BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Implementasi keperawatan adalah proses membantu pasien untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Implementasi keperawatan pasien dengan gangguan rasa nyaman banyak ditemukan dalam beberapa penyakit salah satunya penyakit hipertensi. Dalam tahap implentasi dimulai setelah rencana tindakan disusun. Perawat akan mengimplementasikan tindakan yang telah diindentifikasi dalam rencana asuhan keperawatan. Dimana tujuan implementasi keperawatan adalah meningkatkan kesehatan pasien, mencegah penyakit, pemulihan dan memfasilitasi koping pasien dengan gangguan rasa nyaman (Serry, 2010).

Kebutuhan rasa nyaman merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang tidak bisa dilepas pisakan dari diri seseorang. Kenyamanan secara aktif mempengaruhi fisik dan akan melakukan berbagai cara yang tercermin dari perilaku mencari perawatan atau pelayanan kesehatan untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman. Jika pada kenyamanan salah satu aspek tidak terpenuhi misalnya (kenyamanan fisik) maka akan berdampak timbulnya keadaan yang tidak sehat pada aspek lainnya, karena pada hekikatnya manusia merupakan satu kesatuan yang utuh yang terdiri dari aspek fisiologis, psikologis, sosial, spiritual, dan kultural. Ketidaknyaman dapat disebabkan oleh berbagai macam penyakit salah satunya hipertensi (Kalcoba, 2006).

Hipertensi yang merupakan peningkatan tekanan darah arteri, terdiri dari dua angka utama dalam pemeriksaan: yaitu nilai sistolik, angka lebih tinggi saat jantung berkontraksi, dan nilai diastolik, angka lebih rendah saat jantung berelaksasi. Kondisi ini sering disebut sebagai pembunuh diam-diam karena dapat berlangsung selama bertahun-tahun tanpa adanya gejala yang nyata (Hartanti, 2018).

Beberapa gejala yang sering muncul meliputi sakit kepala, leher tegang, pusing, rasa tidak nyaman, serta merasa lelah. Selain itu, berdasarkan sistem organ pada pembuluh darah yang mengalami vaskularisasi, gejala seperti perdarahan retina dan edema pupil dapat mengindikasikan adanya cedera pada pembuluh darah (Hartanti, 2018). Kolcoba menggunakan 3 tipe konsep intervensi untuk mengetahui seberat apa hipertensi yang dialami pasien yaitu : *relief* (keluahan ketidaknyamanan), *ease* (meredakan), dan *transcendence* (perasaan terhadap keluhan yang diarasakan) pada 3 tipe ini dapat diajdikan sebagai konsep tolak untuk mengatasi hipertensi (Kolcoba, 2006).

Word Health Organization (WHO) memperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi pada tahun 2025, jumlah kasus diperkirakan akan meningkat menjadi 1,15 milliar di tahun 2025. Menurut American Heart Association (AHA), penduduk Amreika yang berusia lebih dari 20 tahun menderita hipertensi telah mencapai hingga 74,5 juta jiwa.

Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun dan 1,5 juta kematian terjadi di asia tenggara dengan populasi penderita 1 : 3 di antaranya berasal dari negara berpenghasilan menengah ke bawah. (Newlan, 2019). Data yang peneliti dapatkan dari Rumah Sakit Karel Saidsuitubun Langgur Maluku Tenggara, penderita hipertensi di tahun 2023 sebanyak 88 orang, tahun 2024 sebanyak 18 orang dan tahun 2025 38 orang. Dari hasil wawancara peneliti dengan salah seorang petugas kesehatan di RSUD Karel Sadsuitubun bahwa tekhnik relaksasi perna dilakukan namun tidak diterapkan oleh pasien sendri atau di ingatkan oleh keluarga pasien, mereka hanya bergantung pada obat yang diberikan.

Penanganan hipertensi terbagi menjadi dua jenis, yaitu terapi farmakologis dan non-farmakologis. Terapi non-farmakologis tidak melibatkan penggunaan obat-obatan dan dapat dilakukan secara mandiri maupun dengan bantuan keluarga, teman, atau tenaga medis (Murwidi, Imam Cahyo, Muhlis, Rasdiyanah, 2021).

Pengobatan hipertensi tanpa obat terbukti mampu menurunkan tekanan darah yang meningkat pada pasien. Salah satu metode non-farmakologis yang efektif adalah terapi relaksasi pernapasan dalam. Teknik ini membantu mengurangi rasa tidak nyaman pada penderita hipertensi. Relaksasi pernapasan dalam dilakukan dengan menutup mata, menarik napas perlahan-lahan secara teratur, dan memastikan udara masuk ke bagian perut secara nyaman. Terapi ini memberikan efek relaksasi yang meningkatkan fokus dan mengurangi gangguan (Haryani & Misniarti, 2020).

Berdasarkan penelitian Widia dan Alfikrie (2022) di Puskesmas Bendosari, Kabupaten Sukoharjo, yang menunjukkan penurunan tekanan darah yang signifikan pada 30 pasien hipertensi,teknik relaksasi napas dalam sangat berkaitan dengan nyeri yang di alami pasien hipertensi dan tanda dan gejala seperti nyeri kepala, nyeri dada, pusing, mudah lelah, tengkuk terasa pegal dan kaku.

Teknik relaksasi napas dalam dapat mengurangi ketegangan menurunkan aktivitas saraf simpatis, mengurangi ketegangan otot, dan meredakan nyeri,meningkatkan oksigenasi meningkatkan ventilasi paru dan oksigenasi darah, yang membantu mengurangi pusing dan rasa kaku di tengkuk,efek tenang memberikan relaksasi yang menurunkan kecemasan dan stres, yang menjadi pemicu peningkatan tekanan darah.

Dari uraian penjelasan di atas, maka peneliti sangat tertarik dan akan menerapakan tekhnik relaksasi napas dalam untuk mengatasi gangguan rasa nyaman pada pasien hipertensi dan menjelaskan bukan hanya pemberian obat yang dapat menurunkan rasa tidak nyaman pada hipertensi tetapi terapi relaksasi juga merupakan bagian unsur tanpa obat yang bisa dilakukan untuk merilekskan dan menurunkan tekanan darah.

A. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka rumusan masalah yang dapat diambil adalah sebagai berikut: “Bagaimana implementasi penerapan tekhnik relaksasi napas dalam untuk mengatasi gangguan rasa nyaman pada pasien hipertensi di RSUD Karel Sadsuitubun Langgur?”

B. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi bagaimana penerapan teknik relaksasi napas dalam untuk mengatasi gangguan rasa nyaman pada pasien hipertensi

2. Tujuan Khusus

a. melakukan pengkajian kondisi pasien hipertensi secara fraktur sesuai fokus studi.

b. merumuskan diagnosis keperawatan berdasarkan hasil pengkajian studi kasus pada pasien hipertensi

c. menyusun rencana keperawatan terhadap masalah keperawatan yang di alami oleh pasien hipertensi.

d. melaksananakn tindakan keperawatan pada pasien hipertensi sasuai dengan intervensi yang telah di susun sebelumnya.

e. Melakukan evaluasi dan pedokumentasi terhadap semua tindakan yang di lakukan kepada pasien hipertensi.

C. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Akademik

a. Meningkatkan kemampuan analisis dan penelitian mahasiswa dalam bidang keperawatan.

b. Mengembangkan pengetahuan dan pemahaman tentang konsep keperawatan pada pasien hipertensi.

c. Meningkatkan kualitias penelitian dan publikasi ilmiah dibidang keperawatan

2. Bagi Ipteks
    a. Meningkatkan penegtahuan dan pemahaman tentang manajemen hipertensi dan gangguan rasa nyaman
    b. Mengembangkan inovasi dan strategi baru dalam meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi
    c. Meningkatkan kontribusi keperawatan dalam pengembangan ipteks
3. Bagi Profesi Keperawatan
    a. Meningkatkan kemampuan dan kompetensi perawat dalam mengelola pasien hipertensi
    b. Mengembangkan pedoman dan protokol keperawatan yang efektif untuk pasien hipertensi
    c. Meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan dan meningkatkan keselamatan pasien