

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan. Kondisi ini sering menyebabkan perubahan pada pembuluh darah yang bisa membuat tekanan darah semakin tinggi. Pengobatan dini sangat penting untuk mencegah terjadinya kerusakan pada beberapa organ seperti jantung, ginjal, dan otak (Wulandari et al., 2023). Faktor penyebab hipertensi adalah usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, dan genetik (faktor risiko yang tidak bisa diubah atau dikontrol). Selain itu, ada kebiasaan merokok, obesitas, kurang berolahraga, stres, penggunaan estrogen, dan salah satu penyebabnya adalah pola konsumsi garam yang berlebihan. Penyebab hipertensi juga meliputi konsumsi makanan asin, kafein, serta mengonsumsi mono sodium glutamat seperti vetsin, kecap, dan pasta udang (Purwono et al., 2020). Penyakit hipertensi termasuk dalam kategori penyakit tidak menular (PTM) yang kini masih menjadi masalah kesehatan secara global dengan prevalensi yang terus meningkat dari tahun-tahun sebelumnya. Tercatat pada laporan *World Health Organization (WHO)* di tahun 2023 bahwa jumlah penderita penyakit hipertensi hampir dua kali lipat secara global selama tiga dekade terakhir, dari 650 juta menjadi 1,3 miliar orang dewasa pada tahun 2019. Secara global, hampir 1 dari 3 orang dewasa mengalami hipertensi, dengan jumlah pria sedikit lebih tinggi dari wanita di bawah usia 50 tahun. Setelah usia 50 tahun, hampir 49% orang dewasa, atau hampir setiap 2 orang dari 1 orang, menderita hipertensi, dengan tingkat prevalensi yang hampir sama antara pria dan wanita (World Health Organization, 2024).

Pada tingkat nasional yaitu Indonesia menempati urutan ke-5 secara global dengan jumlah penderita hipertensi dari estimasi kasus sebanyak 34,5% di tahun 2023 dan data terus meningkat dari tahun-tahun

sebelumnya secara signifikan. Menurut data Riskesdas tahun 2018, diperkirakan ada sekitar 63.309.620 orang di Indonesia yang menderita hipertensi (Riskesdas, 2024).

Pada wilayah regional, data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) di tahun 2023 menunjukkan prevalensi kasus hipertensi di Provinsi Sulawesi Selatan mencapai hingga 31,7%. Pada tahun 2018, Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan mencatat 229.720 kasus hipertensi, dan jumlah tersebut meningkat menjadi 381.133 kasus pada tahun 2020. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti di Kota Makassar, tepatnya di Kecamatan Makassar pada Pegawai Puskesmas Maccini Sawah ditemukan sebanyak 70 kasus Hipertensi di bulan Juli 2025 dan Hipertensi termasuk dalam 10 penyakit terbanyak dengan menempati urutan ke-1 di Wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah yaitu Kelurahan Maccini, Maccini Parang, dan Maccini Gusung. Temuan ini dapat menunjukkan adanya potensi risiko kesehatan yang sangat signifikan, terutama dalam hal gaya hidup masyarakat dan kurangnya deteksi penyakit kronis sejak dini yang dilakukan.

Pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang penyakit hipertensi masih dalam kategori rendah, mulai dari gaya hidup tidak sehat, misalnya mengonsumsi makanan yang tinggi gula dan kalori, rendah serat, dan kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor utama risiko terjadinya hipertensi. Sebagai salah satu penyakit kronis, Hipertensi tidak hanya berdampak pada individu yang terkena, tetapi juga akan mempengaruhi kesehatan seluruh anggota keluarga yang tinggal serumah. Tanpa adanya dukungan dari keluarga yang memadai, pengelolaan hipertensi cenderung tidak maksimal, dan minimnya pengetahuan anggota keluarga tentang perawatan diabetes mellitus dapat memunculkan risiko komplikasi serius seperti stroke (iskemik dan hemoragik), penyakit arteri koroner, gagal jantung, penyakit pembuluh darah perifer, dan penyakit ginjal stadium akhir. Oleh karenanya, diperlukan peningkatan sikap dan

pengetahuan anggota keluarga terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi menjadi penting sebagai upaya pencegahan, deteksi dini komplikasi, serta penatalaksanaan penyakit tersebut (Fadillah et al., 2023).

Untuk mencegah hipertensi memburuk, penting mengelolanya sesuai rekomendasi. Ada dua cara utama dalam mengelola hipertensi, yaitu cara farmakologis dan nonfarmakologis. Cara farmakologis adalah dengan mengonsumsi obat seperti Bisoprolol dan Candesartan. Selain itu, cara nonfarmakologis seperti pernapasan dalam, relaksasi otot progresif, senam hipertensi, terapi Benson, dan aromaterapi semakin populer karena cara ini mudah dilakukan (Prasetyo et al., 2024).

Dalam menanggulangi permasalahan pada anggota keluarga penderita hipertensi dibutuhkan asuhan keperawatan yang menyeluruh dengan menggunakan proses keperawatan. Peran perawat sangat penting dalam pemberian asuhan keperawatan yang mencakup aspek promotif, aspek preventif, aspek kuratif, dan aspek rehabilitatif. Pada aspek promotif, perawat perlu meningkatkan kesadaran anggota keluarga mengenai pentingnya gaya hidup yang sehat, pengaturan pola makan, dan aktivitas fisik. Pada aspek preventif, perawat menuntun anggota keluarga untuk memantau tekanan darah dan mengenali tanda-tanda yang akan memicu komplikasi. Di aspek kuratif, perawat perlu mendampingi proses pengobatan pasien baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis, dan memastikan kepatuhan penderita. Sedangkan di aspek rehabilitatif, perawat memberikan motivasi kepada pasien dan keluarga dalam menjalani kontrol dan mempertahankan kualitas hidup yang optimal secara rutin (Fauzi Mrwah et al., 2022).

Hipertensi bisa menjadi bahaya besar jika tidak diatasi. Penanganan hipertensi bisa dilakukan dengan cara farmakologis maupun non farmakologis, tetapi pengobatan dengan obat masih kurang efektif karena sering membuat tekanan darah kembali naik dan memiliki efek samping yang berisiko dalam waktu lama (Gina et al., 2022).

Penderita hipertensi sering kali tidak patuh minum obat karena beberapa alasan, seperti rasanya pahit, merasa kondisi sudah membaik, atau tidak tahu bahaya yang bisa terjadi. Jika penderita tidak mematuhi pengobatan, tekanan darah tidak akan terkontrol dengan baik. Dalam jangka waktu lama, kondisi ini bisa menyebabkan berbagai komplikasi seperti penyakit kardiovaskuler, aterosklerosis, gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. Penderita hipertensi harus tetap mematuhi pengobatan untuk mencegah hal-hal buruk tersebut (Annisa, 2025).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis perlu melakukan studi kasus tentang “penerapan kombinasi terapi (nafas dalam dan aromaterapi) terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi” sebagai bagian dari asuhan keperawatan di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran “Penerapan Kombinasi (Terapi Nafas Dalam Dan Aromaterapi) Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah”?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menjelaskan asuhan keperawatan dengan pemberian Terapi Komplementer Kombinasi Terapi Nafas Dalam dan Aromaterapi terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Maccini Sawah

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada Ny. A dengan diagnosa medis Hipertensi
- b. Menentukan diagnosis keperawatan pada Ny. A dengan diagnosa Hipertensi
- c. Merencanakan intervensi keperawatan kombinasi terapi nafas dalam dan aromaterapi pada Ny. A untuk tekanan darah dengan diagnosa medis hipertensi.

- d. Menerapkan implementasi keperawatan kombinasi terapi nafas dalam dan aromaterapi pada Ny. A untuk tekanan darah dengan diagnosa hipertensi
- e. Melakukakan evaluasi keperawatan kombinasi terapi nafas dalam dan aromaterapi pada Ny. A untuk tekanan darah dengan diagnosa hipetensi

D. Manfaat

a. Penulis

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat menjadi bahan dalam menambah pengetahuan untuk penulis mengenai penerapan kombinasi terapi nafas dalam dan aromaterapi terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

b. Instansi Pendidikan

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat menjadi pengetahuan terbaru mengenai penerapan kombinasi terapi (nafas dalam dan aromaterapi) terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi dan mendorong lebih banyak lagi penelitian di bidang keperawatan serta menjadi inovasi dalam praktik klinis kesehatan.

c. Tempat Penelitian

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat menjadi contoh terbaru dari hasil tindakan keperawatan mengenai penerapan kombinasi terapi (nafas dalam dan aromaterapi) terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi

d. Bagi Pasien

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan untuk informasi yang mudah dan inovatif mengenai penerapan kombinasi terapi (nafas dalam dan aromaterapi) terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi

e. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat menjadi salah satu rujukan bagi peneliti selanjutnya mengenai Gambaran tentang aplikasi teori

penerapan kombinasi terapi (nafas dalam dan aromaterapi).