

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tekanan darah tinggi juga dikenal sebagai hipertensi, terjadi ketika tekanan darah diarteri melebihi batas normal. Menurut WHO, tekanan darah masih normal pada 140/90 mmHg, namun dikategorikan hipertensi jika mencapai 160/95 mmHg (Adam, 2019). Meskipun sering tidak menunjukkan gejala, hipertensi dapat memicu kerusakan serius pada organ vital seperti jantung, otak, ginjal, dan meningkatkan risiko stroke. Bahkan, komplikasi paling mematikan dari hipertensi adalah infark miokard (serangan jantung) dan gagal jantung (Komang et al., 2022).

Berdasarkan data WHO (World Health Organization), Asia Tenggara menempati urutan ketiga dengan prevalensi Hipertensi tertinggi didunia, setelah Afrika dan Mediterania Timur(Nuraeni et al., 2020). Saat ini, sekitar 26,4% atau 972 juta orang didunia mengidap hipertensi. Angka ini diprediksikan terus tinggi hingga mencapai 29,2% pada tahun 2025. Dari total 927 juta penderita penyakit hipertensi, 333 juta berada dinegara maju, sedangkan sisanya 639 juta berada dinegara berkembang, mencakup Indonesia. Populasi penderita hipertensi selalu bertambah setiap tahunnya. Diperkirakan pada tahun 2025, jumlahnya naik mencapai 1,5 miliar orang, dengan 10,44 juta kematian akibat hipertensi dan komplikasi yang ditimbulkannya. Berdasarkan penelitian, 37,4% orang diprovinsi Jawa Timur menderita hipertensi esensial atau stress. Sekitar 18,13% atau 39,643

orang di bondowoso menderita hipertensi. Sekitar 9.744 laki laki dan 9.744 perempuan menderita hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah di 25 Puskesmas diseluruh kabupaten, berdasarkan jenis kelamin. Data menunjukkan bahwa 1.206 orang dikecamatan cerme dan 336 orang dikecamatan prajekan serta 436 orang di kecamatan tapen memiliki hipertensi.

Secara umum, dapat dikatakan bahwa penyebab utama hipertensi adalah pola hidup. Pola hidup yang kurang memprioritaskan kesehatan secara umum adalah penyebab utama hipertensi. Resiko darah tinggi meningkat secara tidak langsung akibat kebiasaan kesehatan yang buruk, seperti mengonsumsi makanan asin, manis, makanan cepat saji yang tinggi natrium, dan kurangnya berolahraga serta aktifitas fisik yang rendah (Marbun & Hutapea, 2022).

Nyeri akut merupakan salah satu tanda gejala yang muncul akan muncul pada penderita Hipertensi. Kerusakan Vaskuler pada pembuluh darah disebabkan oleh Hipertensi, yang mengakibatkan nyeri pada kepala hingga ke tengkuk. Penyumbatan pembuluh darah terjadi ketika arteri kecil dan arteriola mengalami perubahan struktur. Sirkulasi otak dapat terganggu jika pembuluh darah menyempit. Gangguan sirkulasi ini dapat meningkatkan resistensi darah, yang kemudian menyebabkan sakit kepala (Wulandari, 2020). *Numerical Rating Scales* (NRS) banyak digunakan sebagai alat untuk mendeskripska skala. atau untuk menialai intensita nyeri pasien menggunakan skala 0-10. Dimana nilai 0-3 yaitu tidak nyeri, nilai 4-6 yaitu nyeri sedang dan nila 7-10 adalah nyeri hebat.

Hipertensi dapat diobati dengan cara farmakologis atau nonfarmakologis.. Penggunaan obat antihipertensi seperti diuretic, penghambat adrenergic, dan vasodilator adalah bagian dari pengobatan Hipertensi dengan farmakologis. Terapi non farmakologis pada hipertensi adalah pengobatan melalui gaya hidup sehat termasuk diet rendah garam dan kolestrol, istirahat yang cukup, pengendalian stres, serta aktivitas cukup. *Guided Imagery* adalah tindakan nonfarmaklogis pada penderita hipertensi.

Teknik relaksasi dikenal sebagai terapi *Guided imagery* adalah cara untuk mengatasi kecemasan, stress, nyeri, depresi dan meningkatkan kuitas tidur. Teknik relaksasi yang dikenal sebagai terapi imajinasi terpimpin (*Guided Imaginary*) yang memungkinkan pasien untuk memperoleh kotrol sehingga mereka merasa lebih nyaman secara fisik dan mental. Teknik *Guided imaginary* memungkinkan pasien untuk mencapai control yang membuat mereka merasa lebih nyaman secara fisik dan mental. *Guided Imagery* dapat membantu mengurangi ketegangan otot, menurunkan tekanan darah, serta mengatasi kondisi fisik dan mental yang tidak seimbang. Dengan dilakukan secara teratur, terapi ini dapat efektif menurunkan tekanan darah pada penderita shipertensi yang tidak terkontrol. Untuk hasil yang optimal, terapi ini dapat dilakukan selaa 30 menit setiap hari..

Teknik imajinasi terbimbing sangat efektif dalam mencapai relaksasi penuh dengan menggunakan berbagai pendekatan untuk mengendalikan sistem saraf. Pada akhirnya, teknik ini dapat mengurangi tekanan darah, memberikan

ketenangan pikiran, dan membantu menjaga tekanan darah tetap normal (Aji et al., 2022).

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan Terapi *Guided Imagery* Terhadap Perubahan tekanan darah pada pasien Hipertensi di Rs Dr Koesnadi Bondowoso

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan Karya Tulis Ilmiah ini adalah Melakukan Implementasi penerapan *Guided Imagery* Terhadap Perubahan tekanan darah pada pasien Hipertensi Di Rs Koesnadi Bondowoso.

1.3.3 Tujuan Khusus

1. Melakukan Pengkajian pada pasien pendeita hipertensi dengan masalah tekanan darah tinggi di Ruang Teratai Rs Dr Koesnadi Bondowoso.
2. Merumuskan diagnose keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah darah tinggi di Ruang Teratai Rs D Koesnadi Bondowoso.
3. Merencanakan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah darah tinggi di Ruang Teratai Rs Dr Koesnadi Bondowoso.
4. Mendeskripsikan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah darah tinggi di Ruang Teratai Rs Dr Koesnadi Bondowoso.

5. Mendeskripsikan evaluasi tindakan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan masalah darah tinggi di Ruang Mawar Rs Dr Koesnadi Bondowoso.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Temuan penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai sumber bacaan atau referensi untuk meningkatkan dan menambah informasi pada pengetahuan terkini tentang : Implementasi penerapan *Guided Imagery* Terhadap Perubahan tekanan darah pada pasien Hipertensi Di Rs Koesnadi Bondowoso.

1.4.4 Manfaat Praktis

Keperawatan pada pasien Hipertensi untuk menerapkan teknik *Guided imagery* dalam perubahan tekanan darah.

1. Untuk Klien dan Keluarga

Berikan informasi tentang hipertensi, pencegahan, dan aplikasi terapi *guided imagery* terhadap perubahan tekanan darah tinggi.

2. Bagi Pembaca

Sebagai referensi untuk menggunakan imajinasi terbimbing dalam mengurangi tekanan darah pada penderita hipertensi.