

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penuaan merupakan salah-satu fase umur kehidupan yang akan dialami oleh manusia. Penuaan ditandai dengan berkurangnya fungsi-fungsi alat tubuh manusia. Penurunan fungsi-fungsi tubuh inilah yang menyebabkan daya tahan tubuh berkurang sehingga menimbulkan banyak penyakit yang muncul baik dari penyakit degeneratif ataupun penyakit yang berasal dari luar tubuh. Kondisi ini biasa disebut dengan lansia. Sesuai Peraturan Presiden Nomor 88 Tahun 2021 tentang Strategi Nasional Kelanjutusiaan, yang dimaksud dengan Lanjut Usia (lansia) adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Semakin bertambahnya usia, semakin besar kemungkinan seseorang mengalami masalah pada fisik, jiwa, spiritual, ekonomi dan sosial. Lansia bukan sebuah penyakit, namun dengan berkurangnya fungsi-fungsi tubuh menyebabkan berbagai macam penyakit dapat berpotensi muncul pada lansia.

Masalah kesehatan akibat proses degeneratif merupakan salah satu permasalahan yang sangat mendasar pada lansia, hal ini dibuktikan dengan data pola penyakit pada lansia. Menurut survei Perhimpunan Gerontologi Medik Indonesia (PERGEMI) pada Mei tahun 2022, sebanyak 24,6% penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia memiliki riwayat penyakit

kronis. Dari kelompok lansia dengan riwayat tersebut, mayoritas 37,8% memiliki penyakit hipertensi, 22,9% memiliki penyakit diabetes, 11,9% penyakit rematik, dan 11,4% penyakit jantung. Dari data tersebut diketahui bahwa hipertensi berada pada urutan paling tinggi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (InfoDATIN dan Kemenkes RI, 2022). Pada orang dewasa yang sehat, nilai tekanan darah normal berkisar antara 90/60 mmHg hingga 120/80 mmHg. Berbeda dengan orang dewasa, nilai tekanan darah normal pada orang lanjut usia berada pada rentang yang sedikit lebih tinggi, yakni 130/80 mmHg hingga 140/90 mmHg. Angka 130 atau 140 merupakan angka sistolik, yaitu tekanan pada pembuluh darah saat jantung berkontraksi untuk memompa darah bersih ke seluruh tubuh, sedangkan angka 80 atau 90 merupakan angka diastolik, yaitu tekanan pembuluh darah pada saat jantung tidak berkontraksi dan menerima aliran balik darah dari seluruh tubuh yang membawa darah kotor (Kemenkes, 2020). Data di atas menunjukkan bahwa nilai tekanan darah normal pada lansia lebih tinggi dibandingkan nilai tekanan darah normal pada orang dewasa. Ini karena pembuluh darah cenderung menjadi lebih kaku seiring bertambahnya usia. Pembuluh darah yang mengeras memaksa jantung bekerja lebih keras, sehingga meningkatkan tekanan darah pada lansia. Tekanan darah tinggi pada lansia dikaitkan dengan proses penuaan yang

terjadi pada tubuh. Seiring bertambahnya usia seseorang, tekanan darah juga meningkat. Meski proses penuaan merupakan hal yang wajar, namun lansia penderita hipertensi tetap berisiko mengalami komplikasi yang lebih serius seperti stroke, kerusakan ginjal, penyakit jantung, kebutaan, diabetes, dan penyakit berbahaya lainnya. Komplikasi keperawatan yang disebabkan oleh hipertensi juga beragam, diantaranya gangguan rasa nyaman, gangguan pola tidur, intoleransi aktifitas, nyeri dada dan masalah keperawatan lainnya. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menduduki urutan pertama terbanyak di wilayah BPSTW Budhi Luhur DIY sebanyak 31,82%.

Menurunkan hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah-satu cara yang dapat dilakukan yaitu melakukan pijat refleksi kaki. Pijat refleksi kaki merupakan terapi non farmakologi yang semakin diterima masyarakat modern dalam beberapa tahun terakhir. Untuk memahami tren dan prospek penelitian pijat refleksi kaki dalam 31 tahun terakhir, beberapa penelitian menggunakan kumpulan inti *Web of Science* sebagai sumber data dan dua alat visualisasi, *COOC* dan *VOSviewer*, untuk menganalisis literatur terkait bidang pijat refleksi kaki dari 1991 hingga 2021. Banyak peneliti yang menemukan bahwa jumlah artikel yang diterbitkan di bidang pijat refleksi kaki terus meningkat dari tahun ke tahun (Cai *et al*, 2023). Pijat refleksi kaki merupakan terapi pijat refleksi dengan menggunakan teknik kompresi pada otot yang dapat merangsang aliran darah vena dalam jaringan subkutan dan mengakibatkan retensi

darah menurun dalam pembuluh perifer. Tekanan ini juga menyebabkan pelebaran arteri sehingga suplai darah ke daerah yang dipijat meningkat, terjadi efektifitas kontraksi otot dan membuang sisa metabolisme sehingga membantu mengurangi ketegangan otot, merangsang relaksasi dan kenyamanan (Muhammad & Margiyati, 2019). Menurut hasil survey yang dilakukan peneliti pada tanggal 4 November 2023 di wilayah BPSTW Budhi Luhur DIY bahwa pijat refleksi kaki belum diterapkan di balai pelayanan tersebut.

Penelitian yang dilakukan Muhammad dan Margiyati tahun 2019 dengan judul “Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Puskesmas Rowosari Semarang”. Penurunan tekanan darah setelah dilakukan pijat refleksi kaki terjadi karena pijat refleksi kaki memberikan efek relaksasi dan kesegaran pada seluruh anggota tubuh, meningkatkan hormon morpin endogen seperti endorphin, enkefalin dan dinorfin serta menurunkan hormon stres seperti cortisol, norepinephrine dan dopamine. Subjek I sebelum dilakukan intervensi nilai tekanan darah 160/90 mmHg menjadi 146/83 mmHg, pada subjek II sebelum intervensi nilai tekanan darah 180/100 mmHg menjadi 155/87 mmHg. Pada penelitian ini, peneliti membuktikan bahwa pijat refleksi kaki berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia. Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan diatas peneliti tertarik melakukan studi kasus tentang “Implementasi Pijat Refleksi Kaki pada Lansia dengan Hipertensi di BPSTW Budhi Luhur DIY”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh penerapan terapi pijat refleksi kaki pada lansia dengan hipertensi di BPSTW Budhi Luhur DIY?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menerapkan terapi pijat refleksi kaki pada lansia dengan hipertensi di BPSTW Budhi Luhur DIY dengan pendekatan asuhan keperawatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Menerapkan asuhan keperawatan dengan pendekatan proses keperawatan penerapan teknik pijat refleksi kaki pada lansia dengan hipertensi di BPSTW Budhi Luhur DIY.
- b. Mengetahui respon klien terhadap pijat refleksi kaki pada lansia dengan hipertensi. Perubahan respon klien diharapkan membaik seperti rasa pegal berkurang, pusing (jika ada) menurun, meningkatkan produktivitas klien, mengurangi stress dan respon positif lainnya.
- c. Mengetahui faktor pendukung dan penghambat pijat refleksi kaki pada lansia dengan hipertensi.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Lingkup penelitian ini adalah penelitian studi kasus gerontik dengan menerapkan kasus pada 2 klien yang mengalami hipertensi. Pelaksanaannya menggunakan pendekatan proses keperawatan. Dilaksanakan pada 5 Maret 2024 di BPSTW Budhi Luhur DIY.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan bahan pengembangan ilmu keperawatan gerontik mengenai terapi pijat refleksi kaki pada lansia dengan hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Studi ini diharapkan dapat menjadi tambahan literatur atau referensi bagi mahasiswa jurusan keperawatan tentang keperawatan gerontik.

b. Bagi Lansia

Diharapkan hipertensi pada lansia menurun dan dapat meningkatkan rasa nyaman melalui terapi pijat refleksi kaki.

c. Bagi Pengelola Panti Jompo Budhi Luhur DIY

Studi kasus ini diharapkan pengelola panti dapat menerapkan terapi pijat refleksi kaki pada lansia dengan hipertensi.

d. Bagi Peneliti Lain

Sebagai bahan referensi bagi peneliti lain tentang terapi pijat refleksi kaki serta diharapkan dapat dijadikan dasar untuk penelitian selanjutnya.

F. Keaslian Penelitian

1. Sulaiman, M. A., & Margiyati (2019). Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Puskesmas Rowosari Semarang.

Metode penelitian ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengambilan sampel diambil sesuai dengan kriteria peneliti dengan sampel 2 orang. Intervensi pada peneliti ini diberikan terapi pijat refleksi kaki selama 30-60 menit dalam 3 hari berturut-turut. Hasil penelitian diketahui tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi pijat refleksi kaki terdapat penurunan signifikan.

Persamaan dengan penelitian peneliti yaitu menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Perbedaan penelitian dengan peneliti adalah pada penelitian Sulaiman dan Margiyati menggunakan patokan umur yaitu sekitar 35-65 tahun dan menggunakan grade hipertensi yaitu hipertensi grade I dan II, sedangkan pada penelitian kali ini, peneliti menggunakan batas umur diatas 60 tahun dan menggunakan grade hipertensi I.

2. Lutvitaningsih, I., Maryoto, M., Apriliyani, I. (2021). Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi

Jenis penelitian menggunakan kuantitatif dengan rancangan penelitian pra-eksperimental yaitu one group pre-post design. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*. Sehingga jumlah sampel sebanyak 36 lansia. Kelompok yang diberikan intervensi sebanyak 36, dan tidak ada kelompok kontrol. Terdapat pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Posyandu Lansia Desa Karangmalang Kecamatan Bobotsari Kabupaten Purbalingga dengan hasil p value 0,000 ($p < 0,05$).

Persamaan dengan penelitian peneliti adalah sama-sama meneliti tentang pengaruh pijat refleksi kaki pada lansia. Perbedaan penelitian dengan peneliti, peneliti yang dilakukan oleh Lutvianingsih dkk menggunakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian pra-eksperimental dan menggunakan sampel sebanyak 36 lansia, sedangkan pada penelitian saat ini menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan pendekatan studi kasus sejumlah 2 lansia.

3. Sari, P., Budiman, L., Arief (2023). Penerapan Terapi Pijat Refleksi Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di RSUD dr. Soeratno Gemolong.

Rancangan penelitian yang digunakan dalam menyusun Karya Ilmiah ini adalah rancangan penelitian deskriptif dalam bentuk

case study (studi kasus). Mengetahui hasil implementasi mengenai pemberian terapi pijat refleksi untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. menggunakan desain studi kasus, subyek pada 2 lansia dengan hipertensi yang dirawat di RSUD dr. Soeratto Gemolong, dengan menggunakan tensimeter untuk mengukur tekanan darah sebelum dan setelah terapi didapatkan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sebesar 5,2 mmHg dan rata-rata penurunan tekanan darah diastolik sebesar 5 mmHg setelah diberikan terapi pijat refleksi.

Persamaan dengan penelitian peneliti yaitu sama-sama menggunakan metode studi kasus dengan 2 klien. Perbedaan penelitian yaitu penelitian yang dilakukan Sari, dkk hanya berfokus pada penurunan tekanan darah, sedangkan penelitian kali ini berfokus pada respon klien dan penurunan tekanan darah terhadap pijat refleksi kaki.