

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Penyakit hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak di alami oleh banyak orang. Penyakit ini merupakan penyakit yang mematikan bagi banyak penduduk baik di negara maju maupun negara berkembang. Apalagi di zaman yang modern ini masih banyak penderita hipertensi terjadi pada orang dewasa baik pria maupun perempuan (Triyanto, 2014)

*World health organization* (WHO) mencatat pada tahun 2012 terdapat 839 juta kasus hipertensi dan diperkirakan akan menjadi 1,15 milyar pada tahun 2025 atau sekitar 29% presentase dari jumlah penduduk dunia, dimana penderita hipertensi lebih banyak dialami oleh wanita dengan presentase 30% dan pria 29%. National Health and Nutrition Examination Survey di Amerika pada tahun 2010-2012 presentase hipertensi pada orang dewasa mencapai sekitar 39-51%, artinya terdapat 58-65 juta penderita hipertensi (Triyanto, 2014).

Di Indonesia tahun 2013 pada usia 18 tahun ke atas mencapai sekitar 26,5%, dimana 25,8% penduduk yang sudah mengetahui menderita hipertensi dan 0,7% penduduk yang minum obat (Riskesdas, 2013). Di Sumatera Selatan presentasi penderita hipertensi sekitar 26,1% (Kemenkes, 2014). Di Kota Palembang presentasi penderita hipertensi

pada tahun 2016 pada perempuan mencapai 8.271 jiwa, pada laki-laki mencapai 5.259 jiwa(Dinkes, 2016).

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang terjadi pada seseorang karena gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan meningkatnya tekanan darah seseorang yaitu melebihi 160/95 mmHg (WHO, 1997 dalam Hariyanto & Sulistyowati, 2015). Komplikasi yang terjadi apabila hipertensi tidak terkontrol akan menyebabkan resiko terjadinya stroke, gagal jantung, infark jantung, kerusakan mata dan gagal ginjal. Banyaknya penderita hipertensi muncul dari berbagai faktor yang dapat menyebabkan hipertensi antara lain perokok, obesitas, alkoholisme, stres, konsumsi garam (Triyanto, 2014).

Selain faktor tersebut kecemasan juga dapat mempengaruhi pasien hipertensi. Kecemasan dapat diekspresikan melalui respons fisiologis yaitu tubuh memberi respons dengan mengaktifkan sistem saraf otonom (simpatis maupun parasimpatis). Apabila korteks otak menerima rangsang kemudian akan dikirim melalui saraf simpatis ke kelenjar adrenal maka akan melepaskan hormon epinefrin (adrenalin) yang dapat merangsang jantung dan pembuluh darah sehingga menimbulkan efek seperti nafas menjadi lebih dalam, nadi meningkat, dan tekanan darah meningkat dan hipertensi (Suliswati,dkk, 2015). Penelitian yang dilakukan Pramana *et al* (2016) juga membuktikan bahwa terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan hipertensi yaitu dengan hasil uji statistik adalah sebesar 27,273 artinya nilai sig < 0,05. Kecemasan yang dialami pada orang hipertensi

akan memperburuk keadaan yang mengakibatkan semakin naiknya tekanan darah dan *heart rate* (HR) (Triyanto, 2014).

Sebagai penatalaksanaan terhadap tingkat kecemasan yang dialami pasien hipertensi tersebut dapat melibatkan perawat dalam melakukan intervensi keperawatan. Intervensi keperawatan yang dapat dilakukan adalah terapi komplementer. Terapi komplementer merupakan terapi tradisional yang digabungkan dalam pengobatan modern (Andrews *et al.*, 1999 dalam Widyatuti, 2008). Terapi komplementer ini sudah banyak menjadi sorotan di berbagai negara. Terapi ini juga didukung oleh berbagai teori Nightingale, Roger, Leininger dan teori lainnya. Perawat melakukan terapi komplementer ini sesuai dengan kebutuhan pasien. Hal ini juga didukung oleh Permenkes Nomor 1109/Menkes/Per/IX/2007 tentang penyelenggaraan pengobatan komplementer-alternatif di fasilitas pelayanan kesehatan yaitu pasal 5 ayat 2 dalam pelaksanaan pengobatan komplementer-alternatif sebagaimana dimaksud pada ayat (1) harus dilakukan dengan standar profesi dan standar pelayanan kesehatan komplementer-alternatif yaitu dengan melakukan anamnesa, pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang, diagnosa, terapi, dan proses rujukan (Permenkes, 2007).

