

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan salah satu tantangan kesehatan utama yang sering dihadapi masyarakat karena tingginya angka kematian dan kesakitan yang ditimbulkan. Berbeda dengan penyakit menular, PTM tidak dapat menyebar dari satu orang ke orang lain. Penyakit ini berkembang secara bertahap dan memerlukan waktu yang cukup lama hingga gejalanya muncul secara serius. Setiap tahunnya, PTM menjadi penyebab utama kematian di banyak negara dan menyerang individu dari berbagai kelompok usia, tanpa memandang latar belakang geografis atau ekonomi. Kondisi ini membuat PTM menjadi masalah kesehatan global yang perlu penanganan serius (Sudayasa, et al, 2020). Beberapa contoh umum penyakit tidak menular meliputi serangan jantung, stroke, hipertensi, diabetes, gagal ginjal, serta berbagai penyakit lainnya. Selain itu, penyakit tidak menular yang sering dijumpai di lingkungan kita termasuk Alzheimer, artritis, epilepsi, hemofilia, dan sejumlah kondisi lainnya. (Yarmaliza & Zakiyuddin, 2019).

Tekanan darah tinggi, atau yang dikenal sebagai hipertensi, adalah salah satu kondisi kardiovaskular yang paling sering dialami banyak orang. Penyakit ini tidak boleh dianggap remeh, sebab dapat memicu risiko serius terhadap kesehatan. Hipertensi tidak hanya berbahaya bagi sistem peredaran darah, tetapi juga berpotensi meningkatkan peluang munculnya penyakit kronis lainnya, seperti diabetes mellitus, stroke, gagal ginjal, dan berbagai masalah jantung. Apabila tidak ditangani dengan baik, hipertensi bisa memperburuk kondisi kesehatan secara menyeluruh dan berdampak negatif pada kualitas hidup jangka panjang. (Maulia & Hengky, 2021). Hipertensi sering dijuluki sebagai "the silent killer" atau pembunuh tersembunyi karena banyak penderita tidak menunjukkan gejala apapun (asimptomatik), membuat mereka tidak sadar akan kondisi serius ini. Hal ini membuat hipertensi menjadi penyakit yang berbahaya, karena dapat menyebabkan komplikasi fatal tanpa tanda-tanda yang jelas. Menurut berbagai penelitian, sekitar setengah dari orang yang menderita hipertensi tidak mengetahui bahwa mereka memiliki penyakit ini, sehingga risiko kematian mendadak atau komplikasi lainnya menjadi lebih tinggi

tanpa adanya pengobatan yang tepat. (Supriadi, 2020).

Tekanan darah tinggi, atau hipertensi, terjadi ketika tekanan darah seseorang melebihi ambang batas yang dianggap normal. Batas tekanan darah yang sehat biasanya berada di sekitar 140 mmHg untuk sistolik dan 90 mmHg untuk diastolik. Tekanan sistolik menunjukkan seberapa kuat darah dipompa keluar dari jantung ke seluruh tubuh, sedangkan tekanan diastolik mengukur tekanan ketika jantung beristirahat dan menerima darah. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2019), pemeriksaan tekanan darah bisa dilakukan menggunakan alat sphygmomanometer yang biasanya dilengkapi dengan stetoskop, atau melalui alat digital yang telah disesuaikan dengan standar dari *British Society of Hypertension*.

Menurut perkiraan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi. Yang mengkhawatirkan, sekitar 46% dari mereka tidak mengetahui bahwa mereka menderita kondisi ini. Dari mereka yang menyadari, 42% telah menerima diagnosis dan sedang menjalani pengobatan, tetapi hanya 21% yang berhasil menjaga tekanan darah mereka dalam batas normal. Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini secara global, karena dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti stroke dan penyakit jantung. Melihat dampak besar hipertensi terhadap kesehatan masyarakat, WHO menargetkan pengurangan prevalensi hipertensi sebesar 33% dari tahun 2010 hingga 2030 sebagai bagian dari upaya global untuk mengatasi penyakit tidak menular. Dengan penanganan yang lebih baik, peningkatan kesadaran, dan akses yang lebih luas terhadap perawatan, target ini diharapkan dapat tercapai guna menurunkan angka kematian akibat hipertensi dan penyakit terkait lainnya. (WHO, 2023).

Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sekitar 22% dari populasi dunia menghadapi hipertensi. Di wilayah Asia Tenggara, angka ini lebih tinggi, mencapai 25%, menjadikannya salah satu daerah dengan prevalensi hipertensi tertinggi setelah kawasan Amerika, Afrika, Eropa, Mediterania Timur, dan Pasifik Barat (Kemenkes RI, 2019). Sementara itu, di Indonesia, prevalensi hipertensi pada

orang dewasa yang telah didiagnosis oleh dokter menunjukkan variasi berdasarkan jenis kelamin. Untuk pria, prevalensinya adalah 31,3%, sedangkan pada wanita, angka ini meningkat menjadi 36,9%. Data ini menunjukkan perbedaan signifikan dalam prevalensi hipertensi di antara kedua jenis kelamin, dan menyoroti pentingnya penanganan yang tepat untuk mengatasi masalah kesehatan ini di berbagai kelompok populasi.

Melihat dari perspektif kelompok usia, prevalensi hipertensi bervariasi dengan peningkatan seiring bertambahnya usia. Pada kelompok usia 35-44 tahun, sekitar 31,6% mengalami hipertensi, sedangkan pada kelompok usia 45-54 tahun angkanya meningkat menjadi 45,3%. Lebih lanjut, pada kelompok usia 55-64 tahun, prevalensi hipertensi mencapai 55,2%. Mengenai penggunaan obat antihipertensi, data dari tahun 2018 menunjukkan bahwa 54,4% penderita hipertensi yang telah didiagnosis oleh dokter atau menggunakan obat secara rutin, sementara 32,3% tidak mengikuti regimen pengobatan secara konsisten. Selain itu, 13,3% dari mereka sama sekali tidak mengonsumsi obat antihipertensi. Angka-angka ini mencerminkan pentingnya kesadaran dan kepatuhan terhadap pengobatan untuk pengelolaan hipertensi yang efektif. Dari mereka yang terdiagnosis, 34,1% diketahui memiliki hipertensi, dengan 8,8% baru menyadari kondisi mereka. Data ini menunjukkan bahwa banyak penderita hipertensi tidak menyadari kondisi mereka, sehingga mereka tidak mendapatkan pengobatan yang diperlukan (Riskesdas, 2018).

Gejala hipertensi dapat bervariasi dan seringkali tidak terlihat jelas. Beberapa tanda yang umum dirasakan oleh penderita meliputi pusing, jantung berdebar-debar, pandangan yang kabur, nyeri di dada, kelelahan yang berlebihan, perasaan gelisah, dan sakit kepala. Gejala-gejala ini bisa jadi merupakan indikasi bahwa tekanan darah seseorang berada pada tingkat yang tidak sehat, meskipun hipertensi sering kali berkembang tanpa gejala yang mencolok (Kemenkes, 2019). Jika gejala-gejala ini memburuk dan tidak ditangani dengan tepat, hipertensi dapat menyebabkan beberapa komplikasi potensial meliputi gangguan penglihatan, seperti kerusakan pada retina; gangguan saraf, yang dapat menyebabkan stroke atau neuropati; gangguan sistem kardiovaskular, termasuk penyakit jantung dan gagal jantung; serta gangguan ginjal,

yang bisa berujung pada gagal ginjal kronis. Komplikasi-komplikasi ini dapat berdampak signifikan pada kualitas hidup dan kesehatan secara keseluruhan jika hipertensi tidak dikelola dengan baik. (Permata, dkk, 2021). Penanganan hipertensi secara farmakologis biasanya melibatkan penggunaan obat-obatan seperti Captopril dan Amlodipine (Kadir, 2019). Namun, efektivitas pemberian obat ini seringkali kurang optimal karena banyak penderita hipertensi yang tidak patuh dalam mengonsumsi obat-obatan dan kurang memahami dampak negatif dari ketidakpatuhan tersebut.

Penderita hipertensi sering mengalami gejala seperti sakit kepala dan rasa berat di tengkuk. Sakit kepala ini disebabkan oleh peningkatan tekanan darah yang dapat merusak pembuluh darah atau mengganggu kontraktilitas pembuluh darah di kepala, sehingga mengurangi suplai oksigen ke otak. Akibatnya, metabolisme anaerob menghasilkan asam laktat yang kemudian menstimulasi rasa sakit (Wati et al., 2022). Selain penanganan farmakologis, teknik non-farmakologis seperti terapi Guided Imagery dapat digunakan untuk mengurangi sakit kepala pada pasien hipertensi.

Nyeri merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi dan memerlukan perhatian utama dalam perawatan, karena tidak hanya mempengaruhi sistem saraf tetapi juga sistem pertahanan tubuh. Terapi Guided Imagery adalah salah satu bentuk terapi yang melibatkan pemberian instruksi kepada seseorang untuk merilekskan pikiran dan tubuhnya, sehingga dapat mendukung penyembuhan diri dan memelihara kesehatan. Terapi ini melibatkan komunikasi internal dalam tubuh yang menggunakan semua indra—seperti visual, pendengaran, sentuhan, dan penglihatan—untuk mencapai keseimbangan antara pikiran, tubuh, dan jiwa.

Terapi Guided Imagery juga merupakan salah satu jenis terapi yang efektif untuk penderita hipertensi, terutama mereka yang mengalami nyeri kepala. Terapi ini bertujuan mengajarkan pasien cara mengontrol rasa sakitnya, karena nyeri yang timbul akibat kerusakan jaringan akan terus ada hingga jaringan tersebut sembuh. Guided Imagery adalah bentuk terapi non-farmakologis di mana perawat membantu pasien dalam mengendalikan pikiran mereka secara benar, sehingga tubuh menjadi

lebih rileks dan sakit kepala yang dialami pasien dapat berkurang atau hilang.

Penelitian yang dilakukan oleh Aprilyadi, Feri, dan Ayu (2021) menunjukkan bahwa penatalaksanaan hipertensi secara farmakologis memang dapat menurunkan tekanan darah dan sedikit mengurangi nyeri kepala. Namun, efektivitasnya masih kurang optimal, karena beberapa pasien tetap mengeluhkan sakit kepala. Oleh karena itu, terapi *Guided Imagery* digunakan sebagai upaya tambahan untuk mengatasi masalah ini. Terapi ini membantu menurunkan persepsi nyeri, menurunkan tekanan darah, dan mempercepat proses penyembuhan.

Dalam mengelola hipertensi, perawat memegang peranan penting dalam merubah perilaku pasien. Dengan menyediakan informasi kesehatan yang tepat dan mendidik, perawat dapat meningkatkan pemahaman serta kesadaran pasien mengenai pentingnya pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Ini adalah bagian dari peran aktif mereka dalam asuhan keperawatan yang bertujuan mencegah kemungkinan komplikasi yang disebabkan oleh hipertensi. Melalui edukasi yang diberikan, perawat dapat secara signifikan mempengaruhi penurunan tekanan darah pada pasien serta mendorong adopsi gaya hidup sehat, yang merupakan langkah preventif penting dalam mengatasi hipertensi. (Supriadi, 2020).

Dalam menerapkan tindakan asuhan keperawatan, penulis harus mampu menerapkan nilai-nilai UKI dan melakukan studi kasus pada pasien dengan sikap rendah hati dan bertanggung jawab. Penting bagi penulis untuk memiliki rasa berbagi dan kepedulian terhadap pasien, serta bersikap disiplin, tepat waktu, dan bertanggung jawab. Perawat harus menunjukkan sikap caring untuk menciptakan suasana yang nyaman, yang dapat mengurangi stres, ketakutan, nyeri, dan kecemasan pasien. Dengan menerapkan sikap caring dan prinsip-prinsip komunikasi terapeutik secara baik, perawat dapat melakukan komunikasi yang efektif dengan pasien untuk mendukung kesembuhan mereka (Erita, E., & Mahendra, D., 2019).

Fenomena yang sering terlihat di ruangan jarang di temukan perawat yang memberikan teknik *Guided Imagery* dalam kepada pasien hipertensi khususnya pada

pasien yang terdapat nyeri kepala jika di berikan tidak secara maksimal sehingga pasien masih merakan nyeri kepala yang berkepanjangan. Dari data diatas penulis tertarik untuk memilih studi kasus masalah keperawatan nyeri dengan tindakan Guided Imagery untuk mengurangi nyeri kepala pada pasien hipertensi di RS. TK II Moh. Ridwan Meuraksa Jakarta Timur.

