

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi biasa disebut juga sebagai kenaikan tekanan darah secara tidak beraturan atau darah tinggi yang sering ditandai dengan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Dalam masyarakat global hipertensi menjadi salah satu permasalahan kesehatan utama yang menjadi beban kesehatan. Penyakit ini diperkirakan menyebabkan 10,4 juta kematian per tahun di dunia. Diperkirakan ada sekitar 1,39 milyar pengidap hipertensi di dunia pada tahun 2010 dan 1,04 milyar kasus di antaranya berasal dari negara-negara dengan pendapatan per kapita rendah. (Hastari & Fauzi, 2022)

Hipertensi merupakan salah satu permasalahan penyakit tidak menular dengan besaran kasus tertinggi di Indonesia. Data dari Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa prevalensi orang berusia 18 tahun atau lebih yang mengidap hipertensi adalah 31,7% pada tahun 2007, kemudian turun menjadi 25,8% pada tahun 2013 kemudian meningkat lagi menjadi 34,1% pada tahun 2018. Menurut (Kemenkes RI, 2019) dalam penelitian (Hastari & Fauzi, 2022)

Provinsi Jawa Tengah, sebagai salah satu provinsi dengan kepadatan penduduk tertinggi di Indonesia, juga mengalami permasalahan yang sama. Data yang didapatkan dari Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2019 menunjukkan bahwa hipertensi merupakan salah satu permasalahan utama pada penyakit tidak menular dengan jumlah proporsi terbanyak sebesar 68,6% dari total kasus penyakit tidak menular. Kasus hipertensi di Jawa Tengah pada tahun 2018 tercatat sebesar 1.377.356 kasus (Prevalence Rate 3,99%) dan meningkat menjadi 8.070.378 kasus (Prevalence Rate 23,25%) pada tahun 2019 . Menurut (Dinkesprov Jateng, 2020) dalam penelitian (Hastari & Fauzi, 2022)

Kabupaten Klaten yang memiliki beban penyakit tidak menular termasuk hipertensi. Jumlah kasus hipertensi di Kabupaten Klaten pada tahun 2019 tercatat sebanyak 134.312 kasus (Prevalence Rate 10,66%) lalu turun menjadi 102.089 kasus (Prevalence Rate 8,10%) di tahun 2020. Jumlah kasus tersebut menjadikan salah satu permasalahan kesehatan utama di Kabupaten Klaten. Menurut (DKK Klaten, 2021) dalam penelitian (Hastari & Fauzi, 2022).

Data diruang Mina Rumah Sakit Umum Islam Klaten, pada bulan April hingga Juni 2020 terdapat 215 pasien yang menjalani rawat inap, 30% diantaranya menderita hipertensi. Mengingat banyaknya kasus yang mengalami hipertensi serta pentingnya penanganan secara serius, maka penulis ingin membuat Asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi. Dalam Himawati, Analis PB1905001 (2021). (Belakang, 2010)

Banyak faktor resiko penyebab terjadinya hipertensi. Factor resiko penyebab hipertensi di bagi menjadi dua yaitu factor resiko yang tidak dapat diubah, (seperti keturunan atau genetika, jeniskelamin, dan umur) dan factor resiko yang dapat diubah, seperti kegemukan atau obesitas, merokok, minum alcohol, kurang aktivitas fisik, stress, konsumsi garam tinggi. Adapun faktor lain yang tidak konvensional dan juga sering diabaikan oleh beberapa orang adalah pola tidur (Hastari & Fauzi, 2022)

Fungsi tidur sebagai homeostatik yang bersifat agar membuat tubuh lebih segar, selain itu tidur juga berperan penting dalam menyimpan energi untuk tubuh. Kualitas tidur yang baik merupakan suatu kebutuhan bagi setiap individu karena kualitas tidur juga dapat mempengaruhi denyut jantung seseorang (Hasanah, 2020)

Penelitian oleh Anggarwal (2018) menyatakan kualitas tidur yang buruk atau tidak mencukupi ≥ 7 jam/ malam pada seseorang berhubungan dengan peningkatan tekanan darah. Selain itu Liu (2016) juga menjelaskan bahwa prevelensi pada orang yang hipertensi menunjukan kualitas tidur yang buruk yaitu sebanyak (69,74%) (Hasanah, 2020)

Selama tidur, terjadi penurunan tekanan darah yang relative di bandingkan saat terjaga, penurunan kerja saraf simpatik mengakibatkan penurunan tekanan darah yang berkisar 10-20% dari tekanan darah normal. Kualitas tidur yang buruk, dapat ditandai dengan sering terjaga, kesulitan memulai tidur, dan kurangnya kualitas tidur yang dapat berpengaruh pada keseimbangan dan penurunan tekanan darah. Pada individu dengan kualitas tidur yang buruk, sering terjaga di malam hari, dan waktu tidur yang tidak memadai, akan meningkatkan tekanan darah. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa lansia, terutama perempuan, cenderung lebih banyak mengalami gangguan tidur dan memiliki kualitas tidur yang buruk (J et al., 2020)

Hipertensi seringkali disebut sebagai “the silent killer” (pembunuh siluman), akibat dari banyaknya penderita hipertensi tanpa adanya gangguan maupun gejala. Komplikasi akan terjadi pada organ bagian vital, seperti jantung, otak, dan ginjal, tanpa dirasakan oleh penderita. Ada berbagai gejala akibat hipertensi yaitu pusing, gangguan penglihatan, dan sakit kepala. Banyak terjadi pada penderita hipertensi lanjutan saat tekanan darah mereka telah mencapai angka tertentu (Permata Sari Lubis et al., 2022)

