

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit paling mematikan di dunia yang sering dijuluki sebagai *silent killer* atau pembunuh diam-diam karena penyakit ini tidak memiliki gejala yang spesifik, dapat menyerang siapa saja, kapan saja, dan dimana saja serta dapat menimbulkan penyakit *degenerative* hingga kematian (Aisyiah dkk., 2023). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO, 2020) menunjukkan bahwa prevalensi kejadian hipertensi di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% masyarakat dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2030 diperkirakan peningkatan jumlah penderita hipertensi dilaporkan meningkat sebesar 1,28 milyar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia. WHO juga menyebutkan negara dengan ekonomi berkembang memiliki 40% penderita hipertensi, sedangkan negara maju hanya 35%, kawasan Afrika memegang posisi teratas penderita hipertensi, yaitu sebesar 40%, Amerika sebesar 35%, dan Asia Tenggara sebesar 36% (Septiani, 2024)

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menyebutkan prevalensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur  $\geq 18$  tahun sebesar 34,11%, tetapi penderita yang terdiagnosis oleh tenaga kesehatan atau riwayat minum obat sebesar 8,84%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan (Dinkes, 2019) Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2021 jumlah penderita hipertensi yang berusia mencapai  $\geq 15$  tahun mencapai 8.700.512 orang atau berkisar sebesar 30,4%, dari jumlah penderita hipertensi tersebut sebanyak 4.431.538 orang atau berkisar sebesar 50,9% sudah mendapatkan pelayanan kesehatan, Dinkes juga menyebutkan bahwa kota Semarang menempati urutan pertama dengan prevalensi hipertensi terbanyak sebesar 55,6%, sedangkan kabupaten Karanganyar dengan prevalensi penderita hipertensi sebesar 30,05%.

Tingginya angka hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor resiko seperti jenis kelamin, usia, keturunan, merokok, stress, obesitas, kurang olahraga, mengkonsumsi garam berlebihan, mengkonsumsi alkohol berlebih, faktor *genetic* dan

perubahan hormon (Bika & Rizka, 2022). Gejala yang sering dialami oleh penderita hipertensi yaitu sakit kepala, pusing, tengkuk terasa sakit, sulit tidur, sesak nafas, mudah lelah, lemas, dan disertai otot-otot yang menegang dan kaku, sedangkan hipertensi berat biasanya juga disertai komplikasi dengan beberapa gejala antara lain gangguan penglihatan, gangguan saraf, gangguan jantung, gangguan fungsi ginjal, dan gangguan serebral (otak) yang dapat mengakibatkan kejang dan pendarahan pembuluh otak, kelumpuhan, gangguan kesadaran, bahkan koma (Nengke P. Sari, 2022).

Upaya menurunkan prevalensi angka kejadian mortalitas dan morbiditas maka hipertensi dan komplikasinya dapat diminimalkan dengan penatalaksanaan terapi farmakologis dan non farmakologis (Maulana, 2022). Terapi farmakologis bisa dilakukan dengan menggunakan obat-obatan secara teratur seperti obat anti hipertensi yang diharapkan mampu mempunyai bioavailabilitas yang tinggi guna mengurangi efek mendadak seperti takikardia, meningkatkan kualitas hidup guna menurunkan risiko gagal jantung dan mengurangi recurrent infark miokard (Melizza & Putri, 2022). Terapi non farmakologis bisa dilakukan dengan cara kepatuhan menjalankan diet, menurunkan berat badan berlebih bagi penderita obesitas, rajin berolahraga, mengurangi konsumsi garam dan lemak jenuh, mengkonsumsi sayur dan buah guna mencukupi kalium, serta berhenti merokok (Evia dkk., 2022). Pendekatan terapi komplementer yang dapat mengurangi hipertensi adalah akupresur, ramuan cina, terapi herbal, relaksasi nafas dalam, aromaterapi, terapi music, meditasi dan pijat.

Salah satu terapi pijat yang dapat digunakan untuk mengurangi tekanan darah tinggi yaitu terapi *foot massage*, karena terapi ini dapat menimbulkan efek relaksasi pada otot-otot yang kaku sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah turun secara stabil (Ainun dkk., 2021a). *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 (Iffada dkk., 2024). *Foot massage* bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, mengurangi kegiatan jantung dalam memompa, dan mengurangi mengerutnya dinding-dinding pembuluh nadi halus sehingga tekanan pada dinding-dinding

pembuluh darah berkurang dan aliran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah akan menurun (Hidayat dkk., 2024).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Berdasarkan hasil penelitian (Yanti, 2020) terbukti untuk efektivitas *massage* punggung dan kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi, didapatkan rata-rata tekanan darah penderita hipertensi sesudah diberikan *massage* kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu dengan *sistole* 127,50 mmHg dan *diastole* 76,25 mmHg dengan standar deviasi yaitu dengan *sistole* 7,07 mmHg dan *diastole* 5,17 mmHg, tekanan darah terendah adalah 120/70 mmHg dan tertinggi adalah 140/80 mmHg dengan perlakuan *massage* kaki menunjukkan lebih besar pengaruhnya terhadap penurunan tekanan darah daripada *massage* punggung karena nilai *p* diastoliknya lebih kecil dengan didapatkan nilai *p* = tekanan darah *sistolik* 0,001 dan tekanan darah *diastolik* 0,000 ( $p < 0,05$ ), hal ini dikarenakan dengan *massage* pada kedua kaki lebih memberikan efek relaksasi yang lebih besar terhadap sirkulasi darah seluruh tubuh daripada hanya *massage* di punggung saja. Penelitian lain juga dilakukan oleh (Ainun, 2021) dengan hasil setelah melaksanakan terapi *foot massage* 3 hari berturut turut selama 15 menit nyeri kepala hilang, badan terasa ringan, rileks dan hasil tekanan darah *systole* menjadi stabil.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di RSUD Kartini Karanganyar, menunjukkan bahwa 37 pasien hipertensi dirawat inap di Bangsal Mawar 1 dari bulan November dan Desember 2024, dan 11 pasien tambahan tercatat pada Januari 2025. Hasil wawancara peneliti dengan kepala ruang Mawar 1 RSUD Kartini Karanganyar mengatakan belum pernah menerapkan terapi *foot massage* untuk mengetahui perubahan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Berdasarkan dari latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengaplikasikan "Penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Kartini Karanganyar".

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini adalah "Penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Kartini Karanganyar".

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implementasi Penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Kartini Karanganyar.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dilakukan Penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Kartini Karanganyar.
- b. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah pada penderita hipertensi setelah dilakukan Penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Kartini Karanganyar
- c. Mendeskripsikan perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan Penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Kartini Karanganyar
- d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir Penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Kartini Karanganyar antara 2 responden

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan penelitian tentang penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi yang dapat dipraktikkan di lingkungan rumah sakit

### 2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan bisa sebagai awal mula mendapat informasi, menambah wawasan dan pengetahuan mengenai penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi dan dapat diterapkan sebagai pengetahuan, baik dalam keperawatan praktik lapangan

3. Bagi Penulis

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan penelitian tentang penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.