

BAB I

PENDAHULUAN

A. Judul

“Penerapan intervensi *isometric handgrip* untuk menurunkan tekanan darah pada Ny.N dengan Hipertensi di Ruang Alamanda I RSUD Sleman”

B. Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah atau pembuluh darah meningkat secara terus-menerus (Kumar, Frcpath, K. Abbas, & Aster, 2019). Menurut *American Heart Association (AHA)* seseorang dapat didiagnosa hipertensi apabila tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (AHA, 2020). Hipertensi sering dikenal dengan istilah “*the silent killer*” karena menjadi penyakit yang muncul tanpa adanya keluhan. Bila hipertensi tidak ditangani dapat menyebabkan komplikasi yang berujung pada kematian (Murwani, Sari, & Julia K, 2023).

Menurut *World Health Organization (WHO)* hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia (WHO, 2021). Kematian akibat hipertensi dan komplikasinya di seluruh dunia diperkirakan mencapai 9,4 juta setiap tahun (WHO, 2015). Data dari riset kesehatan dasar (riskesdas) pada tahun 2018, menunjukkan bahwa sekitar 427.218 kasus kematian karena hipertensi di Indonesia (Kemenkes, 2019).

WHO memperkirakan pada tahun 2021 ada sekitar 1,28 miliar orang dewasa yang berusia 30-79 tahun menderita hipertensi (WHO, 2021). Kasus hipertensi di dunia akan terus meningkat setiap tahunnya, pada tahun 2025 diperkirakan 1,5 milliar orang menderita hipertensi (WHO, 2015). Berdasarkan data riskesdas, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11% (Kemenkes, 2018b).

Prevalensi hipertensi di Yogyakarta pada tahun 2018 sebesar 33,7%, (Kemenkes, 2018b). Hipertensi selalu masuk dalam 10 besar penyakit sekaligus 10 besar penyebab kematian di Yogyakarta selama beberapa tahun terakhir (Dinkes Yogyakarta, 2021). Pada tahun 2020, hipertensi menduduki

peringkat pertama sebagai penyakit terbanyak di Yogyakarta yaitu sebanyak 184.783 kasus. Pada tahun yang sama hipertensi menduduki peringkat pertama sebagai penyakit dengan kasus baru paling banyak di Yogyakarta yaitu sebanyak 6.171 kasus (Dinkes Yogyakarta, 2020). Pada tahun 2021 tercatat hipertensi sebanyak 251.100 kasus (Dinkes Yogyakarta, 2021).

Berdasarkan data dari Dinkes Sleman, kejadian hipertensi pada tahun 2020 sebanyak 138,702 kasus, meningkat dari tahun sebelumnya yaitu 82.592 kasus. Hipertensi masuk dalam 10 besar pola penyebaran penyakit paling banyak di kabupaten Sleman (Dinkes Sleman, 2020). Berdasarkan data dari RSUD Sleman, kasus hipertensi di RSUD Sleman pada bulan April-Juni 2023 sebanyak 560 kasus. Di bangsal Alamanda 1 RSUD Sleman, kasus hipertensi pada bulan April-Juni 2023 sebanyak 11 kasus.

Hipertensi yang tidak terkontrol dalam waktu yang lama dapat merusak pembuluh darah dan memicu berbagai komplikasi. Hipertensi dapat menyebabkan komplikasi berupa stroke, gagal jantung, serangan jantung, penyakit atau gagal ginjal, kehilangan penglihatan dan disfungsi seksual (AHA, 2022).

Penatalaksanaan hipertensi yang tepat dengan menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi (Zainuddin & Labdullah, 2020). Terapi farmakologi dilakukan dengan pemberian obat antihipertensi. Beberapa jenis antihipertensi yang sering diberikan yaitu diuretik, ACE inhibitor, angiotensin reseptor bloker, canal calcium bloker, dan beta bloker (Nilansari, Yasin, & Puspendari, 2020). Rekomendasi dari WHO, (2021) untuk memodifikasi gaya hidup sebagai terapi non farmakologi yang salah satunya dengan rutin melakukan aktivitas fisik. Berdasarkan pedoman manajemen hipertensi terbaru dari AHA (2013), mengklasifikasikan *isometric handgrip exercise* sebagai aktivitas fisik atau latihan potensial untuk menurunkan tekanan darah pasien hipertensi (Brook et al., 2013).

Isometric handgrip exercise (IHG) atau dalam bahasa Indonesia disebut latihan mengenggam alat *handgrip* merupakan suatu gerakan statis yang terjadi ketika otot berkontraksi tanpa ada perubahan nyata pada panjang

otot atau gerakan sendi (Siregar & Ratnawati, 2021). IHG menghasilkan kontraksi otot yang memicu timbulnya mekanisme *shear stress* atau tegangan geser. *Shear stress* akan mengaktivasi *nitrit oksida* yang dapat melebarkan pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lancar dan terjadi penurunan tekanan darah (Ratnawati & Choirillaily, 2020; Siregar & Ratnawati, 2021).

Menurut penelitian Ratnawati & Choirillaily (2020) yang dilakukan di Indonesia, intervensi IHG terbukti dapat menurunkan tekanan darah sistolik (p-value 0,000) dan menurunkan tekanan darah diastolik (p-value 0,001). Begitupun dengan penelitian Yanti & Rizkia (2022) yang juga dilakukan di Indonesia, menunjukkan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi IHG dimana nilai mean 4,034 dengan std. deviation 1,267 dengan tingkat kepercayaan 95% yang nilai α 0,05 dari nilai signifikan 2 tailed 0,000 atau $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh pemberian terapi IHG terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi. Hasil yang sama juga juga di temukan dalam penelitian Nemoto et al., (2021) yang dilakukan di Jepang, pada penderita hipertensi yang menjalani perawatan di rumah. IHG yang dilakukan rutin 3 kali dalam seminggu selama 8 minggu berturut-turut menunjukkan penurunan yang signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik yang di ukur pada pagi (137,9±9,3 vs. 135,3±9,5 mmHg, p=0,007 dan 83,0±9,5 vs. 81,2±9,3 mmHg, p<0,001, masing-masing) dan sore (130.0±10.7 vs. 127.6±10.1 mmHg, p=0.003 and 75.8±10.4 vs. 73.8±9.2 mmHg, p<0.001, masing-masing). Berdasarkan penelitian Palmeira et al., (2021) yang dilakukan di unit perawatan primer di Brazil, hasilnya menunjukkan setelah 12 minggu intervensi IHG, terjadi penurunan tekanan darah sistolik sekitar 8 mmHg. Hal ini dapat menurunkan setidaknya 7% komplikasi hipertensi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan kematian.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti ingin memaparkan bagaimana gambaran analisis pelaksanaan asuhan keperawatan dengan penerapan intervensi *isometric handgrip* untuk menurunkan tekanan darah pada Ny.N dengan Hipertensi di Ruang Alamanda I RSUD Sleman

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini bertujuan menganalisa penerapan intervensi *isometric handgrip* untuk menurunkan tekanan darah pada Ny.N dengan Hipertensi di Ruang Alamanda I RSUD Sleman.

2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan hasil pengkajian pada pasien hipertensi.
- b. Memaparkan hasil diagnosa keperawatan pada pasien hipertensi.
- c. Memaparkan hasil perencanaan tindakan keperawatan pada pasien hipertensi.
- d. Memaparkan hasil implementasi keperawatan pasien hipertensi.
- e. Memaparkan hasil evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Menjadi referensi untuk pengembangan ilmu keperawatan khususnya keperawatan medikal bedah, terutama yang berkaitan dengan penerapan intervensi *isometric handgrip* untuk menurunkan tekanan darah.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi institusi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Menambah referensi ilmiah terkait Penerapan intervensi *isometric handgrip* untuk menurunkan tekanan darah pada Ny.N dengan Hipertensi di Ruang Alamanda I RSUD Sleman.
- b. Bagi institusi RSUD Sleman dan Perawat
Menjadi referensi dalam memberikan asuhan keperawatan berbasis *evidence based nursing (EBN)* pada pasien dengan hipertensi
- c. Bagi Klien dan Keluarga
Menambah pengetahuan pasien dan keluarga mengenai hipertensi dan manajemen hipertensi dengan teknik non-farmakologi.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan teknik *observasi-partisipatif* yang merupakan metode pengambilan data melalui pengamatan dan penginderaan dimana peneliti atau observer berada pada keseharian informan yang diteliti (Sugiyono, 2017). Artinya penulis melakukan pengamatan dan turut serta dalam melakukan tindakan pelayanan keperawatan pada pasien.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA