

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi dianggap sebagai faktor resiko utama bagi berkembangnya penyakit jantung dan berbagai penyakit vaskuler pada orang-orang yang telah lanjut usia, hal ini disebabkan ketegangan yang lebih tinggi dalam arteri sehingga menyebabkan hipertensi. Lansia sering terkena hipertensi disebabkan oleh kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Selain itu penyebab hipertensi pada lansia juga disebabkan oleh perubahan gaya hidup dan yang lebih penting lagi kemungkinan terjadinya peningkatan tekanan darah tinggi karena bertambahnya usia lebih besar pada orang yang banyak mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung garam (Ritu Jain, 2011).

Setiap tahun hipertensi menjadi penyebab kematian nomor satu dari 7 juta penduduk di dunia. Di samping itu hipertensi juga menyebabkan kerusakan jantung, mata, otak, dan ginjal. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) dari 50% penderita hipertensi yang diketahui hanya 25% yang mendapat pengobatan dan hanya 12,5% yang diobati dengan baik (*adequately treated cases*) (Admin, 2007). Menurut penelitian yang dilakukan Boedi Darmojo pada tahun 2011 di Indonesia diperoleh terjadi peningkatan lansia yang menderita hipertensi sekitar 50% di Jawa sekitar 42,6%.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto didapatkan dari data satu tahun terakhir pada tahun

2015 bahwa hampir separuh dari jumlah lansia yang tinggal di panti tersebut menderita hipertensi, yaitu terdapat setidaknya ada 43,6% penderita dari total keseluruhan adalah 39 orang lansia.

Sebagai perawat kita perlu memberikan tindakan segera dalam memberikan intervensi untuk menangani hipertensi. Hipertensi tidak bisa hanya diberikan dengan tindakan farmakologis tanpa melibatkan intervensi non farmakologis. Salah satu intervensi non farmakologis yaitu dengan terapi relaksasi. Terapi relaksasi dapat dijadikan sebagai upaya penyembuhan bagi penderita hipertensi. Terapi yang sudah digunakan salah satunya yaitu relaksasi dengan meditasi, menurut Suryani (2008), secara umum latihan relaksasi meditasi dapat menurunkan tekanan darah tinggi sistolik lebih dari 20 mmHg dan diastolik 10 -15 mmHg. Relaksasi menjadikan efek obat hipertensi lebih efektif, jika penderita yang sedang melaksanakan pengobatan farmakologis.

Hal itu karena dalam relaksasi terkandung unsur pencenangan diri yang dapat menyetabilkan tekanan darah. Selain itu, relaksasi juga merupakan usaha untuk menghilangkan stres sebagai salah satu faktor pemicu utama hipertensi. Oleh karena itu relaksasi sangat disarankan bagi penderita hipertensi disamping sebagai upaya pengobatan lain atau usaha pengobatan pendamping (Dalimartha, , 2008).

Berdasarkan dari uraian di atas peneliti tertarik ingin melakukan penelitian apakah ada pengaruh terapi relaksasi dengan metode *quantum vibration* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah yang dapat diambil yaitu “Apakah terapi relaksasi dengan metode *quantum vibration* dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto ?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisa pengaruh terapi relaksasi dengan metode *quantum vibration* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum diberikan terapi relaksasi dengan metode *quantum vibration* pada lansia dengan hipertensi di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto.
- b. Mengidentifikasi tekanan darah sesudah diberikan terapi relaksasi dengan metode *quantum vibration* pada lansia dengan hipertensi di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto.
- c. Menganalisis pengaruh terapi relaksasi dengan metode *quantum vibration* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi peneliti

Sebagai informasi untuk melakukan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan pengobatan terhadap hipertensi.

Peneliti mampu mengidentifikasi pengaruh terapi relaksasi dengan metode *quantum vibration* terhadap tekanan darah, sehingga peneliti mampu mengaplikasikan ilmu yang didapatkan dari hasil penelitian ke dalam kehidupan sehari-hari.

1.4.2 Bagi responden

Hasil penelitian ini dapat berguna sebagai sumber data baru yang bisa digunakan sebagai terapi komplementer atau pemecahan masalah yang ada kaitannya dengan hipertensi pada lansia.

Hasil penelitian dapat dilakukan sebagai usaha promotif, preventif dan rehabilitative bagi lansia yang mengalami hipertensi.

1.4.3 Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif lain dalam pemecahan masalah terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto.