

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Perubahan pola penyakit di Indonesia saat ini terjadi adanya transisi epidemiologi dengan transisi demografi dan transisi tektonologi. Hal ini mengakibatkan perubahan pola penyakit dari penyakit infeksi menjadi penyakit tidak menular (PTM), termasuk penyakit *degenerative* yang menjadi faktor utama mempengaruhi tingkat morbiditas dan mortalitas. Salah satu PTM yang menimbulkan kekhawatiran serius pada kesehatan adalah hipertensi, yang sering disebut sebagai *the silent killer* (Purqoti & Ningsih, 2019). Dikatakan hipertensi apabila kondisi mengalami peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik lebih besar yaitu 140/90 mmHg (Wirakhmi & Purnawan, 2023).

Laporan dari *World Health Organization* (WHO 2018) diperkirakan 1,3 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Sebanyak 25% penderita hipertensi di asia tenggara. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 jumlah kasus hipertensi di Indonesia mencapai 63.309.620 orang, dan jumlah kematian yang terkait dengan hipertensi mencapai 427.218. Angka kejadian hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta mencapai 11,01% dimana melebihi rata-rata nasional yaitu sebesar 8,8% sehingga menjadikan DIY berada pada peringkat keempat sebagai provinsi dengan kasus hipertensi tertinggi. Penderita Hipertensi di wilayah Kabupaten Sleman mencapai

80.711 orang. Pada tahun 2019 wilayah kerja Puskesmas Gamping II terdapat 3.924 pasien yang tercatat dan menempatkan pada posisi terbanyak ke enam dari puskesmas yang ada di Kabupaten Sleman (Hastaryo, 2020).

Tingginya prevalensi hipertensi bisa disebabkan oleh beragam faktor, seperti genetika, penggunaan Pil KB, proses penuaan, jenis kelamin, tekanan psikologis, kondisi lingkungan, gaya hidup, konsumsi garam, dan perilaku merokok (Haryani & Misniarti, 2020). Beberapa penderita hipertensi mengalami tanda gejala berupa sakit kepala, kelelahan, mual, muntah, sesak nafas, pandangan kabur dan gelisah. Biasanya pada penderita hipertensi berat ditandai dengan penurunan kesadaran bahkan koma karena pembengkakan otak (Manuntung, 2019). Menurut data Rinkesdas (2018) yang tidak ditangani akan menyebabkan komplikasi hipertensi seperti stroke sebanyak (36%), penyakit jantung (54%), dan penyakit gagal ginjal (32%). Maka dari itu perlunya pencegahan ataupun penatalaksanaan hipertensi sebelum terjadinya komplikasi.

Terdapat 6 prinsip atau disebut sebagai pilar transformasi kesehatan yang merupakan bentuk dari penerjemah reformasi kesehatan nasional (Kemenkes, 2023). Salah satu langkah yang dapat mendukung transformasi kesehatan adalah melaksanakan pendekatan pada pilar pertama yaitu penguatan pelayanan primer yang berfokus pada aspek promosi dan preventif. Pendekatan ini terbukti berhasil dalam menurunkan tingkat kesakitan dan mortalitas di masyarakat, khususnya yang disebabkan oleh penyakit tidak menular (Kumalasari *et al.*, 2023).

Penatalaksanaan hipertensi dibagi menjadi terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi bertujuan untuk mengontrol tekanan darah dengan cara pemberian obat antihipertensi. Sama halnya dengan terapi farmakologi, terapi non farmakologi juga bertujuan untuk mengontrol tekanan darah hanya saja dengan cara yang berbeda yaitu seperti memperbaiki pola hidup seperti pola makan sehat, mengurangi konsumsi garam, berolahraga, mengurangi asupan alkohol dan kebiasaan merokok (Fauziah, 2020).

Terapi non farmakologis yang direkomendasikan sebagai pendukung pengobatan medis sering disebut sebagai terapi komplementer. Terapi komplementer akhir-akhir ini berkembang sebagai penatalaksanaan hipertensi di Indonesia. Selain itu terapi komplementer juga memiliki keunggulan dimana dalam segi harga lebih murah dan tidak memiliki efek farmakologi (Zuraidah *et al.*, 2022).

