

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena dianggap sebagai salah satu penyakit yang sering tanpa keluhan namun menjadi faktor resiko sebagai besar kasus kematian dini terkait penyakit jantung dan stroke di dunia (*World Health Organization*, 2021). Tekanan darah tinggi merupakan keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah sistolik yang melebihi angka 140 mmHg dan peningkatan tekanan darah diastolik melebihi angka 90 mmHg pada dua kali pengukuran tekanan darah dengan selang waktu istirahat selama lima menit (Kemenkes RI, 2018).

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang di tunjukkan oleh angka sistolik dan angka diastole pada pemeriksaan tensi tekanan darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa cuff air raksa ataupun digital lainnya (Islani, 2021). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Komplikasi hipertensi apabila tidak ditangani akan mempengaruhi sistem kardiovaskular, saraf, dan ginjal (Susanti et al., 2022).

*World Health Organization* (WHO) mengestimasi saat ini pravelensi hipertensi secara global 22% dari total penduduk dunia. Menurut data (WHO) di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639

sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Marlena, 2023)

Berdasarkan Hasil riset Kesehatan dasar (Riskesdas, 2018) kasus penyakit hipertensi adalah salah satu penyakit tertinggi di Indonesia yang mencapai 34,1% kemudian terjadi peningkatan sebesar 8,3% dari tahun 2013 hingga tahun 2018 dengan prevalensi kejadian hipertensi pada usia 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%), 65-74 tahun (63,2%). Penyakit terbanyak posisi pertama dengan persentase umur 55-64 tahun, 55%, umur 65-74 tahun 63,2%, umur di atas 75 tahun semakin meningkat 69,5% dan sebagian besar kasus hipertensi masih banyak belum terdeteksi di masyarakat (Kemenkes RI, 2018).

Pada tahun 2018 Provinsi yang tertinggi mengalami gangguan hipertensi ini yaitu Kalimantan Selatan dengan angka 44,1 % yang berada di posisi pertama, kemudian diikuti Sulawesi Barat dengan persentase 34,1 %, dan pada Provinsi Sumatera Barat berada urutan ke 22 dengan prevalensi hipertensi yang mencapai angka 22,97 %. Prevalensi hipertensi di Provinsi Sumatera Barat mencapai 22,97 %. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2020 hipertensi merupakan salah satu penyakit terbanyak yang diderita oleh masyarakat dengan jumlah penderita 156.870 orang. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2020, dalam Suci & Mailita, (2023), jumlah penderita hipertensi mencapai 15.703 orang penderita atau 9,2% dari total keseluruhan penderita hipertensi di wilayah Kota Padang.

Komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4 kematian di seluruh dunia

setiap tahunnya. Hipertensi menyebabkan setidaknya 45% kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian karena penyakit stroke. Kematian yang disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler, terutama penyakit jantung koroner dan stroke diperkirakan akan terus meningkat mencapai 23,3 juta kematian pada tahun 2030 (Infodatin Kemenkes RI, 2016). Hipertensi juga menyebabkan 1,5 juta kematian per tahun di wilayah Asia Tenggara. Bahkan diperkirakan jumlah penderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 miliar atau 29,2% menjelang tahun 2025.

Faktor yang dapat meningkatkan kasus hipertensi diantaranya adalah faktor yang tidak dikontrol seperti bertambahnya umur, stress psikologi, hereditas (keturunan), dan juga dapat disebabkan karena penyakit lain seperti ginjal yang berfungsi dan pemakaian kontrasepsi oral sehingga menyebabkan terganggunya keseimbangan hormone. Adapun faktor yang dapat terkontrol dan garam yang berlebihan (Setyani et al., 2019).

Penatalaksanaan penyakit hipertensi dikelompokkan menjadi dua yaitu farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan secara farmakologis biasanya menggunakan obat-obatan atau senyawa yang dalam proses kerjanya dapat membantu menurunkan serta menstabilkan tekanan darah. Terapi farmakologis mempunyai efek samping yang dapat memburuk keadaan penyakit atau efek fatal lainnya. Hal ini dikarenakan respon terhadap suatu jenis obat pada setiap orang berbeda (Setyani et al., 2019).

Penatalaksanaan non farmakologis sering menjadi alternatif yang dapat

mengontrol tekanan darah. Penatalaksanaan non farmakologis hipertensi dapat dijadikan sebagai pendamping atau pendukung terapo farmakologis. Terapi non farmakologis salah satunya menggunakan terapi relaksasi seperti *Gided Imagery* (Setyani et al., 20219).

*Guided imagery* adalah suatu relaksasi menggunakan imajinasi seseorang dalam suatu cara yang dirancang secara khusus untuk mencapai efek positif yang menyebabkan tubuh menjadi rileks dan nyaman (Susanti et al., 2022) *Guided imagery* akan menghasilkan hormon endrofin. Endrofin adalah neurohormon yang berhubungan dengan sensasi yang menyenangkan. Hormon endrofin ini cenderung memberi efek rileks, yang membantu meredakan ketegangan saraf akibat mengalami tekanan yang berlebihan dan kuat (Susanti et al., 2022) *Guided Imagery* atau imajinasi terbimbing juga merupakan teknik relaksasi imajinasi yang berbeda dengan teknik yang lainnya teknik ini menggunakan kekuatan pikiran klien untuk membayangkan suatu hal positif dengan mengarahkan tubuh untuk menyembuhkan diri, memelihara kesehatan melalui komunikasi dalam bertujuan untuk pengendalian dan relaksasi. Dari respon relaksasi tersebut dapat bekerja lebih dominan pada sistem saraf parasimpatik, fungsi saraf parasismtik adalah membantu mengontrol denyut jantung untuk membantu tubuh menjadi releks. Saat tubuh merespon, maka dapat mempertambah detak jantung sehingga denyutnya dalam memompa darah ke seluruh tubuh akan menjadi lebih efektif dan akan mengakibatkan tekanan darah juga menurun (Lansia & Hipertensi, 2021).

Penelitian yang dilakukan Susanti et al., (2022) tentang Penerapan *Guided*

*Imagery* Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Ruang Penyakit Jantung RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2021, di peroleh hasil bahwa relaksasi *guided imagery* dapat menurunkan tekanan darah pada responden dengan hipertensi. Penelitian juga dilakukan oleh Setyani et al., (2019) tentang Pengaruh Terapi Relaksasi *Guided Imagery* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi, diperoleh hasil bahwa ada pengaruh terapi relaksasi *guided imagery* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Dusun Krajan Desa Leban Boja kendal.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri Larasati, (2022). Tentang Asuhan Keperawatan Komunitas Pada Lansia Dengan Metode *Guided Imagery* (Imajinasi Terbimbing) Dalam Upaya Penurunan Tekanan Darah Di RT 03 & 04 RW 05 Kelurahan Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2022, di peroleh hasil bahwa adanya peningkatan pengetahuan lansia setelah pemberian pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan terapi *guide imagery* terhadap penurunan tekanan darah.

Berdasarkan pengamatan yang didapatkan peneliti khusus selama melakukan praktek lapangan, khususnya masyarakat RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang yang memilki masalah kesehatan dengan hipertensi belum mengetahui penanganan hipertensi secara nonfarmakologis. Sebagian besar masyarakat di RT 03 Rw 05 yang memiliki masalah kesehatan hipertensi masih belum menerapkan pola hidup sehat.

Berdasarkan data survei pengkajian yang dilakukan oleh penulis pada praktek profesi keperawatan komunitas di RT 03 Rw 05 Kelurahan Kalumbuk

wilayah kerja Puskesmas Kuranji Padang pada tanggal 19-24 maret 2024 ditemukan 89 kk dan didapatkan data 39 orang yang memiliki masalah kesehatan dengan hipertensi, dan yang menderita hipertensi adalah mayoritas lansia, lansia di RT 03 ini menderita hipertensi sedang-berat dengan rata-rata tekanan darah sistolik 150-170 mmHg dan tekanan darah 80-110 mmHg.

Dari hasil wawancara kepada lansia dengan hipertensi didapatkan bahwa lansia kurang dalam mengkonsumsi buah dan sayuran, sering memakan makanan seperti yang mengandung minyak, makanan berlemak, dan memakan makanan yang banyak mengandung garam yang berlebihan. Hampir seluruh lansia di RT 03 mengatakan belum memahami diet hipertensi, jarang melakukan olahraga, dan jarang melakukan pengecekan tekanan darah secara rutin ke fasilitas kesehatan. Sebagian besar lansia di RT 03 mengatakan jika tekanan darah tinggi lansia hanya meminum obat yang dibeli di warung dan itu tidak rutin meminumnya dikarenakan sibuk bekerja dan melakukan aktivitas lainnya. Mayoritas lansia di RT 03 beranggapan bahwa penyakit hipertensi merupakan faktor keturunan. Dan saat ditanyakan tentang terapi *Guided Imagery* sebagai upaya untuk menurunkan tekanan darah, lansia mengatakan belum pernah mendengar terapi *Guided Imagery* dalam menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan pengkajian data awal yang dilakukan pada tanggal 22 Juli 2024 pada salah satu lansia di RT 03 RW 05 Kuranji yaitu pada Ny.N yang mengalami tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol. Ny.N mengatakan tidak mengetahui terapi nonfarmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan fenomena diatas maka penulis tertarik melakukan uji coba intervensi pemberian terapi *Guided Imagery* pada pasien yang mengalami hipertensi. Metode dalam studi kasus ini bertujuan untuk mengeksplorasi asuhan keperawatan pada pasien dengan intervensi terapi *Guided Imagery* pada kasus Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Kota Padang Tahun 2024.

## **B. Tujuan**

### 1. Tujuan umum

Mampu mengaplikasikan asuhan keperawatan gerontik terhadap pemeliharaan kesehatan Pada Lansia Dengan Metode *Guided Imagery* Terhadap Penurunan Hipertensi Di Rt 03 Rw 05 di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Kota Padang.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan gerontik pada Ny. N dengan metode *Guided Imagery* dalam upaya penurunan tekanan darah di RT 03 RW 05 di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Kota Padang.
- b. Mampu menegakkan diagnosa keperawatan gerontik pada Ny.N dengan metode *Guided Imagery* dalam upaya penurunan tekanan darah di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Kota Padang.
- c. Mampu membuat intervensi keperawatan gerontik pada Ny. N dengan metode *Guided Imagery* dalam upaya penurunan tekanan darah di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Kota Padang.
- d. Mampu melaksanakan Implementasi keperawatn gerontik pada Ny. N dengan Metode *Guided Imagery* dalam upaya penurunan tekanan di

Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji kota Padang.

- e. Mampu melaksanakan evaluasi asuhan keperawatan gerontik pada Ny. N dengan metode *Guided Imagery* dalam upaya penurunan tekanan darah di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Kota Padang.
- f. Mampu melaksanakan dokumentasi keperawatan gerontik pada Ny. N dengan metode *Guided Imagery* dalam upaya penurunan tekanan darah di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Kota Padang.

### **C. Manfaat**

#### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Laporan karya ilmiah akhir Ners ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi fakultas informasi bagi program studi keperawatan untuk pengembangan ilmu pengetahuan dibidang pendidikan kesehatan. Selain itu diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dipergustakaan sehingga berguna untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai asuhan keperawatan pada masala hipertensi.

#### **2. Bagi Pasien**

Lansia dengan hipertensi diharapkan bisa mendapatkan penanganan yang tepat, sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya komplikasi dan mempercepat proses penyembuhan penyakit.

#### **3. Bagi Penulis Selanjutnya.**

Laporan karya ilmiah ners ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan acuan dan referensi bagi peneliti dan penulis selanjutnya yang akan melakukan penelitian lebih lanjut terkait masalah hipertensi dengan metode



*guided imagery* dalam upaya penurunan tekanan darah.



## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Konsep Lansia**