

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World health Organization (WHO) mengemukakan bahwa diseluruh dunia 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun menderita hipertensi (WHO, 2023). Prevalensi penderita hipertensi di Indonesia, usia 55-64 tahun sebanyak (55,2%), kelompok usia 65-74 tahun sebanyak (63,2%), dan kelompok usia 75 tahun sebanyak (69,5%) dari jumlah lansia sebesar 9,6% atau sekitar 25,64 juta lansia (Kemenkes, 2019). Dinas kesehatan provinsi jawa tengah Suminar, (2021) menyatakan bahwa prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Tengah mengalami peningkatan sebesar 10,3% dari 20,8% pada tahun 2013 menjadi 31,1% pada tahun 2018. Dari 29 Kabupaten dan 6 kota yang ada di provinsi jawa tengah, kabupaten grobogan merupakan salah satu kejadian prevalensi hipertensi tertinggi di jawa tengah dengan presentase 17,5 %.

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 & Purbaningrum, 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 & Apriyani, 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 & Etika, 2022)

Pemicu penyakit hipertensi dipengarungi oleh 2 faktor yaitu faktor yang tidak dapat dikontrol (meliputi, usia, jenis kelamin, keturunan), sedangkan faktor yang dapat dikontrol (meliputi konsumsi garam yang berlebih, kurang olahraga, kebiasaan merokok, stress, dan kegemukan (obesitas) (WHO, 2020). Dampak dari tekanan darah yang tidak terkontrol akan berakibat pada rusaknya endotel, mempercepat aterosklerosis dan menyebabkan kerusakan organ (Harahap et al., 2021). Hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi seperti stroke, penyakit pembuluh darah tepi, gangguan syaraf, penyakit ginjal, dan retinopati (Anshari, 2020). Hipertensi dapat menimbulkan resiko penyakit pada arteri coroner seperti angina, atrial fibrilasi, dan gagal ginjal (Sari et al., 2020).

Hipertensi dianggap sebagai penyakit serius karena dampak yang ditimbulkan sangat luas, bahkan dapat berakhir pada kematian. Hipertensi juga dijuluki sebagai *silent killer*, karena dapat mengakibatkan kematian mendadak bagi penderitanya. Kematian terjadi akibat dampak hipertensi itu sendiri atau penyakit lain yang diawali oleh hipertensi. Penyakit-penyakit tersebut di antaranya serangan jantung, kerusakan ginjal, glaukoma, disfungsi ereksi (Ramayanti et al., 2022). Penatalaksanaan secara farmakologi biasanya menggunakan obat-obatan yang dapat membantu dan dapat menurunkan serta menstabilkan tekanan darah. Efek samping penggunaan obat-obatan yang mungkin timbul adalah

sakit kepala, lemas, dan mual (Setyani et al., 2020). Penatalaksanaan non farmakologis meliputi modifikasi gaya hidup, mengurangi berat badan , mengurangi konsumsi alkohol, mengatur pola makan, terapi nafas dalam, dan terapi relaksasi (Ainurrafiq et al., 2019).

Intervensi pada penderita hipertensi dapat dikontrol dengan pemberian terapi farmakologis maupun non farmakologis. Penatalaksanaan secara farmakologis yaitu dengan mengonsumsi obat anti hipertensi. Penatalaksanaan non farmakologis yaitu dengan modifikasi gaya hidup, tidak merokok, akupresur, tidak minum alkohol, terapi herbal, relaksasi nafas dalam, aroma terapi, terapi musik klasik, meditasi dan terapi pijat refleksi (Aditya & Khoiriyah, 2021). Terapi non farmakologi dengan pijat refleksi menjadi pilihan karena tindakan ini aman bagi pasien karena bukan tindakan invasif dan mudah dilakukan oleh terapis. Dengan tindakan refleksi kaki akan memberikan rangsangan sehingga semua jalur energi terbuka dan aliran energi tidak lagi terhalang oleh ketegangan otot. sehingga mampu memperlancar aliran darah dan cairan tubuh pada bagian-bagian tubuh yang berhubungan dengan titik saraf kaki yang dipijat dan memberikan efek relaksasi pada tubuh, sehingga penderita terhindar dari ketergantungan obat hipertensi dan komplikasi dapat diminimalisir (Goesalosna, 2020).

Manfaat pijat refleksi untuk kesehatan sudah tidak perlu diragukan lagi. Salah satu khasiatnya yang paling populer adalah untuk mengurangi rasa sakit pada tubuh. Manfaat lainnya adalah mencegah berbagai penyakit, meningkatkan daya tahan tubuh, membantu mengatasi stress, meringankan gejala migrain, membantu penyembuhan penyakit kronis, mampu merilekskan ketegangan otot, melancarkan peredaran darah dan mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan (Windayanti, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pawenrusi & Nurwahida (2021) tentang efektifitas pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Muhammadiyah Delanggu.

Menyebutkan dalam penelitiannya terdapat pengaruh yang signifikan pemberian pijat reflek kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Ditunjukkan dengan hasil perhitungan menggunakan uji-t *pairet* atau Uji-t didapatkan hasil analisis data secara statistic membuktikan bahwa terdapat perbedaan tekaan darah sebelum dan sesudah diberikan pijat refleksi kaki dengan nilai $p\text{-value} = 0,00 < \alpha 0.05$). Hal tersebut dikarenakan pijat reflek kaki mampu memberikan efek relaksasi pada tubuh.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakuka penulis saat melakukan praktik keperawatan pada tanggal 06 – 19 Mei 2024 di ruang teratai 3 RSUD kartini karanganyar, dibangsal teratai 3 terdapat 34 bed. Terdapat 23,5 % atau 8 pasien memiliki riwayat hipertensi. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan, penatalaksanaan hipertensi yang di berikan perawat ruang teratai 3 hanya dengan pemberian terapi farmokologi. Pemberian intervensi pijat refleski untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi belum pernah dilakukan di ruang teratai 3 sebelumnya, Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penerapan pijat refleksi kaki untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di Ruang Teratai 3 RSUD Kartini Karanganyar.

B. Rumsan Masalah

“Berdasarkan pembahasan diatas, rumusan masalah yang dapat ditarik dalam penerapan ini adalah “ Bagaimanakah hasih penerapan pijat reflek kaki terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD karanganyar? “.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui implementasi pemberian reflek pijat kaki terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi RSUD Karanganyar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil tekanan darah sebelum dilakukan penerapan reflek pijat kaki pada pasien hipertensi di RSUD Kartini Karanganyar.
- b. Mendeskripsikan hasil tekanan darah sesudah dilakukan penerapan reflek pijat kaki pada pasien hipertensi di RSUD Kartini Karanganyar.
- c. Mendeskripsikan hasil tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan reflek pijat kaki pada pasien hipertensi di RSUD Kartini Karanganyar pada 2 (dua) responden.
- d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Kartini Karanganyar antara kedua responden.

D. Manfaat Penelitian

Penerapan ini diharapkan dapat memberikan manfaat :

1. Bagi Keluarga Pasien

Diharapkan penerapan reflek pijat kaki dapat menambah pengetahuan keluarga pasien terkait tindakan mandiri yang dapat dilakukan dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

- a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan reflek pijat kaki 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

Diharapkan penerapan ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi penulis dalam membawa wawasan dan informasi terkait terapi non farmakologis terhadap hipertensi. Selain itu dapat meningkatkan keterampilan penulis dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi

4. Bagi rumah sakit

- a. Sebagai bahan masukan tindakan aplikatif yang diperlukan pelaksanaan asuhan keperawatan secara komprehensif khususnya dalam memberikan refleksi pijat kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi.
- b. Meningkatkan mutu dan kualitas rumah sakit khususnya dalam pelayanan keperawatan pada pasien penderita hipertensi.