Pijat refleksi kaki menjadi terapi komplementer yang terus bertambah peminatnya karena tidak menggunakan obat atau bahan kimia, dapat mengurangi rasa sakit, dan merelaksasikan anggota badan (Cai *et al.*, 2022). Pijat refleksi kaki yaitu memijat kaki pada bagian titik refleksi yang dapat merangsang relaksasi sehingga mampu memperlancar aliran darah dan cairan di bagian tubuh yang berhubungan dengan titik syaraf kaki yang dipijat serta dapat memasok nutrisi dan oksigen menuju sel-sel tubuh sehingga organ tubuh akan berfungsi lebih baik (Ningtyas *et al.*, 2023). Terapi relaksasi kaki bisa mengurangi gejala pada hipertensi seperti pusing kepala, tekuk tegang,

pegal dan kebas serta badan menjadi rileks (Manuntung, 2019). Pijat refleksi kaki yang diberikan kepada lansia lebih efektif untuk menurunkan atau mengendalikan tekanan darah dibandingkan hipnoterapi (Nugroho & Sarwono, 2012). Hal ini menjadikan pijat refleksi kaki sebagai alternatif untuk menurunkan tekanan darah yang juga didukung oleh beberapa penelitian sebelumnya.

Pada penelitian Faradhila *et al*, (2022) menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sebesar 14 mmHg (turun 19%) dan rata-rata penurunan tekanan darah diastolik sebesar 7,2 mmHg (turun 15%), sehingga terapi pijat kaki ini bisa menjadi salah satu *alternative* untuk menurunkan tekanan darah. Penelitian lain juga dilakukan oleh Amin & Priyono, (2018) dengan menggunakan uji statistic uji t berpasangan diperoleh  $\alpha < 0,05$  sehingga diketahui adanya penurunan tekanan darah setelah dilakukan pijat refleksi kaki dengan alat elektrik. Pada penelitian *The effects of foot reflexology on pain and physiological indicators in children with leukemia under chemotherapy: a clinical trial study* oleh Ghaljaei & Jalalodini, (2021) menunjukkan hasil bahwa pijat refleksi kaki berpengaruh signifikan dalam mengurangi nyeri ( $p = 0,002$ ) dan meningkatkan indikator fisiologis [tekanan darah ( $p = 0,002$ ) dan detak jantung ( $p = 0,003$ )].

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Gamping II bahwa belum adanya penelitian mengenai pijat refleksi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II sehingga penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul

“Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II”. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimana penerapan terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketuinya penerapan terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuinya karakteristik pasien hipertensi dari jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, konsumsi jamu, dan olahraga.
- b. Diketuinya rerata tekanan darah sistolik diastolik sebelum dan sesudah dilakukan pijat refleksi kaki pada kelompok intervensi maupun tanpa perlakuan kelompok kontrol.
- c. Diketuinya perbedaan tekanan darah sistolik diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat refleksi kaki pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol tanpa perlakuan

- d. Diketuinya perbedaan tekanan darah sistolik diastolik antara kelompok intervensi diberikan pijat refleksi kaki dan kelompok kontrol tanpa perlakuan.

#### **D. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini berkaitan pada keperawatan medikal bedah. Subyek dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi tanpa adanya komplikasi.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu terapi komplementer yang mencakup aspek biologis, psikologi, sosiologi, kultural, dan spiritual khususnya dalam pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Penderita Hipertensi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan sebagai salah satu upaya yang bisa dilakukan pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah dengan memberikan terapi pijat refleksi kaki.

###### b. Bagi Perawat

Perawat dapat meningkatkan kualitas asuhan keperawatan dalam melakukan terapi komplementer yaitu terapi pijat refleksi untuk

membantu menurunkan tekanan darah yang dialami oleh penderita hipertensi.

c. Bagi Puskesmas

Sebagai masukan tentang manfaat terapi refleksi kaki yang dapat menurunkan tekanan darah dengan mengedepankan upaya promotif dan preventif sehingga dapat dijadikan upaya pengendalian hipertensi.

d. Bagi Ilmu Pengetahuan

Sebagai upaya promosi kesehatan dan tindakan preventif untuk mengatasi tekanan darah tinggi.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan pertimbangan dalam melanjutkan penelitian yang lebih mendalam terkait pemberian terapi refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

## **F. Keaslian Penelitian**

1. Penelitian Faradhila *et al.*, (2022) “Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Menggunakan Terapi Pijat Refleksi”. Penelitian ini yaitu desain studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan proses asuhan keperawatan, dalam penelitian ini dilakukan terapi pijat refleksi 3 kali dalam durasi 30 menit dengan hasil menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sebesar 14 mmHg (turun 19%) dan rata-rata penurunan tekanan darah diastolik sebesar 7,2 mmHg (turun 15%).

Perbedaan dari penelitian ini terletak pada metode penelitian, lokasi penelitian sedangkan pada persamaan terletak pada variabel independen, variabel dependen, subjek penelitian

2. Penelitian Lukman & Sumitro, (2020) “Pijat Refleksi Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Atgf 8 Palembang”. Penelitian ini dilakukan dengan desain *pra-eksperimen* dengan menggunakan rancangan *one group pre-test post-test*, teknik pengambilan non-probability sampling dengan teknik *purposive* sampling, penelitian ini dilakukan pijat refleksi 1 kali dengan durasi 60 menit dengan hasil yang diperoleh adalah rata-rata usia sampel 54,22 tahun ( $\pm 7,216$ ), tekanan darah sistolik sebelum 148,44 mmHg ( $\pm 4,527$ ) dan setelah pijat refleksi 143,78 mmHg ( $\pm 8,633$ ). Hasil paired sample T test menunjukkan efek pijat refleksi pada tekanan darah sistolik ( $p = 0,026$ ) dan diastolik ( $p = 0,001$ ). Perbedaan dari penelitian ini terletak pada metode penelitian, lokasi penelitian sedangkan pada persamaan terletak pada variabel dependen, variabel dependen, subjek penelitian.
3. Penelitian Amin & Priyono, (2018) “*Change in blood pressure in elderly hypertension using electric feet reflection massage tools in pstw jember*”. Penelitian ini menggunakan *methode quasy eksperiment one group pretest posttest* dimana pendekatannya total sampling dengan menggunakan uji T, dengan hasil uji statistik paired t- test dengan tingkat kemaknaan  $\alpha < 0,05$ , hasil penelitian menunjukkan rata-rata sistolik dan diastolik berkurang. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variabel dependen, metode



penelitian, lokasi penelitian sedangkan pada persamaan terletak pada variabel independen, subjek penelitian.

4. Penelitian Ghaljaei & Jalalodini, (2021) “*The effects of foot reflexology on pain and physiological indicators in children with leukemia under chemotherapy: a clinical trial study*”. Penelitian ini menggunakan *methode clinical trial study with control group*, dengan hasil Pijat refleksi kaki yang dilakukan 1 kali dengan durasi 20 menit berpengaruh signifikan dalam mengurangi nyeri ( $p = 0,002$ ) dan meningkatkan indikator fisiologis [tekanan darah ( $p = 0,002$ ) dan detak jantung ( $p = 0,003$ )]. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variabel dependen, metode penelitian, lokasi penelitian, subjek penelitian, sedangkan pada persamaan terletak pada variabel independen.
5. Penelitian Siva Kumar *et al.*, (2023) “*Effects of Therapeutic Calf Massage on Cardiac Autonomic Function in Healthy Volunteers—a Pilot Study*”. Penelitian ini menggunakan ANOVA satu arah yang dilanjutkan dengan analisis post hoc, dengan dilakukan pemijatan betis selama 1 kali dalam durasi 20 menit dengan hasil menunjukkan bahwa denyut jantung tekanan darah sistolik diastolik menurun dengan nilai ( $p < 0,01$ ). Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variabel dependen, metode penelitian, lokasi penelitian subjek penelitian, sedangkan pada persamaan terletak pada variabel independen.