Beberapa terapi komplementer yang dapat dilakukan oleh perawat misalnya terapi relaksasi otot progresif. Teknik relaksasi otot progresif adalah teknik relaksasi yang memfokuskan pada aktivitas otot yang dilakukan untuk mengurangi ketegangan, kecemasan, mengatasi insomnia

dan asma (Ramdhani, 2006 dalam Triyanto, 2014). Teknik relaksasi otot progresif ini juga dapat menurunkan tekanan darah (Erviana, 2009 dalam Triyanto, 2014). Gerakan yang dapat dilakukan dalam teknik relaksasi otot progresif ini antara lain gerakan otot tangan, otot biceps, otot bahu, otot wajah, otot leher, otot punggung, otot dada, otot perut, otot paha, dan otot kaki. (Triyanto, 2014). Peran perawat yang bisa dilakukan dari pengetahuan tentang terapi komplementer teknik relaksasi otot progresif tersebut yaitu peran perawat sebagai konselor, pendidik kesehatan, peneliti, pemberi pelayanan langsung, koordinator dan sebagai advokat. Salah satunya sebagai pemberi pelayanan langsung misalnya pada pemberian terapi komplementer teknik relaksasi otot progresif sehingga perawat akan lebih banyak berinteraksi kepada pasien (Snyder&Lindquis, 2002 dalam Widyatuti, 2008).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Tyani *et al* tahun 2015 tentang efektifitas relaksasi otot progresif terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi esensial di Puskesmas Pekanbaru menunjukkan hasil teknik relaksasi otot progresif efektif dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi esensial dengan hasil uji statistik diperoleh nilai *p value* 0,001. Penelitian juga dilakukan Lestari & Yuswiyanti tahun 2015, tentang pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di ruang wijaya kusuma RSUD Dr.Soeprapto Cepu menunjukkan hasil ada pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi

yaitu hasil uji statistik diperoleh nilai  $p < 0,000$ . Serta didukung oleh data dari rekam medis Rumah sakit Islam Siti Khadijah Palembang yaitu pasien dengan diagnosa hipertensi pada bulan Maret 2017 sebesar 27 pasien diseluruh bangsal Rumah sakit Islam Siti Khadijah Palembang

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 23 April 2017 kepada 5 pasien dengan diagnosa hipertensi, saat dilakukan wawancara singkat pasien mengatakan mereka sangat cemas dan khawatir dengan penyakitnya bahkan pasien mengatakan bahwa mereka sangat takut jika tekanan darahnya terus naik nanti akan terjadi stroke.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tingkat Kecemasan Dan Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut didapat rumusan masalah sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang” ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi otot progresif
- b. Diketahui penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi otot progresif
- c. Dianalisis tingkat kecemasan dan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi otot progresif.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Rumah sakit Islam Siti Khadijah Palembang**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi rumah sakit tentang manfaat teknik relaksasi otot progresif yang dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan dan membantu dalam penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi

2. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Khatolik Musi Charitas Palembang

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan mahasiswa/i tentang manfaat teknik relaksasi otot progresif sehingga dapat menjadi motivasi dalam menerapkannya dan sebagai bahan bacaan untuk mahasiswa/i Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Khatolik Musi Charitas Palembang

3. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta dapat mengetahui tentang manfaat teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi

4. Bagi pasien

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan dan membantu menurunkan tekanan darah serta dapat menjadi panduan latihan untuk diterapkan pada pasien hipertensi dalam kehidupan sehari-hari.

5. Bagi perawat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk memberikan edukasi dan dapat melatih pasien dalam penatalaksanaan keperawatan tentang teknik relaksasi otot progresif dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan dan membantu dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

#### 6. Bagi keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang manfaat teknik relaksasi otot progresif dan dapat mengajarkan kepada pasien dan keluarga tentang teknik relaksasi otot progresif untuk membantu mengurangi tingkat kecemasan dan menurunkan tekanan darah

### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini termasuk dalam lingkup Keperawatan Medikal Bedah yang difokuskan untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi otot progresif terhadap tingkat kecemasan dan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang dirawat di Bangsal Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 03-11 bulan Mei 2017. Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan metode *pre-eksperiment* dengan rancangan *one group pre-test dan post-test*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *sampling* jenuh. Alat ukur yang digunakan yaitu untuk mengukur tingkat kecemasan adalah kuisisioner HARS dan untuk mengukur tekanan darah adalah *sphygmomanometer*(tensimeter)+stetoskop.

## F. Penelitian Terkait

No	Nama Peneliti	Judul	Hasil	Perbedaan		Persamaan
				Penelitian ini (punya orang)	Penelitian saat ini (yang akan saya lakukan)	
1	Tyani, Utomo, & N (2015) Vol.2 no.2	Efektifitas Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Esensial	Teknik relaksasi otot progresif efektif terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi esensial Hasil uji statistik diperoleh nilai p value 0,001	<ol style="list-style-type: none"> <li>Desain penelitian : Quasi Eksperimental dengan rancangan Non-Equivalent Control Group</li> <li>Lokasi : Di Puskesmas Pekanbaru</li> <li>Jumlah sampel : 30 responden</li> <li>uji statistik : uji t <i>independent</i> dan uji t <i>dependent</i></li> <li>Teknik pengambilan sampel : <i>purposive sampling</i></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Desain penelitian : Pre-eksperimen dengan rancangan one group pre-post test</li> <li>Lokasi : di Rumah sakit Islam Siti Khadijah Palembang</li> <li>Jumlah sampel : 20 subyek penelitian</li> <li>Uji statistik : uji <i>Spearman</i></li> <li>Alat ukur tingkat kecemasan : skala HARS</li> <li>Variabel dependen : tingkat kecemasan</li> <li>Teknik pengambilan sampel : <i>sampling</i> jenuh</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Jenis penelitian kuantitatif</li> <li>Populasi : semua pasien hipertensi</li> <li>Variabel : teknik relaksasi otot progresif</li> <li>Variabel dependen: tekanan darah</li> <li>Sampel : pasien hipertensi</li> <li>Alat ukur tekanan darah: <i>sphygmomanometer</i></li> </ol>

No	Nama Peneliti	Judul	Hasil	Perbedaan		Persamaan
				Penelitian ini (punya orang)	Penelitian saat ini (yang akan saya lakukan)	
2	Lestari & Yusniyanti (2014) Vol.3,No.1 :27-32	Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi	Ada pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi Hasil uji statistik diperoleh nilai p 0,000	<ol style="list-style-type: none"> <li>Desain penelitian : <i>Quasi-Eksperimental</i> dengan rancangan <i>group pre-post test</i></li> <li>Lokasi : di Ruang Wijaya Kusuma RSUD DR.R Soeprapto Cepu</li> <li>Populasi : semua pasien pre operasi</li> <li>Sampel : pasien pre operasi</li> <li>Jumlah sampel : 25 responden</li> <li>Teknik pengambilan sampel : <i>purposive sampling</i></li> <li>Uji statistik : uji <i>marginal homogeneity</i></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Desain penelitian : Pre-eksperimen dengan rancangan <i>one group pre-post test</i></li> <li>Lokasi : di Rumah sakit Islam Siti Khadijah Palembang</li> <li>Populasi : semua pasien hipertensi</li> <li>Sampel : pasien hipertensi</li> <li>Jumlah sampel : 20 subyek penelitian</li> <li>Teknik pengambilan sampel : <i>sampling jenuh</i></li> <li>Uji statistik : uji <i>Spearman</i></li> <li>Alat ukur untuk tekanan darah : <i>Sphygmomanometer</i> (tensimeter) <i>Aneroid</i> dan stetoskop</li> <li>Variabel dependen : tekanan darah</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Jenis penelitian kuantitatif</li> <li>Variabel dependen : tingkat kecemasan</li> <li>Alat ukur tingkat kecemasan : kuisioner HARS</li> </ol>

No	Nama Peneliti	Judul	Hasil	Perbedaan		Persamaan
				Penelitian ini (punya orang)	Penelitian saat ini (yang akan saya lakukan)	
3	Triwijaya, dkk (2014) Vol.2	Pengaruh Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Ibu Intranatal Kala I	Ada pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada ibu intranatal kala I Hasil uji statistik diperoleh nilai p 0,000	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desain penelitian : <i>Quasi Eksperiment</i> dengan rancangan <i>pre and post test without control</i></li> <li>2. Teknik pengambilan sampel : <i>convenience sampling</i></li> <li>3. Lokasi : di Rumah Bersalin Mardi Rahayu Semarang</li> <li>4. Populasi : semua pasien ibu intranatal kala I</li> <li>5. Sampel : pasien ibu intranatal kala I</li> <li>6. Jumlah sampel : 46 responden</li> <li>7. Uji statistik : uji <i>Wilcoxon</i></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desain penelitian : Pre-eksperimen dengan rancangan <i>one group pre-post test</i></li> <li>2. Teknik pengambilan sampel : <i>sampling</i> jenuh</li> <li>3. Lokasi : di Rumah sakit Islam Siti Khadijah Palembang</li> <li>4. Populasi : semua pasien hipertensi</li> <li>5. Sampel : pasien hipertensi</li> <li>6. Jumlah sampel : 20 responden</li> <li>7. Uji statistik : uji <i>Spearman</i></li> <li>8. Alat ukur untuk tekanan darah : <i>Sphygmomanometer Aneroid</i> dan stetoskop</li> <li>9. Variabel dependen : tekanan darah</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jenis penelitian kuantitatif</li> <li>2. Variabel dependen : tingkat kecemasan</li> <li>3. Alat ukur tingkat kecemasan : kuisisioner HARS</li> </ol>