Fenomena yang sering terlihat adalah jarangnya perawat yang menerapkan teknik Guided Imagery pada pasien hipertensi, khususnya bagi mereka yang mengalami nyeri kepala. Ketika teknik ini diberikan, seringkali tidak dilakukan secara maksimal, sehingga pasien masih mengalami nyeri kepala yang berkepanjangan. Berdasarkan data tersebut, penulis tertarik untuk memilih studi kasus mengenai masalah keperawatan nyeri dengan penerapan tindakan Guided Imagery untuk mengurangi nyeri kepala pada pasien hipertensi di RS. TK II Moh. Ridwan Meuraksa, Jakarta Timur.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah Penerapan Teknik *Guided Imagery* Dalam Pada Pasien Hipertensi terutama dengan nyeri kepala di RS. TK II Moh. Ridwan Meuraksa Jakarta Timur

1.3 Tujuan Studi Kasus

1.3.1 Tujuan Umum

Diharapkan Penulis mendapatkan pengalaman dalam melaksanakan asuhan keperawata penerapan tindakan keperawatan teknik *Guided Imagery* untuk mengurangi nyeri kepala pada pasien hipertensi di RS. TK II Moh. Ridwan Meuraksa Jakarta Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi dengan teknik *Guided Imagery* untuk mengurangi nyeri kepala pasien di RS. TK II Moh. Ridwan Meuraksa Jakarta Timur.
2. Menetapkan diagnosa keperawatan pada pasien hipertensi dengan teknik *Guided Imagery* untuk mengurangi nyeri kepala pasien di RS. TK II Moh.

Ridwan Meuraksa Jakarta Timur.

3. Menyusun intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan teknik *Guided Imagery* untuk mengurangi nyeri kepala pasien di RS. TK II Moh. Ridwan Meuraksa Jakarta Timur
4. Melaksanakan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan teknik *Guided Imagery* untuk mengurangi nyeri kepala pasien di RS. TK II Moh. Ridwan Meuraksa Jakarta Timur.
5. Melakukan Evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan teknik *Guided Imagery* untuk mengurangi nyeri kepala pasien di RS. TK II Moh. Ridwan Meuraksa Jakarta Timur.
6. Mendokumentasikan hasil teknik *Guided Imagery* untuk mengurangi nyeri kepala pasien di RS. TK II Moh. Ridwan Meuraksa Jakarta Timur.

1.4 Manfaat Studi Kasus

1.4.1 Bagi Perawat

Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dapat dilakukan dengan penerapan teknik *Guide Imagery*, yang bertujuan untuk mengurangi nyeri kepala pada pasien hipertensi di RS. TK II Moh. Ridwan Meuraksa, Jakarta Timur. Teknik *Guide Imagery*, yang merupakan metode relaksasi mental, dapat membantu perawat dalam mengelola dan mengurangi gejala nyeri kepala yang sering dialami oleh pasien hipertensi. Melalui pelatihan dan penerapan teknik ini, diharapkan perawat dapat memberikan perawatan yang lebih efektif dan meningkatkan kesejahteraan pasien hipertensi.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Dengan memanfaatkan hasil penelitian ini, kapasitas dan kualitas pendidikan dalam ilmu keperawatan bedah medis dapat ditingkatkan. Informasi tentang teknik *guided imagery* untuk mengatasi nyeri kepala pada pasien hipertensi akan memperkaya pengetahuan dan menjadi bahan referensi yang berguna. Hal ini diharapkan dapat mendukung pengembangan strategi perawatan yang lebih efektif dan meningkatkan kualitas asuhan keperawatan.

1.4.3 Bagi Rumah Sakit

Untuk meningkatkan pelayanan rumah sakit dalam asuhan keperawatan pasien hipertensi khususnya yang mengalami nyeri kepala dapat diterapkan teknik *Guided Imagery*. Dengan mengikuti prosedur yang telah ditetapkan dalam Standar Operasional Prosedur (SOP) teknik ini diharapkan dapat efektif dalam mengurangi nyeri kepala pasien sehingga meningkatkan kualitas perawatan dan memberikan hasil yang lebih baik.

1.4.4 Bagi Penulis

Diharapkan penulis dapat memperluas pengetahuan dan keterampilannya serta menerapkan tindakan asuhan keperawatan secara efektif baik di masyarakat maupun pada pasien. Selanjutnya, penulis diharapkan dapat mengembangkan inovasi dalam mengatasi nyeri kepala pada pasien hipertensi sehingga dapat memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap peningkatan kualitas perawatan dan kesejahteraan pasien.

