

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi emergensi merupakan keadaan gawat medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik >180 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik >120 mmHg yang disertai tanda atau gejala kerusakan organ akut, seperti pada sistem saraf, sistem kardiovaskular, dan ginjal. Kondisi ini dapat bermanifestasi sebagai kejadian serebrovaskular akut atau gangguan fungsi serebral, sindrom koroner akut dengan iskemia maupun infark, edema paru akut, serta disfungsi ginjal akut. Peningkatan tekanan darah yang signifikan juga dapat menimbulkan keluhan nyeri, terutama nyeri kepala, yang dapat dirasakan berdenyut, menetap, dan mengganggu aktivitas maupun kualitas tidur pasien. Tekanan darah yang sangat tinggi pada pasien dengan kerusakan organ target akut merupakan keadaan gawat medis yang memerlukan penurunan tekanan darah secara segera, meskipun tidak harus mencapai nilai normal, guna melindungi fungsi organ vital melalui pemberian terapi antihipertensi intravena.(Panggabea, 2023).

Menurut laporan World Health Organization, (2023), diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan hampir separuh penderitanya tidak mengetahui bahwa mereka mengalami hipertensi. Hipertensi juga dapat menimbulkan masalah nyeri, terutama nyeri kepala, sebagai salah satu keluhan yang dapat dirasakan oleh penderita. Hipertensi yang tidak terkontrol merupakan faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular, stroke, penyakit ginjal kronis, hingga kematian dini, sehingga menjadi tantangan besar bagi sistem pelayanan kesehatan di berbagai negara.

Hipertensi masih menjadi salah satu penyakit tidak menular yang memiliki prevalensi tinggi di Indonesia. Berdasarkan Riskesdas RI, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 30,8%, sedangkan prevalensi berdasarkan diagnosis dokter sebesar 7,95%. Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah

kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius karena berpotensi menimbulkan berbagai komplikasi, termasuk hipertensi emergensi apabila tidak ditangani secara optimal (Irwandi, 2023).



Tingkat provinsi, prevalensi hipertensi di Jawa Timur mencapai 36,32%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional sebesar 30,8%. Selain itu, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur mengestimasi terdapat sekitar 11.702.478 penduduk usia ≥ 15 tahun yang menderita hipertensi, dengan proporsi 48,8% laki-laki dan 51,2% perempuan. Data ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan utama di Jawa Timur yang memerlukan upaya pencegahan dan penatalaksanaan yang komprehensif. Hipertensi juga dapat menimbulkan masalah nyeri, terutama nyeri kepala, yang dapat mengganggu kenyamanan dan aktivitas penderita. Hipertensi juga masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto tahun 2022, dari 322.515 penduduk yang telah menjalani pengukuran tekanan darah, sebanyak 99.852 penduduk (30,96%) teridentifikasi mengalami hipertensi. Angka tersebut menunjukkan bahwa hampir sepertiga masyarakat yang menjalani skrining memiliki tekanan darah tinggi, sehingga hipertensi masih menjadi salah satu penyakit tidak menular yang memerlukan perhatian serius. Tingginya angka kejadian hipertensi di Kabupaten Mojokerto juga meningkatkan risiko terjadinya komplikasi hipertensi, termasuk hipertensi emergensi. Apabila tekanan darah tidak terkontrol dengan baik, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi kegawatdaruratan medis yang ditandai dengan kerusakan organ target seperti otak, jantung, ginjal, maupun retina. Pada hipertensi emergensi, kerusakan organ target dapat disertai keluhan nyeri, terutama nyeri kepala. Oleh karena itu, upaya penatalaksanaan yang cepat dan tepat, termasuk pemberian asuhan keperawatan yang komprehensif, sangat diperlukan untuk mencegah morbiditas dan mortalitas akibat hipertensi emergensi (Permatasari, 2024).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang sering berlangsung tanpa gejala sehingga dikenal sebagai silent killer. Apabila tekanan darah tidak terkontrol akibat ketidakpatuhan pengobatan, gaya hidup yang tidak sehat, penyakit ginjal, maupun faktor pencetus lainnya, tekanan darah dapat meningkat secara progresif hingga mencapai kondisi hipertensi krisis. Pada sebagian kecil penderita, kondisi ini berkembang menjadi hipertensi emergensi

yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah yang sangat tinggi disertai kerusakan organ target akut (Lusito, 2024).

Manifestasi klinis hipertensi emergensi bergantung pada organ yang mengalami kerusakan. Kerusakan serebral dapat menimbulkan ensefalopati hipertensi, stroke iskemik maupun perdarahan intraserebral. Pada sistem kardiovaskular dapat terjadi sindrom koroner akut, edema paru akut, gagal jantung, hingga diseksi aorta. Sementara itu, pada ginjal dapat terjadi acute kidney injury akibat penurunan perfusi ginjal, dan pada mata dapat ditemukan retinopati hipertensi yang disertai gangguan penglihatan. Tanpa penatalaksanaan yang cepat dan tepat, kondisi tersebut dapat berakhir pada disabilitas permanen bahkan kematian. Oleh karena itu, hipertensi emergensi merupakan kegawatdaruratan medis yang memerlukan penurunan tekanan darah secara terkontrol menggunakan antihipertensi intravena kerja cepat dengan pemantauan ketat. Penurunan tekanan darah tidak boleh dilakukan terlalu cepat karena dapat menyebabkan hipoperfusi organ vital. Pedoman terkini merekomendasikan penurunan mean arterial pressure (MAP) sekitar 20–25% pada 1–2 jam pertama, kemudian disesuaikan dengan kondisi klinis dan jenis kerusakan organ target.

