

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Lansia adalah individu yang mengalami proses menua, dengan bertambahnya usia maka seseorang akan mengalami penurunan kondisi fisik maupun non fisik secara alamiah dengan begitu lanjut usia akan mengalami produktivitas bahkan tidak mampu untuk memenuhi kebutuhannya (Handayani, 2021). Lansia merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan, periode lansia ini merupakan periode penutup bagi rentang kehidupan seseorang, dimana telah terjadi kemunduran fisik dan psikologis secara bertahap, seiring dengan perubahan usia, orang lanjut usia akan mengalami berbagai perubahan seperti fisiologis, kognitif dan psikososial. Salah satu perubahan fisiologis yang dialami oleh lansia yaitu adanya gangguan tidur (Utami, 2021).

Prevalensi lansia menurut WHO (*World Health Organization*), di kawasan asia tenggara sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan mengalami 3 kali lipat dari tahun ini (Eviyanti, 2020). Data Badan Pusat Statistik (2021) menyebutkan jumlah penduduk lansia di dunia meningkat dari 18 juta jiwa (7,6%) pada tahun 2010 meningkat menjadi 27 juta jiwa (10%) pada tahun 2020. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat menjadi 40 juta jiwa (13,8%) pada tahun 2035.

Pola hidup modern yang sekarang cenderung membuat penduduknya menyukai hal-hal yang instan tanpa memperhatikan aspek baik buruknya bagi kesehatan, akibatnya mereka menjadi tidak produktif, malas beraktivitas fisik dan gemar mengkonsumsi makanan yang instan, yang sebagian besar makanan instan memiliki kandungan natrium yang tinggi. Selain itu, gaya modern tidak jarang menimbulkan stress, kebiasaan merokok, serta mengkonsumsi alcohol dan kafein yang berlebihan. Kegiatan tersebut tanpa disadari oleh manusia dalam jangka panjang dapat memicu timbulnya berbagai penyakit, termasuk hipertensi (Widyastuti, 2022).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang diseluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di Negara maju dan 639 sisanya berada di Negara berkembang, termasuk Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) menyatakan pada tahun 2020 Indonesia memiliki sejumlah 27.087.753 penduduk usia lanjut dengan rincian 12.912.675 laki-laki dan 14.175.078 perempuan. Provinsi Jawa Tengah prevalensi penduduk dengan hipertensi sebesar 37,57%. Pada wanita, prevalensi hipertensi sebesar 40,17%, lebih tinggi dibanding pada laki-laki 34,83% (Yuniati, 2022).

Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih dari atau sama 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Hipertensi termasuk salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan yang paling serius saat ini. Penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab utama kematian secara global (Muftadi, 2023). Hipertensi atau dikenal dengan tekanan darah tinggi ini terjadi apabila peningkatan tekanan darah systole dan diastole secara konsisten di atas 140/90 mmHg. Hipertensi menjadi salah satu penyakit yang sering dijumpai di Indonesia. Hipertensi dapat menyerang berbagai kalangan dari masyarakat tingkat sosial tinggi hingga menengah kebawah. Selain itu, meningkatnya usia pada seseorang berisiko untuk menderita hipertensi akan semakin besar dan karena pengaruh usia seseorang terhadap kemunculan stress juga sering terjadi (Ramayanti, 2022).

Hipertensi jika tidak segera ditangani, bisa menyebabkan munculnya penyakit-penyakit serius yang mengancam nyawa penderita, seperti gagal jantung, gagal ginjal, dan stroke. Hipertensi perlu mendapatkan perhatian khusus dan penanganan yang komprehensif mulai dari usaha preventif, promotif, kuratif, dan rehabilitatif. Penanganan hipertensi yang komprehensif bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, meliputi terapi konvensional dan terapi non konvensional. Terapi non konvensional merupakan terapi dengan pemberian obat-obatan yaitu obat anti hipertensi, sedangkan terapi non

konvensional merupakan terapi komplementer yang dapat dilakukan dengan bekam, akupuntur, tanaman tradisional, akupresur, dan pijat (*massage*) (Andiani, 2020).

Terapi pijat atau *massage* adalah salah satu terapi komplementer yang saat ini digunakan untuk hipertensi. *Massage* merupakan terapi paling efektif untuk menurunkan tekanan darah pada hipertensi karena dapat menimbulkan efek relaksasi pada otot-otot yang kaku sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah turun secara stabil. Macam-macam metode *massage* salah satunya yaitu metode *foot massage*. Gerakan-gerakan ritmis *massage* dapat mempercepat pengiriman darah dalam pembuluh vena sehingga dapat memperlancar sirkulasi darah dalam tubuh. Ada beberapa teknik *massage*, yaitu gosokan (*effleurage*), meremas (*petrissage*), menekan (*friction*), memukul (*tapotement*), dan getaran (*vibration*). (Andiani, 2020).

Foot massage merupakan salah satu terapi komplementer yang aman dan mudah diberikan dan mempunyai efek meningkatkan sirkulasi, mengeluarkan sisa metabolisme, meningkatkan rentang gerak sendi, mengurangi rasa sakit, merelaksasikan otot dan memberikan rasa nyaman pada pasien (Ainun, 2021). *Foot massage* merupakan terapi sentuhan tradisional yang dapat memberikan efek relaksasi dan melemaskan otot-otot yang tegang, dan juga bermanfaat bagi kesehatan. *Massage* memperlancar peredaran darah dengan memberikan efek langsung yang bersifat mekanis dari tekanan dan gerakan secara berirama sehingga menimbulkan rangsangan yang ditimbulkan terhadap reseptor saraf juga mengakibatkan pembuluh darah melebar secara reflex sehingga melancarkan aliran darah (Awaliyah, 2022).

Berdasarkan penelitian Awaliyah tahun 2022 yang berjudul “Efektivitas *Foot Massage* dan Teknik Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di RS BHAYANGKARA Lemdiklat POLRI” *Foot massage* salah satu terapi komplementer yang menggabungkan berbagai teknik relaksasi, sentuhan, dan teknik distraksi. Terapi dengan memijat telapak kaki dimana telapak kaki merupakan ujung-ujung syaraf yang dapat di stimulasi dengan pijatan lembut menggunakan tangan. Terapi ini

dapat memperlancar aliran darah, menurunkan ketegangan otot, sehingga dapat menurunkan stress secara tidak langsung juga dapat menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan hasil wawancara yang penulis lakukan pada tanggal 12 Juni 2023 dengan kepala ruang yang dilakukan peneliti di Ruang Mawar 2 RSUD Karanganyar. Didapatkan hasil bahwa *foot massage* terhadap tekanan darah pada lansia belum pernah dilakukan dan diperoleh jumlah pasien lansia dengan hipertensi selama bulan Mei berjumlah 24 pasien lansia. Setelah dilakukan wawancara peneliti kepada lansia penderita hipertensi, semua mengatakan saat ini hanya meminum obat anti hipertensi yang didapatkan dari puskesmas, pasien belum mengetahui terapi lain seperti *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah. Berdasarkan pembahasan diatas, penulis tertarik untuk melakukan intervensi dalam sebuah Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul “Penerapan *Foot Massage* untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di RSUD Karanganyar”.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimanakah Penerapan *Foot Massage* Terhadap Tekanan Darah pada Lansia di RSUD Karanganyar”.

C. TUJUAN PENERAPAN

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implementasi pemberian *foot massage* terhadap tekanan darah pada lansia di RSUD Karanganyar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil tekanan darah sebelum dilakukan penerapan *foot massage* pada lansia di RSUD Karanganyar.
- b. Mendeskripsikan hasil tekanan darah sesudah dilakukan penerapan *foot massage* pada lansia di RSUD Karanganyar.

- c. Mendeskripsikan hasil tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan *foot massage* pada lansia di RSUD Karanganyar pada 2 (dua) responden.
- d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir dilakukan penerapan *foot massage* pada lansia di RSUD Karanganyar pada 2 (dua) responden.

D. MANFAAT PENERAPAN

1. Bagi Masyarakat

Membudayakan pengelolaan pasien dengan *foot massage* secara mandiri melalui pengelolaan dengan cara tindakan secara mandiri.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan *foot massage* secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pasien hipertensi.
- b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang tindakan *foot massage* pada pasien hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka meningkatkan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

3. Bagi Penulis

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan *foot massage* pada klien hipertensi.

4. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan dapat menjadi acuan dalam melaksanakan asuhan keperawatan dalam membantu pelayanan kesehatan di Rumah Sakit.