

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) mengalami peningkatan setiap tahunnya dan merupakan salah satu penyebab kematian tertinggi khususnya di Indonesia. Penyakit tidak menular masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian di Indonesia saat ini. Hal ini dikarenakan munculnya penyakit tidak menular (PTM) secara umum disebabkan oleh pola hidup setiap individu yang kurang memperhatikan kesehatan (Patimah & Nukman, 2021). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi perhatian seluruh dunia termasuk Indonesia. Hipertensi sering disebut dengan “*silent killer*” karena penyakit ini dapat menyerang siapa saja dan cenderung tidak menunjukkan gejala serta dapat terjadi secara tiba – tiba yang dapat beresiko terjadinya kematian. Hipertensi menjadi masalah kesehatan yang serius karena mengalami peningkatan setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2019).

Prevalensi penderita Hipertensi menurut WHO pada tahun 2019 di dunia mencapai angka 22% dengan angka tertinggi yaitu 27% di Afrika, Asia Tenggara berada di urutan ke-3 dengan prevalensi 25% (Kemenkes RI, 2019). Menurut data RISKESDAS 2018, kejadian hipertensi di Indonesia mencapai angka 34,11%. Provinsi Sumatera barat berada pada urutan 32 dari 34 provinsi dengan prevalensi 25,16% (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Menurut data Dinas Kesehatan Kota Padang (2022), jumlah pasien hipertensi di Kota Padang sebanyak

165.555 jiwa Dimana hanya sebanyak 37.011 jiwa menerima pelayanan Kesehatan di berbagai puskesmas Kota Padang. Puskesmas Andalas dengan peringkat teratas dengan jumlah pasien hipertensi sebanyak 14.161 jiwa sedangkan Puskesmas Ambacang dengan kasus hipertensi mencapai 8.294 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2023)

American Health Association (AHA) mendefinisikan hipertensi sebagai suatu kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah yang mengalir di pembuluh darah (AHA, 2017). Seseorang dapat dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Kejadian hipertensi umumnya tidak disertai dengan gejala, namun terdapat gejala tidak spesifik yang bisa muncul pada penderita hipertensi diantaranya sakit kepala, tengkuk terasa berat, pusing, jantung berdebar-debar, gelisah, mudah lelah, dan penglihatan kabur (Kemenkes, 2022) .

Menurut Sekar Siwi Irawan & Susanto (2020), terdapat beberapa faktor risiko terjadinya hipertensi, seperti usia, jenis kelamin, merokok, dan gaya hidup kurang aktivitas fisik. Mengurangi faktor risiko tersebut menjadi dasar pemberian intervensi oleh tenaga Kesehatan (Tirtasari & Kodim, 2019). Hipertensi yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan berbagai komplikasi seperti stroke, penyakit gagal jantung, dan gagal ginjal (Sakinah et al., 2020).

Salah satu penyebab angka kejadian hipertensi semakin meningkat adalah kurangnya pengetahuan masyarakat terhadap manajemen hipertensi (Apriadi Siregar et al., 2020). Penatalaksanaan hipertensi dapat berupa terapi farmakologis

dan non farmakologis, kedua bentuk terapi ini diharapkan dapat saling mendukung untuk mencapai target tekanan darah yang diinginkan. Secara farmakologis dapat dilakukan pemberian obat-obatan secara teratur. Penatalaksanaan terapi non farmakologis lebih menekankan pada intervensi perubahan gaya hidup dan diet (Hendra et al., 2021). Salah satu cara untuk memodifikasi gaya hidup pasien hipertensi adalah dengan melakukan aktivitas fisik, salah satunya dengan peningkatan aktivitas fisik melalui terapi *Isometric Handgrip Exercise*. *American Heart Association* (AHA), mengklarifikasikan terapi *Isometric Handgrip Exercise* sebagai terapi potensial untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi (AHA, 2021).

Pemberian *Isometric Handgrip Exercise* dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, dikarenakan latihan *isometric* mengakibatkan penekanan otot pada pembuluh darah sehingga mengakibatkan peregangan pada pembuluh darah dan menurunkan tekanan darah (Prastiani et al., 2023).

Isometric Handgrip Exercise adalah sebuah kegiatan Latihan mencengkram dimana kontraksinya pada bagian lengan bawah dan tangan sehingga akan menyebabkan perubahan pada ketegangan otot. Latihan ini dapat menjadi sebuah tindakan pelatihan mandiri bagi pasien hipertensi di rumah, selain bisa dilakukan di rumah dengan nyaman dan mudah, alat *handgrip* yang digunakan bisa didapatkan dengan harga murah, praktis dan dapat digunakan dimana saja (Melizza & Putri, 2022). Latihan ini juga memiliki resiko injuri lebih kecil

dibanding latihan lain dan memerlukan waktu yang minimal sehingga efisiensi waktu (Prastiani et al., 2023).

Menurut penelitian Andri (2021), *Isometric Handgrip Exercise* dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yang didapatkan hasil penurunan tekanan darah sistol sebesar 6 mmHg dan diastol 4 mmHg. Hal ini sejalan dengan penelitian Yilmaz (2019), didapatkan hasil penurunan tekanan darah setelah latihan *isometric handgrip exercise* penurunan tekanan darah sistol sebesar 7,48 mmHg dan diastol 6,41 mmHg . Begitu juga dengan penelitian Javidi (2019), yang menunjukkan terdapat efektivitas latihan dengan alat *handgrip* terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengkajian yang dilakukan pada 26 Juni 2024 pada keluarga Tn. A didapatkan masalah kesehatan yang diderita Tn. A yaitu Hipertensi. Keluarga mengatakan tidak mengetahui bagaimana perawatan pada klien hipertensi di rumah. Tn. A tidak pernah kontrol ke pelayanan kesehatan dan tidak mengonsumsi obat antihipertensi. Oleh karena itu perlunya dilakukan pembinaan pada Tn. A dan keluarga dalam bentuk terapi non farmakologis yaitu *isometric handgrip exercise*.

Berdasarkan uraian latar belakang dan fenomena di atas, maka peneliti tertarik menyusun laporan akhir karya ilmiah mengenai “Asuhan Keperawatan Keluarga pada Tn. A dengan Hipertensi Melalui Penerapan *Isometric Handgrip Exercise* Terhadap Penurunan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Ambacang Kota Padang”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberikan Asuhan Keperawatan Keluarga pada Tn. A dengan Manajemen Keluarga Tidak Efektif sehingga mampu menerapkan aplikasi *Evidence Based Nursing* dengan penerapan *Isometric Handgrip Exercise* untuk menurunkan tekanan darah di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah Manajemen Keluarga Tidak Efektif di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Kota Padang.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan pada keluarga Tn. A di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Kota Padang.
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan pada keluarga Tn. A dengan masalah Manajemen Keluarga Tidak Efektif di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Kota Padang.
- d. Menjelaskan diagnosa keperawatan pada keluarga Tn. A dengan masalah Manajemen Keluarga Tidak Efektif di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Kota Padang.
- e. Menjelaskan evaluasi keperawatan pada keluarga Tn. A dengan masalah Manajemen Keluarga Tidak Efektif di wilayah kerja Puskesmas Ambacang Kota Padang.

C. Manfaat

1. Bagi Pendidikan Keperawatan

- a. Sebagai masukan bagi perkembangan pengetahuan dalam hal perawatan komperhensif dan menambah pengalaman mahasiswa dalam merawat klien dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif dengan cara menerapkan *Isometric Handgrip Exercise*.
- b. Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi sumber literatur dan bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti penerapan asuhan keperawatan pada klien dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif dengan cara menerapkan *Isometric Handgrip Exercise*.

2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan/Keperawatan

- a. Hasil laporan ilmiah dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi Puskesmas untuk meningkatkan standar asuhan keperawatan terhadap klien dengan masalah Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif dengan cara menerapkan *Isometric Handgrip Exercise*.
- b. Hasil laporan ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam pembuatan program di Puskesmas untuk meningkatkan pelayanan keperawatan yang bersifat promotive dan preventif tentang penyuluhan dan penerapan *Isometric Handgrip Exercise*.

3. Bagi Keluarga/Pasien dengan Hipertensi

Diharapkan dari hasil Asuhan Keperawatan yang diberikan pada Tn. A dapat memberikan manfaat dalam pemeliharaan kesehatan terkait hipertensi pada keluarga atau pasien dengan hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan untuk penelitian lebih lanjut dengan metode yang lebih baik dan dapat menambah informasi, pemahaman, pengetahuan, dan wawasan bagi peneliti mengenai cara menurunkan tekanan darah pada klien yang mengalami hipertensi dengan cara menerapkan *Isometric Handgrip Exercise*.