Hipertensi emergensi merupakan kondisi kegawatdaruratan yang memerlukan penatalaksanaan secara cepat, tepat, dan komprehensif untuk mencegah terjadinya kerusakan organ target lebih lanjut. Penatalaksanaan utama meliputi stabilisasi kondisi pasien, pemantauan hemodinamik secara ketat, pemberian antihipertensi intravena sesuai indikasi, serta evaluasi respons terapi secara berkala. Setelah kondisi akut mulai teratasi dan pasien dalam keadaan stabil, penatalaksanaan dilanjutkan dengan terapi farmakologis oral, modifikasi gaya hidup, edukasi, serta intervensi nonfarmakologis sebagai terapi pendamping untuk membantu mempertahankan kestabilan tekanan darah dan mencegah kekambuhan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan adalah terapi relaksasi otot progresif (*Progressive Muscle Relaxation/PMR*). Terapi ini termasuk dalam kelompok mind-body therapy yang dilakukan melalui kontraksi dan relaksasi kelompok otot secara sistematis sehingga menghasilkan keadaan relaksasi fisik maupun psikologis. Relaksasi

otot progresif dipilih karena mudah dilakukan, tidak memerlukan biaya yang besar, dapat dipraktikkan secara mandiri, serta aman diberikan sebagai terapi pendamping pada pasien hipertensi yang telah berada dalam kondisi stabil (Tilameo, 2023).

Secara fisiologis, relaksasi otot progresif bekerja dengan menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis. Mekanisme tersebut menyebabkan penurunan pelepasan katekolamin, menurunkan denyut jantung, mengurangi tahanan vaskular perifer, meningkatkan vasodilatasi pembuluh darah, serta memberikan efek relaksasi sehingga tekanan darah dapat menurun secara bertahap. Selain itu, terapi relaksasi otot progresif juga mampu mengurangi stres, kecemasan, dan ketegangan emosional yang merupakan salah satu faktor pencetus peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Tilameo, (2023) menunjukkan bahwa penerapan *Progressive Muscle Relaxation* selama tiga hari mampu menurunkan tekanan darah pada kedua responden hipertensi. Hasil penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang melaporkan adanya penurunan tekanan darah sistolik sebesar 28,7 mmHg dan diastolik sebesar 18 mmHg setelah latihan PMR, serta menunjukkan bahwa terapi ini efektif sebagai terapi komplementer dalam membantu mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi. Berdasarkan uraian tersebut, penerapan *Progressive Muscle Relaxation* pada pasien hipertensi emergensi menjadi salah satu inovasi intervensi keperawatan yang layak diterapkan setelah kondisi hemodinamik pasien stabil. Intervensi ini tidak dimaksudkan untuk menggantikan terapi farmakologis pada fase akut, melainkan sebagai terapi pendamping yang dapat membantu mempercepat tercapainya tekanan darah yang lebih terkontrol, meningkatkan kenyamanan pasien, serta mendukung keberhasilan asuhan keperawatan secara komprehensif. Oleh karena itu, Peneliti merasa tertarik untuk menerapkan asuhan keperawatan pada Ny.S dengan diagnosis medis hipertensi emergensi dan diagnosis keperawatan Nyeri Akut menggunakan teknik *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) sebagai terapi komplementer dalam membantu pengendalian tekanan darah serta meningkatkan pemahaman

pasien mengenai pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan dan modifikasi gaya hidup untuk mencegah kekambuhan hipertensi emergensi.



1.2 Tujuan Penulisan

1.2.1 Tujuan Umum

Melakukan penerapan Analisis Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Pada Ny. S Dengan Diagnosis Medis Hipertensi Emergensi Menggunakan Terapi Inovasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) Di Rsi Sakinah Mojokerto.

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis asuhan keperawatan Nyeri Akut pada Ny. S dengan diagnosis medis hipertensi emergensi melalui edukasi kesehatan yang dipadukan dengan terapi inovasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) di RSI Sakinah Mojokerto.
2. Menganalisis hasil penerapan intervensi asuhan keperawatan Nyeri Akut pada Ny. S dengan diagnosis medis hipertensi emergensi melalui edukasi kesehatan yang dipadukan dengan terapi inovasi *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) yang telah dipraktikkan di RSI Sakinah Mojokerto.

1.2.3 Manfaat Penulisan

1. Manfaat Bagi Pasien dan Keluarga

Sebagai tambahan informasi atau pengetahuan terkait penyakit hipertensi emergensi dan tindakan relaksasi otot progresif untuk membantu menurunkan tekanan darah serta tindakan ini dapat dilakukan di rumah oleh pasien maupun keluarga setelah kondisi pasien stabil.

2. Manfaat Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa dapat menambah informasi terkait hipertensi emergensi serta pengetahuan dan pengalaman terkait dengan pengerjaan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi emergensi dengan menerapkan intervensi relaksasi otot progresif.

3. Manfaat Bagi Perawat

Dapat dijadikan sebagai tambahan informasi dan referensi dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi emergensi serta

dapat menerapkan intervensi relaksasi otot progresif pada pasien hipertensi emergensi sebagai terapi komplementer.

4. Manfaat Bagi Instansi Pendidikan

Dapat dijadikan sebagai suatu tambahan materi tentang pentingnya menjaga dan mengontrol tekanan darah agar komplikasi akibat hipertensi dapat dicegah atau diminimalisir. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, seperti stroke, penyakit jantung, gagal ginjal, dan kerusakan organ target lainnya, sehingga diperlukan upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif melalui asuhan keperawatan yang tepat

