

BAB I

PENDAHULUAN

A. Judul

Pengaruh Intervensi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Tn. S dengan Hipertensi Di Ruang Dahlia RSUD Kota Yogyakarta

B. Latar Belakang

Hipertensi (tekanan darah tinggi) merupakan suatu keadaan yang mana tekanan darah sistolik berada di angka ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik berada di angka ≥ 90 mmHg pada saat dua kali pengukuran dengan selang waktu kurang lebih 5 menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang. Hipertensi juga sering disebut *The Silent Killer* disebabkan penyakit hipertensi sering muncul pada penderita tanpa adanya keluhan (Kemenkes, 2020).

Menurut data WHO (2019), prevalensi hipertensi diseluruh dunia mencapai angka 26,4% yang berarti sekitar 972 juta penduduk dunia, dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mengalami peningkatan hingga 29%. Prevalensi hipertensi di wilayah DIY menurut Riskesdas 2018 ialah 11.01% atau lebih tinggi apabila dibandingkan dengan angka nasional sebanyak 8.8%. Prevalensi ini menempatkan wilayah DIY pada urutan ke-4 sebagai salah satu provinsi di Indonesia dengan kasus hipertensi yang paling tinggi. Hipertensi selalu masuk ke dalam 10 besar penyakit sekaligus 10 besar penyebab kematian di provinsi DIY selama beberapa tahun terakhir ini. Pada tahun 2021 berdasarkan dari Laporan Surveilans Terpadu Penyakit Rumah Sakit di DIY tercatat kasus baru hipertensi 8.446 rawat inap dan 45.115 rawar jalan. Jumlah perkiraan keseluruhan penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun sebanyak 251.100 kasus, dari jumlah tersebut sudah mendapat pelayanan kesehatan (DINKES, 2021).

Hipertensi merupakan penyakit atau masalah kesehatan yang cukup serius di dunia dan menjadi ancaman kematin yang cukup serius. Persebaran

kasus hipertensi terus bertambah di setiap harinya. Penyakit hipertensi adalah penyakit yang berkaitan dengan penyakit penyerta lainnya diantaranya jantung, stroke, renipati, dan gagal ginjal (Nuranti, Anggraini, & Putri, 2020). Banyak aspek penting yang mempengaruhi kesehatan masyarakat baik sebelum mengalami maupun setelah mengidap penyakit hipertensi seperti, informasi pengetahuan tentang penyakit hipertensi, aktivitas fisik, tingkat stres maupun emosi serta riwayat dari keluarga (Sitepu & Hutapea, 2022). Stress lebih banyak dirasakan oleh penderita hipertensi dengan prosentase uji korelasi koefisien didapatkan nilai $p < 0.001$ yang berarti terdapat korelasi dari 2 variabel yang diuji $r = 0.473$. Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa stres berpengaruh terhadap terjadinya hipertensi (Sari, Amvina, & Lubis, 2023). Faktor lain yang berkaitan erat dengan penyakit hipertensi ialah usia, pada usia ≥ 40 tahun memiliki peluang 4,787 kali lebih besar menderita hipertensi dibandingkan dengan penduduk usia < 40 tahun (Sulistiani & Surury, 2022 Vol 15 No 2).

Melakukan relaksasi juga dapat membantu terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi yang mengalami stres, salah satu relaksasi yang dapat diterapkan yaitu relaksasi *nostril breathing exercise*. Relaksasi ini adalah teknik relaksasi pernapasan lubang hidung secara bergantian menghirup udara dan menghembuskan udara dari lubang hidung ke lubang hidung lainnya (Gegg, 2020). Hal ini juga sudah dilakukan penelitian oleh Permata *et al.* (2021) bahwa terdapat penurunan tekanan sistolik dan diastolik sebelum dan setelah dilakukan penerapan intervensi *nostril alternate breathing exercise* selama 4 hari dengan frekuensi 2x sehari yaitu dipagi dan sore hari terhadap penderita hipertensi yang berjumlah 36 responden. Hal ini sejalan dengan penelitian Ramadhan & Prajayanti (2023) menunjukkan bahwa hasil analisa bivariat sebelum dan sesudah intervensi pada tekanan sistolik dan diastolik diperoleh nilai $p \text{ value } 0.000 < 0,050$ itu membuktikan terdapat pengaruh pemberian intervensi menggunakan teknik *alternate nostril breathing* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Kedungwaduk, Kabupaten Sragen. Menurut peneliti lain *alternate*

nostril breathing ini juga memiliki dampak positif terhadap pasien dengan gagal jantung, latihan ini terbukti menstabilkan hemodinamik (Novitasari, Sabri, & Hurian, 2023). Berdasarkan manfaat *nostril alternate breathing exercise* diatas, maka penulis ingin melihat efektivitas *nostril alternate breathing exercise* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Kota Yogyakarta.

C. Tujuan

1. Melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan masalah hipertensi
2. Untuk mengetahui pengaruh intervensi *alternate nostril breathing exercise* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi

D. Manfaat

1. Mahasiswa
KIAN ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan dan menjadi informasi bagi mahasiswa dalam penerapan intervensi *alternate nostril breathing exercise* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi
2. Penderita hipertensi
KIAN ini diharapkan dapat menambah informasi dan pengetahuan bagi penderita hipertensi dalam penerapan intervensi *alternate nostril breathing exercise* yang dilakukan secara mandiri

E. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data Karya Ilmiah Akhir Ners ini dengan melakukan 3 tahapan, yaitu:

1. Observasi yaitu penulis melakukan pengamatan kepada pasien dan kasus yang dikelola secara sistematis. Penulis berperan serta dalam melakukan tindakan keperawatan kepada pasien.
2. Interview yaitu penulis melakukan wawancara atau pengkajian kepada pasien untuk mendapatkan data yang akurat dari pasien untuk dapat diolah menjadi asuhan keperawatan.

3. Studi literature atau dokumentasi yaitu penulis melakukan pencarian referensi dari berbagai sumber untuk mendukung temuan kasus serta membandingkan teori dengan tindakan keperawatanyang relevan.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA