

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai (Kemenkes RI, 2014).

Hipertensi merupakan gangguan kesehatan yang mematikan. Hipertensi dijuluki sebagai *silent killer*, karena penderita sering tidak merasakan adanya gejala dan baru mengetahui ketika memeriksa tekanan darah atau sesudah kondisinya parah seperti timbulnya kerusakan organ. Penyakit ini dikenal juga sebagai *heterogeneous group of disease* karena dapat menyerang siapa saja, tidak memandang umur dan sosial-ekonomi (Martuti, 2009).

Hipertensi merupakan penyebab paling umum terjadinya kardiovaskular dan merupakan masalah utama di negara maju maupun berkembang. Kardiovaskular juga menjadi penyebab nomor satu kematian di dunia setiap tahunnya. Data WHO 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar

orang di dunia menderita hipertensi. Artinya, 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi, hanya 36,8% di antaranya yang minum obat. Jumlah penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi. Diperkirakan juga setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi (Depkes RI, 2018).

Pasien yang menderita hipertensi biasanya mengalami tanda dan gejala seperti sakit kepala parah, penglihatan kabur, telinga berdenging, kebingungan, detak jantung tidak teratur, nyeri dada, pusing, lemas, kelelahan, kesulitan bernafas, gelisah, mual atau muntah, epistaksis, darah dalam urin (hematuria), peningkatan vena jugularis dan kesadaran (Kamelia & Ariyani, 2021). Nyeri kepala juga merupakan salah satu gejala yang sering dialami oleh pasien hipertensi yang umum terjadi, gejala yang dirasakan bervariasi mulai ringan hingga berat dimana beberapa faktor dapat memengaruhi terhadap tingkatan nyeri yang dirasakan oleh pasien maka dari itu salah satu gejala yang umum ini yang harus segera di sadari dan diminimalisir oleh pasien hipertensi sebelum muncul gejala lainnya. Dari hasil studi pendahuluan mayoritas keluhan yang dirasakan oleh penderitanya adalah nyeri kepala yaitu merupakan perasaan sakit atau rasa tidak nyaman yang menyerang daerah tengkuk dan kepala. Risiko jangka panjang adalah dapat menyebabkan kecacatan bahkan kematian (Aminuddin,2020).

Nyeri kepala ini dapat dirasakan dari fase ringan sampai berat, dan akan berlangsung selama beberapa jam bahkan berhari-hari. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya nyeri kepala seperti kurang tidur, telat makan dan juga bisa dipicu oleh beberapa penyakit salah satunya hipertensi. Hal tersebut merupakan keluhan yang umum dirasakan pada penderita hipertensi. Nyeri kepala yang muncul saat hipertensi disebabkan oleh peningkatan aliran darah dari jantung yang menumpuk di otak, kemudian menyebabkan sensasi tekanan dari dalam kepala yang terasakit. Gejala nyeri kepala pada penderita hipertensi hampir sama dengan gejala pada umumnya seperti sakit atau nyeri di kepala yang bisa menyebar ke wajah hingga bahu, pandangan kabur, leher terasa tegang, lemas, terkadang disertai mual. Jika gejala tersebut tidak ditangani maka efek jangka panjang yang ditimbulkan adalah pecahnya pembuluh darah dalam otak hingga menyebabkan kelumpuhan (Arissandi & Wiludjen, 2019).

Salah satu penanganan dari nyeri kepala hipertensi adalah dengan manajemen nyeri kepala. Manajemen nyeri kepala pada klien hipertensi bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri kepala. Penatalaksanaan diperlukan untuk mengurangi dampak dari hipertensi salah satunya untuk mengurangi efek nyeri kepala yaitu dengan terapi farmakologi dan terapi nonfarmakologi (Siauta et al., 2020). Kedua terapi tersebut merupakan tindakan atau prosedur yang dapat dilakukan untuk mengontrol tekanan

darah dan sebagai pengendali gejala yang sering terjadi termasuk untuk meringankan nyeri yang dirasakan pada pasien hipertensi. Berbagai pemakaian prosedur yang sangat di yakini cepat dalam proses pengendalian penyakit hipertensi adalah dengan terapi farmakologi dan dalam menanggulangi nyeri teruji sanggup menurunkan ataupun melenyapkan nyeri secara cepat (Aminuddinet al., 2020).

Penerapan terapi secara farmakologi diawali dengan cara pemakaian obat tunggal, tergantung level tekanan darah awal rata-rata monoterapi menurunkan tekanan darah sistolik sekitar 7-13 mmHg dan diastolic sekitar 4-8 mmHg. Terdapat beberapa variasi dalam pemilihan terapi awal pada pasien hipertensi primer. Namun demikian, efek samping yang ditimbulkan oleh penerapan terapi farmakologi dapat jadi menjadi permasalahan tertentu. Sebab berdampak kurang baik pada kesehatan organ lain nya. Perihal ini terus menjadi berat jika penggunaannya terus menerus dalam jangka waktu yang panjang. Olehsebab itu dibutuhkan alternative pengobatan dengan cara penerapan pengobatan secara non farmakologik untuk menurunkan ataupun menghilangkan keluhan nyeri pada penderita hipertensi (Wirakhmi,Novitasari & Purnawan, 2018).

World Health Organization (2013) merekomendasikan menggabungkan pengobatan nonfarmakologis dengan obat antihipertensi untuk mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi. Penjelasan pengobatan hipertensi, termasuk pengobatan tradisional Cina dan

konvensional, survei telah menemukan bahwa sebagian besar pasien dengan hipertensi tidak mencapai kontrol tekanan darah yang adekuat.

Pendekatan terapi diperlukan strategi baru yang berpusat pada pasien itu sendiri untuk mendukung orang yang mengelola kondisi mereka secara mandiri sebelum di lanjutkan untuk perawatan yang intens. Salah satu jenis prosedur yang harus dikembangkan adalah terapi non farmakologi yang giat di kembangkan dan diterapkan oleh para klinisi. Terapi non farmakologis menjadi pilihan alternative yang dapat mencegah dan mengatasi hipertensi. Terapi secara non farmakologis memiliki keuntungan salah satunya harga yang murah dan tidak memiliki efek negatif. Beberapa terapi komplementer keperawatan yang dapat diberikan untuk pasien hipertensi yaitu: meditasi, yoga, akupresur, terapi autogenic (Arissandi et al., 2019).

Akupresur merupakan salah satu therapy non farmakologis dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dan dapat dimasukkan dalam rencana asuhan keperawatan untuk hipertensi (Hon etc, 2016). Terapi akupresur yang dilakukan akan menstimulasi sel saraf sensorik disekitar titik akupresure akan diteruskan ke medulla spinalis, kemudian ke mesensefalon dan kompleks pituitary hipotalamus yang ketiganya diaktifkan untuk melepaskan hormone endorphin yang dapat memberikan rasa tenang dan nyaman. Akupresure juga menstimulasi pelepasan histaminyang berpengaruh pada vasodilatasi pembuluh darah, kedua

manfaat akupresure tersebut dapat menurunkan tekanan darah lansia (Majid dkk 2016). Terapi akupresure memiliki banyak fungsi bagi kesehatan tubuh salah satunya adalah menurunkan nyeri akut maupun kronis. Nyeri terjadi akibat ketidak seimbangan aliran energy qi didalam tubuh. Akupresure akan menyeimbangkan aliran energy qi tubuh sehingga akan menghilangkan rasa nyeri sekaligus menyembuhkan penyakit yang diderita (Kurniyawan,2016).

Akupresur lebih banyak dimaksudkan untuk penyegaran tubuh. Cara pemijatan metode akupresur berbeda dengan cara pemijatan refleksologi. Metode pemijatan akupresur dilakukan dengan menekan atau menggetarkan (*vibration*), selama 15 – 20 detik untuk tiap tempat atau titik (Aminuddin, dkk, 2020).

Akupresur dapat menstimulasi saraf-saraf di *superficial* kulit yang kemudian diteruskan ke otak di bagian hipotalamus. Sistem saraf desenden melepaskan opiat endogen seperti hormon endorphen. Pengeluaran hormon endorphen mengakibatkan meningkatnya kadar hormon endorphen didalam tubuh yang akan meningkatkan produksi kerja hormon dopamin. Peningkatan hormon dopamin mengakibatkan terjadinya peningkatan aktivitas sistem saraf parasimpatis. Sistem saraf parasimpatis berfungsi mengontrol aktivitas yang berlangsung dan bekerja pada saat tubuh rileks, sehingga penderita hipertensi mempersepsikan sentuhan sebagai stimulus respon relaksasi dan menyebabkan penurunan tekanan darah. Apabila

seseorang mempersepsikan sentuhan sebagai stimulus untuk rileks kemudian akan muncul respon relaksasi.

Efek relaksasi melalui penurunan sekresi hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) akan berlanjut pada penurunan aktivitas saraf simpatis disertai penurunan tekanan darah. Penyempitan pembuluh darah menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah dan menyebabkan pembuluh darah lebih mudah tersumbat. Cara kerja akupresur ini menyebabkan terjadinya pelepasan endorfin. Hormon endorfin membantu mengembalikan kondisi pembuluh darah menjadi vasodilatasi atau normal seperti semula dan menjaga agar darah dapat mengalir dengan lancar. Rasa rileks diperoleh dari teknik masase berupa pengusapan pada daerah punggung mulai dari iliaka hingga ke scapula sampai akhirnya berhenti di iliaka kembali. Relaksasi merupakan tindakan yang harus dilakukan pada setiap terapi anti hipertensi. Apabila tekanan darah mengalami peningkatan, pembuluh darah yang rileks akan menjadi vasodilatasi sehingga akan menyebabkan tekanan darah turun dan perlahan akan kembali normal (Afrila, 2015).

Ada 7 titik akupresure untuk mengurangi sakit kepala. Titik yang pertama adalah titik Union valley, atau disebut juga dengan teknik He Gu (LI4). Titik yang kedua adalah Drilling bamboo atau bamboo gathering (B2 atau bright light). Titik yang ketiga adalah Teknik Feng Chi (GB20) sering disebut juga sebagai gerbang kesadaran karena diyakini dapat

mengatur sirkulasi otak. Titik yang keempat adalah Titik third eye, ataudikenal juga dengan YinTang (GV 24,5). Titik kelima adalah Titik akupresur yang ada dibahu disebut dengan shoulder well atau Jian Jing (GB21). Titik keenam adalah biggerrushing atau disebut juga dengan great surge (LV3).Titik ketujuh adalah above tears ataudisebut juga dengan Zu Lin Qi (GB41).

Pengaruh lain dari reaksi akupresur adalah merangsang pengeluaran serotonin yang berfungsi sebagai neurotransmitter pembawa signal rangsangan ke batang otak yang dapat mengaktifkan kelenjar pineal untuk memproduksi hormon melatonin. Hormon melatonin inilah yang dapat mempengaruhi tekanan darah. Sebagaimana hasil penelitian “*vascular health and risk management*” yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tekanan darah dengan melantonin terutama pada malam hari (Majid, 2017).

Nyeri adalah fenomena fisiologik yang seringkali sangat mengganggu individu atau pada usaha tindakan penyembuhan. Rasa nyeri juga sering disertai komponen psikofisiologik, berupa kegiatan system saraf otonom misalnya perubahan tekanan darah, frekuensi denyut jantung atau berkeringat. Nyeri bagi masing–masing individu sangatlah bervariasi. Perbedaan tersebut bukanlah semata–mata karena etiologinya, namun banyak faktor yang mempengaruhi (Setiardjo, 2013). Nyeri terbagi menjadi dua tipe yaitu, nyeri akut dan nyeri kronis. Nyeri akut adalah nyeri yang

terjadi akibat kerusakan jaringan dan lambatnya penyembuhan dari jaringan yang rusak sedangkan nyeri kronis adalah nyeri konstan yang menetap sepanjang periode tertentu (Afrianti, Utami, & Sri Utami, 2013).

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan penulisan karya ilmiah akhir Ners adalah memberikan gambaran tentang hasil praktek profesi dengan mengaplikasikan Asuhan Keperawatan Medikal pada Pasien Hipertensi Dengan Teknik Akupresure dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien Hipertensi di Ruang Edelweiss Rumah Sakit Pertamina Cilacap tahun 2022.

2. Tujuan Khusus

- a. Mahasiswa mampu memahami konsep secara teoritis pada pasien Hipertensi dengan teknik Akupresure dalam menurunkan tingkat nyeri di Ruang Edelweiss Rumah Sakit Pertamina Cilacap tahun 2022.
- b. Mahasiswa mampu memaparkan hasil pengkajian keperawatan pada kasus Hipertensi Dengan Gangguan Rasa Nyaman Nyeri Di Ruang Edelweiss Rumah Sakit Pertamina Cilacap
- c. Mahasiswa mampu memaparkan hasil Diagnosa Keperawatan pada kasus Hipertensi Dengan Gangguan Rasa Nyaman Nyeri Di Ruang Edelweiss Rumah Sakit Pertamina Cilacap

- d. Mahasiswa mampu memaparkan hasil intervensi Keperawatan pada kasus Hipertensi Dengan Gangguan Rasa Nyaman Nyeri Di Ruang Edelweiss Rumah Sakit Pertamina Cilacap
- e. Mahasiswa mampu memaparkan hasil implementasi Keperawatan pada kasus Hipertensi Dengan Gangguan Rasa Nyaman Nyeri Di Ruang Edelweiss Rumah Sakit Pertamina Cilacap
- f. Mahasiswa mampu memaparkan hasil evaluasi Keperawatan pada kasus Hipertensi Dengan Gangguan Rasa Nyaman Nyeri Di Ruang Edelweiss Rumah Sakit Pertamina Cilacap

C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil KIAN ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pendidikan dalam proses pembelajaran mahasiswa keperawatan khususnya keperawatan Medikal sehingga dapat diperoleh gambaran yang nyata tentang pengaruh teknik akupresur dalam menurunkan tingkat nyeri pasien Hipertensi.
- b. Hasil KIAN ini diharapkan mampu menambah dan memperkaya khasanah keilmuan keperawatan serta dapat digunakan sebagai dasar bagi penelitian selanjutnya yang berfokus pada pengaruh teknik Akupresure dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien Hipertensi.

2. Manfaat praktik

a. Rumah Sakit Pertamina Cilacap

Hasil KIAN ini dapat memberikan sebagai masukan untuk meningkatkan teknik *nonfarmakologi* Akupresure dalam penanganan nyeri pasien Hipertensi di Rumah Sakit Pertamina Cilacap.

b. Institusi pendidikan

Hasil KIAN ini dapat menambah literatur kepustakaan k tentang pengaruh teknik Akupresure dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien Hipertensi.

c. Peneliti

KIAN ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan memperkaya pengalaman bagi mahasiswa dalam melakukanasuhan keperwatan pada pasien hipertensi sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan program profesi ners Universitas Al-Irsyad Cilacap.