Pengobatan farmakologi merupakan pengobatan yang menggunakan obat anti hipertensi untuk menurunkan atau menstabilkan tekanan darah. Pengobatan hipertensi terdiri dari beberapa upaya yang harus diikuti oleh penderita hipertensi dalam mengontrol hipertensinya. Upaya tersebut meliputi meminum obat secara teratur yang harus diikuti dengan perubahan untuk mengurangi kebiasaan merokok, lakukan olahraga secara teratur, kurangi berat badan jika overweight, selain itu penderita hipertensi juga dapat melakukan diet hipertensi dengan cara mengurangi sodium, alkohol dan kafein, makan dengan diet sehat termasuk didalamnya perbanyak makan buah dan kurangi lemak, serta mengendalikan stress dengan baik (Avelina & Natalia, 2020)

Berdasarkan uraian di atas menunjukkan betapa bahayanya jika hipertensi tidak segera di tangani dengan baik yang bisa mengakibatkan timbulnya berbagai penyakit, (seperti gagal ginjal,stroke,dan gagal jantung dan bahkan hal terburuknya berakhir dengan kematian). Hipertensi sendiri dapat disebabkan oleh genetik,pola makan,gaya hidup,dan karakteristik. Hipertensi juga berdampak pada masalah kualitas tidur yang mengakibatkan sulitnya mengontrol tingginya tekanan darah.

Kualitas tidur yang buruk dapat meningkatkan risiko hipertensi, karena tidur yang tidak berkualitas berpotensi untuk menaikkan tekanan darah seseorang. Hal ini disebabkan oleh hormon aldosteron, yang berperan dalam mengatur keseimbangan tekanan darah, tidak berfungsi secara optimal. Akibatnya, kurang tidur dapat membuat sistem saraf menjadi lebih aktif, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi seluruh sistem tubuh, termasuk jantung dan pembuluh darah.

Tidur memiliki peran penting dalam tubuh kita, salah satunya dengan memperlambat denyut jantung dan secara signifikan menurunkan tekanan darah. Ketika seseorang mengalami tidur yang pendek, sistem kardiovaskuler mereka harus bekerja lebih keras, yang dapat mengakibatkan peningkatan tekanan darah dan denyut jantung. Selain itu, durasi tidur yang singkat juga dapat merangsang hiperaktivitas pada sistem saraf simpatik, yang berujung pada peningkatan stres dan berpotensi menyebabkan hipertensi. Gangguan pada ritme sirkadian dan sistem otonom juga sering kali terjadi akibat kurang tidur. Tidak hanya itu, tidur yang tidak cukup juga akan menyulitkan seseorang untuk mempertahankan gaya hidup sehat dan meningkatkan risiko hipertensi (Bunganing Eswarya et al., 2023)

Gejala yang sering dialami penderita antara lain sakit kepala, kesulitan bernapas karena sesak, pusing, kaku tengkuk, dan keadaan ingin buang air kecil pada malam hari atau nokturia yang dapat mengganggu tidur dan berdampak pada kualitas tidur dimana hal tersebut akan memengaruhi tekanan darah dan pengendaliannya, perburukan

perkembangan hipertensi yang dapat berakibat pada peningkatan risiko stroke dan jantung.

B. Batasan Masalah

Pada studi kasus ini asuhan keperawatan di berikan pada pasien penderita hipertensi dengan gangguan kualitas tidur di RSI Islam Klaten. Aspek kasus yang akan diteliti oleh peneliti akan terjawab dengan studi kasus yang akan dilakukan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan urain pada latar belakang masalah maka rumusan masalah ini adalah “Bagaimana asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dapat meningkatkan kualitas tidurnya di RSU Islam Klaten?”

D. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Menggali asuhan keperawatan yang tepat bagi pasien hipertensi dalam meningkatkan kualitas tidurnya di RSU Islam Klaten

2. Tujuan Khusus

- a. Menggali pengkajian keperawatan dari data subjektif dan objektif yang berkaitan dengan pasien hipertensi dengan gangguan kualitas tidur.
- b. Mempelajari diagosa keperawatan yang tepat berdasarkan pengkajian dalam asuhan keperawatan
- c. Menggali perencanaan asuhan keperawatan yang sesuai untuk mengatasi gangguan kualitas tidur pada pasien hipertensi.
- d. Mempelajari pelaksanaan yang efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pasien.
- e. Menggali evaluasi dari hasil perencanaan yang dilakukan terhadap perbaikan kualitas tidur dan kestabilan tekanan darah pasien.

E. Manfaat Penulisan

Penulisan studi kasus ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada pasien hipertensi dengan gangguan kualitas tidur. Manfaat penulisan ini terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat prakti, berikut manfaat dari penulisan studi kasus ini;

1. Manfaat Teoritis

Penulisan sutdi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam memberikan landasan teori dalam penyusunan diagnosa keperawatan, intervensi, dan evaluasi pada pasien dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Memberikan pemahaman praktis mengenai pentingnya menjaga kualitas tidur dalam pengendalian tekanan darah serta cara-cara sederhana yang dapat dilakukan di rumah untuk memperbaiki pola tidur.

b. Bagi Perawat

Memberikan panduan praktis dalam memberikan asuhan keperawatan yang tepat dan terfokus pada pasien hipertensi dengan gangguan tidur, termasuk teknik non-farmakologis yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur pasien.

c. Bagi Institusi Kesehatan

Mendorong peningkatan kualitas asuhan keperawatan melalui penerapan standar keperawatan berbasis kasus nyata, serta menjadi bahan evaluasi dan pengembangan SOP terkait manajemen gangguan tidur pada pasien hipertensi.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi referensi pembelajaran dalam menerapkan teori keperawatan ke dalam praktik nyata, khususnya pada kasus kombinasi antara gangguan sistem kardiovaskular dan gangguan pola tidur.

