD-KGH, FINASIM mengatakan tekanan darah mempunyai penyebab utama di dunia menjadi beban kematian. Organ-organ tubuh antara lain otak, mata, jantung, ginjal, dapat mengakibatkan pembuluh darah arteri perifer. Hipertensi dapat dicegah dengan mengendalikan perilaku beresiko seperti merokok, diet yang tidak sehat seperti kurang konsumsi sayur dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebih, obesitas, kurang aktifitas fisik. Data di atas menunjukkan peningkatan tekanan darah (Riskesdas, 2018).

Hasil data Riskesdas (2018) mengenai prevalensi hipertensi di Kalimantan Selatan menduduki peringkat teratas untuk masalah hipertensi sebesar 44,13%, sedangkan yang terendah berada di Papua sebesar 22,22%. Provinsi DIY menduduki peringkat kedua pada masalah hipertensi dengan jumlah 32,86%. Berdasarkan usia penduduk Indonesia dengan umur ≥ 18 tahun sebesar 34,11%. Hipertensi paling banyak terjadi pada umur ≥ 75 tahun sebanyak 69,53% dan jenis kelamin perempuan beresiko sangat besar terjadi

hipertensi sebanyak 36,85%. prevalensi hipertensi sebanyak 54,40% rutin minum obat, 32,27% tidak rutin minum obat, 13,33% tidak patuh minum obat. Prevalensi rutin minum obat paling tinggi usia 65-74 tahun sebanyak 60,11%, usia 35-44 tahun sebanyak 36,06% tidak rutin minum obat, dan usia 18-24 tahun sebanyak 31,12% tidak minum obat. Alasan pada penderita hipertensi tidak minum obat antara lain sebanyak 11,5% sering lupa minum obat, sebanyak 2,0% obat tidak tersedia, sebanyak 14,5% minum obat tradisional, sebanyak 4,5% tidak tahan efek samping obat, jadinya sebanyak 8,1% tidak mampu beli obat rutin, sebanyak 31,3% tidak rutin berobat, sebanyak 59,8% merasa sudah sehat (Riskesdas, 2018). Pada hasil (riskesdas, 2018) dapat disimpulkan bahwa banyak faktor yang terjadi pada penderita hipertensi yang menyebabkan penanganan pada hipertensi tidak tertangani dengan baik

Kejadian hipertensi yang meningkat setiap tahun mengindikasikan bahwa hipertensi perlu dan harus ditangani. Apabila hipertensi tidak ditangani dengan baik, akan mempunyai resiko besar untuk meninggal karena komplikasi kardiovaskular seperti stroke, serangan jantung, gagal jantung, dan gagal ginjal. Penelitian Agusti (2018) yang disebabkan komplikasi dari hipertensi antara lain, jantung sebanyak 62,1%, pada ginjal sebanyak 25,2%, pada otak sebanyak 21%, dan pada mata sebanyak 9%. komplikasi yang timbul merupakan penyakit yang serius sehingga akan mempengaruhi kondisi psikologis yang akan berdampak pada kualitas hidup yang rendah terutama padapenyakit gagal jantung, gagal ginjal, dan stroke.

Peran keluarga dalam penanganan anggota keluarga mengalami hipertensi sangatlah penting karena keluarga adalah suport syistem yang mendukung pasien hipertensi yang membutuhkan perawatan dengan waktu yang lama dan berkelanjutan, agar kondisi yang di alaminya tidak semakin memburuk dan terhindar dari komplikasi (Ningrum, dalam Bisnu et al, 2018). Hasil penelitian yang dilakukan (Susriyanti, 2018) di daerah Gamping Sleman Yogyakarta menjelaskan bahwa sebagian besar sudah mendapatkan dukungan keluarga dengan jumlah 19 orang mendapatkan dukungan tinggi dari keluarganya, sebanyak 10 orang mendapatkan dukungan sedang dari keluarganya, dan 1 orang mendapatkan dukungan rendah dari keluarganya. Responden dengan dukungan tinggi menunjukkan keluarganya menyadari bahwa klien sangat membutuhkan dukungan keluarga. Hubungan ini menunjukkan semakin baik dukungan keluarga yang dilakukan maka perilaku perawatan hipertensi semakin baik, namun sebaliknya semakin buruk dukungan keluarga maka perilaku perawatan hipertensi semakin buruk. Dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga yang baik akan peduli kepada anggota keluarga yang menderita hipertensi, memperhatikan makanan yang dikonsumsi, mengajak untuk olahraga, dan mengingatkan untuk rutin dalam memeriksakan ke pelayanan fasilitas kesehatan.

Berdasarkan data Dinkes Kabupaten Bantul dalam profil kesehatan (2018), pola kunjungan rawat jalan puskesmas dari tahun ke tahun menunjukkan pola yang hampir sama. Penyakit tidak menular yang selalu masuk dalam sepuluh besar penyakit di Puskesmas selama beberapa tahun

terakhir adalah Hipertensi. Hipertensi menduduki peringkat kedua dari 10 besar penyakit yang paling banyak di temukan di Kabupaten Bantul. Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul menaungi beberapa Puskesmas salah satu diantaranya yaitu Pusekesmas sewon 2 yang memiliki kasus hipertensi sebanyak 550 kasus pada tahun 2021.

Penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan menggunakan terapi non farmakologis. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah menggunakan terapi non farmakologis bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dan terbukti dapat meningkatkan kualitas hidup pada penderita hipertensi (Anggito, A. & Setiawan dkk., 2018).

Menurut Istianti, (2021) bahwa senam hipertensi efektif untuk menurunkan tekanandarah pada penderita hipertensi dengan melakukan terapi non farmakologis. Senam hipertensi merupakan olahraga yang salah satunya bertujuan untuk meningkatkan aliran darah dan pasokan oksigen ke dalam otot-otot dan rangka yang aktif khususnya terhadap otot jantung. Peningkatan otot jantung mengakibatkan peningkatan pada tekanan darah, sebelum dilakukan senam hipertensi tekanan darah menjadi tinggi dan setelah dilakukan senam hipertensi dalam waktu 30 menit tekanan darah turun 10 mmHg.

Berdasarkan catatan dan laporan Sistem Informasi Kesehatan Puskesmas Sewon 2 pelayanannya mencakup beberapa keluhan menunjukkan hipertensi masuk 10 besar penyakit hipertensi urutan 9 tahun 2021. untuk itu perlu di lakukan senam hipertensi menurunkan tekanan darah.

B. Rumusan Masalah

Penyakit hipertensi atau penyakit tidak menular sering di temui di masyarakat yang menyebabkan tekanan darah tinggi terjadi penyebab stres, banyak pikiran, mudah lelah, letih dan lesu maka akan di lakukan latihan fisik senam hipertensi untuk menurunkan tekanan darah dan terbukti dapat meningkatkan kualitas hidup pada penderita hipertensi. Bagaimana Penerapan Senam Hipertensi Pada Keluarga Di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon 2 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diperoleh pengalaman nyata dalam melakukan Penerapan Senam Hipertensi Pada Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon 2.

2. Tujuan Khusus

- a. Menerapkan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi keperawatan keluarga dengan hipertensi.
- b. Mengetahui perbedaan respon kedua pasien terhadap senam hipertensi
- c. Mengetahui dukungan dan hambatan keluarga dalam memberikan pelayanan terhadap penyakit hipertensi
- d. Mendokumentasi asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas Sewon 2.

D. Ruang lingkup

Ruang lingkup penelitian ini meliputi keperawatan keluarga yang terkait dengan penyakit hipertensi. penelitian yang dilakukan ini adalah mengenai penerapan senam hipertensi pada keluarga hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon 2.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktik

Studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan bahan pengembangan ilmu keperawatan keluarga mengenai Penerapan senam hipertensi pada keluarga Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sewon 2.

2. Manfaat Teoritis

a. Bagi Keluarga

Penelitian ini memuat informasi yang dapat digunakan untuk menambah pengetahuan serta pola hidup sehat pada keluarga dengan hipertensi.

b. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Jurusan Keperawatan

Studi ini diharapkan dapat menjadi tambahan literatur atau referensi bagi mahasiswa jurusan keperawatan tentang keperawatan keluarga.

c. Bagi Perawat

Studi kasus ini diharapkan perawat dapat menerapkan relaksasi otot progresif jika terdapat lansia yang mengeluh nyeri sendi.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian sebelumnya yang mendukung penelitian ini :

1. Harmilah,dkk (2021) melakukan penelitian tentang “*Video latihan hipertensi untuk menurunkan tekanan darah pasien hipertensi*”. Tujuan penelitian untuk mengidentifikasi efek video latihan hipertensi dalam menurunkan tekanan darah. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu dengan desain pre-test dan post-test with control group. Teknik pengambilan sampel yaitu random sampling, jumlah sampel 30 sampel yang merupakan kelompok perlakuan dan 30 sampel sebagai kelompok kontrol. Analisis data yang digunakan adalah uji-t dan uji Wilcoxon dan Mann-Whitney. Persamaannya adalah sama-sama membahas senam hipertensi pada penyandang hipertensi dan perbedaannya yakni pada rancangan penelitian, teknik pengambilan sampel serta pedekatannya.
2. Oktaviani, dkk (2021) melakukan penelitian tentang “*Penerapan senam hipertensi terhadap tekanan darah pasien dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Kec. Metro Utara Tahun 2021*”. Rancangan yang digunakan yaitu menggunakan desain studi kasus. Subjek yang digunakan yaitu dua pasien hipertensi. Analisa data yang digunakan yaitu analisis deskriptif. Persamaannya adalah sama-sama membahas senam hipertensi pada penyandang hipertensi dan perbedaannya yakni pada rancangan penelitian dan teknik pengambilan sampel.

3. Haefa Zatul,dkk (2019) melakukan penelitian tentang “Senam hipertensi terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Bontonyeleng”. Tujuan Penelitian untuk mengetahui pengaruh senam hipertensi terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas.