

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi biasa disebut dengan tekanan darah tinggi. Hipertensi merupakan kondisi medis yang serius dan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal serta penyakit lainnya. Hipertensi penyebab utama kematian dini di seluruh dunia dengan lebih dari 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita serta lebih dari satu miliar orang mengalami kondisi tersebut. Dimana bisa dikatakan seseorang mengalami hipertensi jika tekanan darah sistolik dan diastolik sudah naik diatas 140/90 mmHg. Hipertensi juga dapat menyerang kelompok sosial yang berbeda dari tingkat sosial yang tinggi hingga menengah ke bawah (WHO, 2020).

Di Indonesia, lebih dari 65 juta penduduk menderita hipertensi. Prevalensi hipertensi tersebut menanjak tajam yakni dari tahun 2013 yang hanya 8,4% sampai menjadi 26% pada tahun 2018. Lansia yang berumur >75 tahun memiliki prevalensi hipertensi tertinggi yaitu sebesar 69,5%, lansia yang berusia 65-74 tahun dengan prevalensi 63,2%, dan sebanyak 55,2% berumur 55-64 tahun (Kemenkes, 2019). Di Jawa Tengah, Prevalensi hipertensi mencapai 37,57%. Sementara itu, prevalensi hipertensi pada perempuan sebanyak 40,17% lebih tinggi daripada laki-laki sebanyak 34,83%. Prevalensi hipertensi di wilayah perkotaan sebanyak 38,11% sedikit lebih tinggi jika dibandingkan dengan perdesaan sebanyak 37,01%. Peningkatan hipertensi ini terjadi karena adanya perubahan pola dan gaya hidup modern yang lebih menyukai semua dalam bentuk instan sehingga menyebabkan sedentary lifestyle (Dinkes, 2021).

Hipertensi termasuk penyakit tidak menular yang dapat dijumpai, tekanan sistolik atau yang disebut dengan tekanan atas termasuk keadaan yang menyatakan pembuluh arteri saat jantung berdenyut atau berdetak, sementara tekanan diastolik atau yang disebut tekanan bawah termasuk suatu keadaan tekanan jantung beristirahat diantara saat melakukan pemompaan. Jantung yang bekerja keras dalam memompa darah untuk melengkapi kebutuhan nutrisi dan oksigen didalam tubuh dapat

mengakibatkan tekanan darah meningkat (Hasmi, 2021).

Seseorang akan lebih rentan mengalami hipertensi apabila terdapat anggota keluarga dengan riwayat penyakit hipertensi. Selain itu, seseorang berusia di atas 60 tahun dan mempunyai penyakit bawaan seperti diabetes dan gangguan ginjal juga berisiko lebih tinggi mengalami hipertensi. Faktor risiko hipertensi yang bisa kita kontrol dapat hadir dari pola makan yang tidak sehat, gaya hidup sedenter, konsumsi rokok dan alkohol, serta obesitas (WHO, 2020).

Lansia merupakan seseorang yang usianya memasuki 60 tahun. Perubahan yang banyak terjadi pada lansia mempunyai karakteristik seperti kulit mengendur, rambut beruban, perubahan system sensori seperti penurunan daya ingat, penurunan kemampuan pendengaran dan penglihatan, serta akan terjadi perlambatan aktivitas (Mawaddah, 2020). Komposisi penduduk lanjut usia terus meningkat baik di negara maju maupun negara berkembang, sampai saat ini di seluruh dunia jumlah lanjut usia diperkirakan sebanyak 500 juta jiwa dengan usia rata-rata 60 tahun. World Health Organization (WHO) memperkirakan pada tahun 2025 jumlah lansia di seluruh dunia akan mencapai 1,2 miliar orang dan akan terus bertambah hingga 2 miliar orang dengan lanjut usia pada tahun 2050. Jumlah lansia di Indonesia mencapai 23,66 juta jiwa penduduk (9,03%). Jumlah penduduk lansia telah diprediksi sebanyak (27,08 juta) pada tahun 2020, sebanyak (33,69 juta) pada tahun 2025, sebanyak (40,95 juta) pada tahun 2030, dan sebanyak (48,19 juta) pada tahun 2035 (Kemenkes, 2021).

Salah satu terapi non-farmakologi yang efektif untuk menurunkan hipertensi yaitu terapi akupresur. Terapi akupresur merupakan bagian dari ilmu akupunktur medis yang menggunakan stimulasi mekanik pada titik akupunktur untuk memunculkan efek preventif, promotif, kuratif atau rehabilitatif tertentu yang diinginkan menggunakan bagian tubuh seperti ujung jari, pangkal tangan, siku ataupun menggunakan alat bantu berujung tumpul dari bahan kayu, logam atau batuan. Terapi akupresur belum banyak dilakukan di Indonesia khususnya di daerah pedesaan. Akupresur lebih banyak dimaksudkan untuk penyegaran tubuh. Cara pemijatan dengan metode akupresur berbeda dengan cara pemijatan refleksologi. Metode pemijatan akupresur dilakukan dengan menekan atau menggetarkan

(vibration) selama 15 –20 detik untuk tiap tempat atau titik (Kamelia ND, 2021).

Peran masyarakat amatlah penting untuk meningkatkan Pengetahuan dalam melakukan Teknik akupresur. Di mana masyarakat seringkali tidak mengetahui penyebab terjadinya tekanan darah tinggi seperti apa dan teknik untuk mengurangi keluhan tekanan darah tinggi seperti apa. kebanyakan korban tidak terselamatkan karena terlambat mendapatkan pertolongan, atau kurang memahami tentang bagaimana teknik dalam mengurangi tekanan darah tinggi. Terlalu jauh dengan fasilitas kesehatan sehingga korban tidak mendapatkan pertolongan. Kondisinya akan berbeda jika masyarakat mempunyai pengetahuan dan paham dengan tehnik dalam mengurangi tekanan darah tinggi dengan penderita hipertensi. Jika seseorang paham dan memiliki pengetahuan dapat memberikan pertolongan pertama sebelum korban di bawa ke fasilitas kesehatan (Iswati, 2022).

Studi pendahuluan penulis lakukan di Puskesmas Grabag pada bulan Juni 2024 didapatkan data (Bulan Januari – Mei 2024) diketahui jumlah penderita hipertensi sebanyak 350 orang dari kalangan lansia sebanyak 150 penderita dengan rincian 80 lansia wanita dan 70 lansia laki-laki (Data Rekam Medik Puskesmas Grabag, 2024). Sebanyak 150 penderita tersebut tersebar di 32 desa di wilayah kerja Puskesmas Grabag, salah satunya Desa Pasaranom sebanyak 5 lansia. Wawancara yang penulis lakukan dengan petugas Puskesmas, bahwa intervensi yang dilakukan puskesmas untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan memberikan obat penurun tekanan darah berupa amlodipine disertai penyuluhan pembatasan makanan tinggi natrium. Namun, beberapa penderita jarang kontrol dan mengatakan bahwa penggunaan obat tersebut dapat menimbulkan efek samping. Penyuluhan tentang pencegahan hipertensi juga dilakukan di Puskesmas Grabag guna menghibau agar penderita rutin mengontrol hipertensinya sehingga meminimalkan komplikasi yang muncul akibat tekanan darah yang tinggi.

Peran tenaga kesehatan penting untuk meningkatkan potensi kurangnya penderita penyakit tekanan darah tinggi, karena dengan meningkatkan pengetahuan/penyuluhan dengan teknik atau cara-cara dalam mengurangi tekanan darah terutama bagi penderita penyakit hipertensi akan sangat berdampak bagi kesehatan. maka dari itu, diperlukan peran aktif dari

berbagai pihak (Tenaga kesehatan, keluarga, dan penderita itu sendiri) harus mengetahui mengetahui teknik atau cara dalam mengurangi tekanan darah tinggi (Hipertensi). Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk memberikan terapi non farmakologis (Terapi akupresur) untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi khususnya lansia yang berada di wilayah kerja Puskesmas Grabag.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, masalah yang dapat dirumuskan adalah “Bagaimanakah penurunan tekanan darah lansia sebelum dan setelah dilakukan akupresur di wilayah kerja Puskesmas Grabag?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil penerapan terapi akupresur untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Grabag.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan penerapan akupresur di wilayah kerja Puskesmas Grabag.
- b. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah setelah dilakukan penerapan akupresur di wilayah kerja Puskesmas Grabag.
- c. Mendeskripsikan perbandingan tekanan darah sebelum dan setelah penerapan akupresur di wilayah kerja Puskesmas Grabag.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Lansia

Penerapan akupresur dapat membantu lansia dalam menurunkan hipertensi dengan dibantu tenaga kesehatan yang ahli di bidangnya sebagai terapi non farmakologis.

2. Bagi Puskesmas Grabag

Tenaga kesehatan di Puskesmas Grabag dapat melakukan sosialisasi secara rutin pemberian terapi akupresur untuk membantu menurunkan tekanan darah khususnya kepada lansia yang menderita hipertensi di

wilayah kerjanya.

3. Bagi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

Hasil penerapan ini dapat dimasukkan dalam materi dan skill laboratorium khususnya pada program studi diploma tiga keperawatan sebagai tambahan intervensi terapi non farmakologis yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penerapan ini dapat digunakan sebagai penambah data untuk penelitian selanjutnya sehingga dapat melanjutkan penelitiannya.