

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap individu yang memiliki umur panjang akan mengalami proses penuaan. Fenomena yang kompleks dan multidimensional mempengaruhi kecepatan dan proses penuaan tiap-tiap individu sehingga perubahan di setiap orang lanjut usia akan berbeda-beda (Hermawan, 2021). Dalam UU No. 13 Tahun 1998, seseorang dikatakan lansia apabila sudah berumur 60 tahun atau lebih. Perubahan alamiah yang terjadi sepanjang usia tersebut ditandai dengan adanya perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat diobservasi sesuai tahap perkembangan kronologis tertentu. Semakin bertambahnya umur lansia, beberapa fungsi fisik maupun psikologis akan mengalami kemunduran termasuk dapat menyebabkan masalah kesehatan, seperti penyakit degeneratif salah satunya hipertensi.

Hipertensi menjadi masalah kesehatan utama yang umum terjadi pada masa ini. Hal ini disebabkan karena pada lansia, jaringan tubuh pada bagian arteri akan berubah menjadi kaku (Benetos, Petrovic, & Strandberg, 2019). Secara fisiologis, seiring bertambahnya usia seseorang, terjadi penyempitan lumen pembuluh darah dan pengerasan dinding pembuluh darah melalui proses yang dikenal sebagai aterosklerosis. Proses ini menyebabkan perubahan struktural termasuk meningkatnya kalsifikasi vaskuler (endapan mineral kalsium fosfat) yang mengakibatkan arteri menjadi kehilangan elastisitasnya sehingga darah dipaksa untuk melalui pembuluh darah yang lebih sempit dari biasanya. Perubahan inilah yang mengakibatkan tekanan di setiap pembuluh darah mengalami peningkatan (Yunus, Aditya, & Eksa, 2021).

Gejala peningkatan tekanan darah pada tahap awal bersifat asimtomatik, namun gejala akibat kenaikan tekanan darah yang tidak terkendali dapat menimbulkan gangguan rasa nyaman pada lansia. Gangguan rasa nyaman timbul saat perasaan seseorang merasa kurang nyaman dan sempurna dalam kondisi fisik, psikospiritual, lingkungan, budaya dan sosialnya (Keliat, 2015). Perubahan kenyamanan terjadi saat individu mengalami sensasi yang tidak menyenangkan dan berespon terhadap rangsangan yang berbahaya (Sensussiana, 2020). Ini berasal dari gejala hipertensi yang dapat muncul lebih dari satu pada saat yang bersamaan seperti jantung berdebar, penglihatan kabur, sakit kepala disertai rasa berat pada tengkuk, kadang disertai dengan mual dan muntah, telinga berdenging, gelisah, rasa sakit di dada, mudah lelah, muka memerah, mimisan dan kesemutan (Sari, 2017). Sehingga, keluhan ketidaknyamanan biasanya terjadi di area kepala, tengkuk, dada, mata, tangan dan kaki. Pemenuhan kebutuhan rasa nyaman artinya membantu memenuhi rasa nyaman supaya terbebas dari rasa sakit akibat gejala yang ditimbulkan dari hipertensi.

Hipertensi pada lansia terjadi bila hasil pengukuran tekanan darah melebihi 140/90 mmHg (Nurarif & Kusuma, 2016). *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa prevalensi global hipertensi saat ini sebesar 22% dari total populasi orang di dunia. Prevalensi hipertensi tertinggi terjadi di Afrika yaitu sebesar 27% sedangkan Asia Tenggara menempati urutan ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% dari seluruh populasi (Kemenkes, 2019). Data nasional menunjukkan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada penduduk usia ≥ 18

tahun yaitu sebanyak 34,1%, dengan prevalensi tertinggi terjadi di Kalimantan Selatan sebesar 44.1% dan terendah yaitu di Papua sebesar 22,2% (Kemenkes, 2019). Sementara, data prevalensi hipertensi di provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) mencapai 11.01% sehingga menempatkan DIY pada urutan ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi tertinggi di Indonesia (Kemenkes, 2019).

Menurut data Dinkes Sleman (2020) hipertensi memasuki sepuluh besar penyakit yang ada di Kabupaten Sleman dengan jumlah kasus sebanyak 138.702. Hipertensi menempati posisi pertama yang menyerang lansia dengan kasus yang ditemukan sebesar 39,65% dari total lansia yang terdaftar melalui penjangkaran posyandu lansia. Sementara data profil Puskesmas Godean I (2021) menunjukkan bahwa hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak diderita di wilayah kerja puskesmas dengan angka kejadian 4.293 dari 34.638 jiwa. Data hasil pengkajian komunitas oleh mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta pada tanggal 11 – 14 Januari 2023 pada 100 kepala keluarga di Padukuhan Karanglo diperoleh data masalah kesehatan tertinggi yang ditemukan di daerah tersebut yakni hipertensi sebesar 13% atau sebanyak 36 dari 278 orang yang dikaji dengan kelompok usia terbanyak yang menderita hipertensi adalah usia lansia yaitu 56% (20 orang dari 36 warga).

Tingginya kasus hipertensi saat ini menjadi permasalahan global yang perlu segera mendapatkan penanganan karena hipertensi yang tidak tertangani dengan baik dapat menyebabkan komplikasi yang lebih serius. Pada lansia, selain menyumbangkan faktor risiko meningkatnya penyakit kardiovaskuler, hipertensi juga menyebabkan turunnya Umur Harapan Hidup (UHH) dan

meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas dari suatu penyakit (Profil DIY, 2021). Selain itu, hipertensi yang semakin tidak terkontrol dapat menambah biaya pengobatan dan perawatan yang menyebabkan beban ekonomi semakin meningkat, terlebih bila biaya ditanggung sepenuhnya oleh pemerintah. Hal ini berdasarkan data Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) kesehatan yang menyebutkan bahwa biaya pelayanan hipertensi mengalami peningkatan setiap tahunnya yaitu pada tahun 2016 sebesar 2,8 Triliun rupiah, sementara tahun 2017 dan tahun 2018 sebesar 3 Triliun rupiah (Kemenkes, 2019).

Besarnya dampak yang ditimbulkan menuntut adanya upaya pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi. Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah mulai dari advokasi hingga peningkatan kapasitas sumber daya manusia. Pada aspek promotif dan preventif, kementerian kesehatan RI telah menghimbau masyarakat melalui penerapan perilaku CERDIK. Sementara di wilayah Kabupaten Sleman, program rutin yang sudah dijalankan berupa penggalakan skrining kesehatan melalui kegiatan posbindu PTM (Penyakit Tidak Menular) yang diselenggarakan oleh Puskesmas (Dinkes Sleman, 2020). Di samping mendukung program pemerintah, hipertensi juga memerlukan kesadaran masing-masing individu melalui suatu intervensi yang dapat dilakukan baik intervensi farmakologis maupun non farmakologis.

Intervensi farmakologis dapat diberikan melalui obat-obatan antihipertensi, namun perlu ditekankan bahwa dalam pengobatan risiko terjadi penggunaan dosis obat yang berlebihan disertai efek samping yang ditimbulkan bila penggunaannya diberikan dalam jangka panjang (Jajuli & Sinuraya, 2018). Oleh karena itu, intervensi non farmakologis sebaiknya dimaksimalkan sebagai

terapi tambahan untuk mengurangi kebutuhan akan obat-obatan (Oliveros, *et al.*, 2020). Terapi non farmakologi dapat diberikan dalam bentuk edukasi tentang modifikasi gaya hidup, diet rendah garam serta terapi komplementer (Mulyati, 2020). Terapi komplementer menjadi bentuk praktik keperawatan yang diberikan sebagai pendamping pengobatan yang lebih modern diterapkan saat ini. Bentuk-bentuk terapi komplementer diantaranya yaitu meditasi, yoga, terapi Benson, bekam, akupresur, *food combining*, *hypnotherapy*, teknik relaksasi otot progresif, dan terapi pijat swedia (Megawati, 2020).

Terapi pijat swedia adalah suatu pijatan menggunakan sentuhan tangan pada jaringan lunak seperti otot, ligamen, saraf dan kelenjar yang dilakukan untuk membantu mengurangi keluhan pada beberapa macam penyakit tanpa memasukkan obat ke dalam tubuh (Wintika, 2021). Hasil penelitian (Adawiyah & Dina Fitriana, 2020) menjelaskan bahwa terapi pijat swedia terbukti meningkatkan status kenyamanan sekaligus dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Perawatan ini efektif karena memiliki efek pada sistem saraf otonom sekaligus mempengaruhi sistem saraf parasimpatis yang dapat menimbulkan respon relaksasi sehingga menyebabkan berbagai hasil pada tanda-tanda vital seperti tekanan darah, nadi dan pernapasan (Sinurat, Wijayanti, & Adyatmaka, 2019).

Pijat swedia dapat dilakukan di semua area tubuh yang bergejala mulai dari tengkuk, punggung, tangan dan kaki. Namun, pijat swedia yang diberikan dalam studi kasus ini, dilakukan di area tengkuk hingga ke lumbal sesuai dengan area yang dikeluhkan. Area ini memiliki jangkauan yang luas sehingga lansia dapat merasakan efek pijatan yang lembut dan menenangkan sebab pijatan yang

diberikan, tertuju langsung pada area yang sakit dan sekitarnya. Sehingga, status kenyamanan yang meningkat akan mempengaruhi tubuh dalam menciptakan relaksasi yang dapat menurunkan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan penelitian (Moghadasi, Mohebbi, Homayouni, & Nikoo, 2021) yang melakukan pijat swedia di area bahu hingga ke lumbal melalui teknik *kneading*, *pushing*, *tapotement*, dan *ringing*. Hasil dari penelitiannya menyatakan bahwa pijat swedia dapat menurunkan tekanan darah dan frekuensi nadi. Hasil penelitian lainnya oleh (Grace, Aruna, & Gowri, 2017) menjelaskan bahwa pijat swedia efektif untuk menurunkan tekanan darah bila hanya dibandingkan dengan pengobatan rutin saja. Sementara penelitian lainnya oleh (Oktianingsih, Anwar, Nurhayati, & Khasanah, 2022) juga menilai bahwa terapi pijat swedia lebih efektif menurunkan tekanan darah daripada teknik relaksasi otot progresif ataupun metode gabungan keduanya.

Terapi pijat swedia dapat meningkatkan status kenyamanan melalui penurunan tekanan darah sebab saat tubuh mengalami gangguan rasa nyaman, bagian Hipotalamus Pituitari Adrenokortikal (HPA) akan mensekresikan hormon kortisol dan endorfin sebagai hormon stres. Rangsangan sentuhan pada pijatan dapat menurunkan produksi hormon tersebut dengan cara mempengaruhi HPA dalam mensekresikan hormon kortikotropin. Kortikotropin mengurangi kadar kortisol dengan memberikan rasa relaksasi. Saat tubuh merasakan rileks, sistem saraf simpatis menjadi tenang dan sistem parasimpatis berperan lebih aktif. Teknik dalam pemijatan dapat merangsang saraf parasimpatis di permukaan kulit yang kemudian disalurkan ke otak pada bagian hipotalamus, sehingga klien merasakan sentuhan sebagai respon

relaksasi yang menimbulkan efek vasodilatasi sehingga terjadi penurunan tekanan darah (Hakam, Kushariyadi, & Permatasari, 2021).

Pemenuhan kebutuhan rasa nyaman lansia dengan hipertensi dapat diperoleh dari rasa relaksasi melalui sentuhan pijat swedia. Dalam rangka memenuhi kebutuhan tersebut, perawat berperan sebagai *care provider* di dalam asuhan keperawatan yang diberikan secara komprehensif sebagai bagian integral dari pelayanan kesehatan melalui pemenuhan aspek bio-psiko-sosial-spiritual (Yuliastuti, 2021). Berdasarkan tinjauan masalah dan data di atas, penulis tertarik melakukan studi kasus dengan judul: “Penerapan Terapi Pijat Swedia dalam Upaya Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Godean I”.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Karya ilmiah ini bertujuan untuk memperoleh pengalaman nyata dalam menerapkan terapi pijat swedia pada lansia dengan hipertensi dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman di wilayah kerja Puskesmas Godean I.

2. Tujuan Khusus

- a. Menerapkan asuhan keperawatan dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan melalui penerapan terapi pijat swedia dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Godean I.

- b. Melakukan dokumentasi implementasi penerapan terapi pijat swedia dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Godean I.
- c. Menganalisis pelaksanaan penerapan terapi pijat swedia dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Godean I
- d. Mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan terapi pijat swedia dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Godean I.

C. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Karya ilmiah ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang keperawatan gerontik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Lansia

Karya ilmiah ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan lansia mengenai terapi pijat swedia sehingga mampu menerapkannya secara mandiri dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada lansia dengan hipertensi.

b. Bagi Pihak Puskesmas

Karya ilmiah ini dapat dijadikan sebagai pertimbangan dalam mengambil kebijakan tentang penerapan terapi pijat swedia dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada lansia dengan hipertensi di tatanan pelayanan Puskesmas.

c. Bagi Perawat Pemberi Asuhan

Karya ilmiah ini dapat dijadikan sebagai inovasi dalam memberikan asuhan keperawatan dengan mengimplementasikan terapi pijat swedia sebagai upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada lansia dengan hipertensi.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini dapat dijadikan sebagai referensi pembelajaran tentang terapi pijat swedia dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada lansia dengan hipertensi.

D. Ruang Lingkup

1. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Padukuhan Karanglo, Kelurahan Sidomoyo, Kecamatan Godean, yang termasuk ke dalam wilayah kerja Puskesmas Godean I.

2. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilaksanakan selama 2 minggu dari tanggal 20 Februari 2023-5 Maret 2023 dengan waktu implementasi selama 3 hari pada tanggal 28 Februari-2 Maret 2023.

3. Lingkup Asuhan

Penelitian ini termasuk ke dalam lingkup ilmu keperawatan gerontik dan ilmu keperawatan medikal bedah terkait dengan asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi melalui penerapan terapi pijat swedia dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman.