

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup modern sering meningkatkan risiko hipertensi karena mendorong orang untuk memilih hal-hal yang praktis dan instan tanpa mempertimbangkan dampaknya terhadap kesehatan. Hipertensi adalah kondisi tekanan darah pada arteri sistemik yang tinggi secara berkelanjutan, dengan tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg, menunjukkan tekanan darah di pembuluh darah sangat tinggi (Said dan Agusrianto, 2023). Hipertensi dikenal sebagai *the silent killer*, sering tidak disadari. Sebagai faktor risiko terbesar ketiga penyebab kematian dini, hipertensi dapat memicu berbagai komplikasi serius, seperti gagal jantung kongestif dan penyakit cerebrovascular (Lukman *et al.*, 2020).

Menurut laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, sekitar 1,28 miliar di semua dunia diperkirakan menderita hipertensi, dengan diantaranya tinggal di wilayah berpenghasilan sedang dan menengah. Berdasarkan data dari *Global Burden of Disease* (GBD), hipertensi merupakan faktor risiko utama dengan jumlah kematian tertinggi secara global pada tahun 2019, mencapai 10,8 juta kematian, yang terdiri dari 5,25 juta kematian pada wanita dan 5,60 juta pada pria. Pada pasien dengan hipertensi, peningkatan tekanan darah dari hasil pengukuran sebesar 140/90 mmHg ketika istirahat, yang terkonfirmasi selama dua hari berturut-turut (Endang *et al.*, 2023).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1%. Jika dilihat berdasarkan kelompok usia, prevalensi hipertensi pada usia 25–34 tahun tercatat lebih dari 20,1%, meningkat menjadi lebih dari 31,6% pada usia 35–44 tahun, dan mencapai lebih dari 45,3% pada kelompok usia 45–54 tahun. Data surveilans terpadu penyakit dari Dinas Kesehatan pada tahun 2020, tercatat sebanyak 87.422 kasus hipertensi di Kabupaten Bantul. Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), prevalensi hipertensi pada tahun 2019 tercatat sebanyak 3.684 kasus (Sulkarnaen *et al.*, 2022). Sementara itu, Hipertensi secara konsisten menempati posisi dalam 10 besar penyebab kematian di Kabupaten Bantul selama beberapa tahun terakhir. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 14 November 2024 di RSUD Panembahan Senopati Bantul, tercatat sebanyak 2.077 kasus hipertensi rawat inap sepanjang tahun 2023 hingga 2024. Dari jumlah tersebut, 55% merupakan pasien perempuan, sedangkan 45% sisanya adalah pasien laki-laki.

Biasanya pemicu hipertensi terbagi menjadi faktor yang tidak dapat dikontrol (usia, jenis kelamin, keturunan) dan yang dapat dikontrol (konsumsi garam berlebih, kurang olahraga, merokok, stress, obesitas). Gejala umum meliputi sakit kepala, kelelahan, mual dan muntah, tengkuk tidak nyaman, gelisah (Widyastuti *et al.*, 2022). Penyakit hipertensi yang tidak dapat dikontrol sering menimbulkan penyakit lain yaitu penyakit jantung, gagal ginjal, kebutaan (WHO, 2020). Maka dari itu perlunya

penanganan untuk menghindari terjadinya komplikasi dari penyakit hipertensi. Masalah utama yang sering dialami oleh pasien hipertensi adalah risiko perfusi serebral yang tidak efektif. Kondisi pasien ini disebabkan oleh kerusakan pembuluh darah pada seluruh pembuluh perifer, sehingga mengganggu aliran darah (Sari dan Sari, 2022).

Penanggulangan komplikasi yang dialami akibat penyakit hipertensi dapat dilakukan secara menyeluruh melalui upaya promotif, pencegahan, pengobatan dan rehabilitatif (Widyastuti *et al.*, 2022). Dikarenakan beberapa orang dengan hipertensi memerlukan perhatian khusus dan penanganan yang menyeluruh, dimulai dari upaya pencegahan, promosi kesehatan, pengobatan, serta rehabilitasi. Prevalensi hipertensi yang terus meningkat setiap tahun menegaskan pentingnya penanganan yaitu terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi dilakukan dengan mengonsumsi obat antihipertensi sesuai anjuran dokter. Sementara, terapi non-farmakologi berfokus pada perubahan gaya hidup dan pola makan, seperti mengurangi asupan garam, rutin olahraga, mengelola stress, serta menggunakan terapi komplementer. Terapi komplementer mencakup penggunaan herbal, teknik relaksasi, meditasi, akupunktur, aromaterapi, dan pijat refleksi menjadi salah satu pilihan yang diminati karena sifatnya aman, tidak invansif, dan mudah dilakukan (Lukman *et al.*, 2020).

Pemilihan terapi non-farmakologi menjadi penting karena memiliki efek samping yang lebih ringan dan manfaat jangka panjang bagi pasien. Terapi non-farmakologi merupakan terapi pendamping medis yang bersifat

alternatif dan komplementer, yang dapat memperkuat pengobatan farmakologi. Salah satu komponen dari *Complementary and Alternative Medicine* (CAM) adalah terapi pijat, khususnya refleksiologi, yang melibatkan stimulasi titik-titik refleks pada telapak kaki untuk mendukung kesehatan tubuh secara keseluruhan (Faradhila *et al.*, 2022).

Pijat refleksi kaki (*foot massage*) yaitu teknik dengan pemijatan pada titik refleksi di kaki untuk meningkatkan relaksasi. Teknik ini melibatkan mengusap, menggeser ibu jari, memutar tangan, memberikan tekanan dan mempertahankan titik-titik refleksi tertentu. Pijatan pada kaki sehingga dapat merangsang titik-titik relaksasi ke seluruh tubuh. Terapi pijat kaki termasuk dalam metode komplementer yang tidak membahayakan dan efektif untuk hipertensi, meningkatkan sirkulasi, rentang gerak sendi, mengurangi rasa sakit, serta merelaksasikan otot (Hijriani *et al.*, 2023). Dengan demikian, pijat kaki (*foot massage*) berpotensi digunakan sebagai metode alternatif penurun tekanan darah, yang keefektifannya telah dibuktikan oleh beberapa penelitian terdahulu.

Peran perawat dalam pemberian asuhan keperawatan, biasanya dapat dilakukan dengan memberikan tindakan *foot massage* pada klien yang mengalami hipertensi dan diharapkan setelah dilakukan tindakan klien tidak mengalami keluhan yang sama (Nies dan McEwen, 2019). Tindakan perawatan mandiri yang akan dilakukan pada penderita hipertensi dalam terapi non farmakologi yaitu *foot massage*, *foot massage* pada penderita hipertensi dengan tekanan darah 140/90–159/99 mmHg terbukti

menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik menjadi normal ($\leq 130/\leq 85$ mmHg) setelah dilakukan 1 kali dalam 3 hari berturut-turut (Umamah dan Paraswati, 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di RSUD Panembahan Senopati Bantul bahwa di RSUD Panembahan Senopati Bantul banyak pasien yang menderita hipertensi sehingga penulis berminat menerapkan terapi pijat refleksi kaki untuk pendamping obat antihipertensi dengan tema ” Penerapan pijat refleksi kaki (*foot massage*) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul ” Sebagai upaya membantu derajat kesehatan dalam menurunkan tekanan darah pasien.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut ”Bagaimana penerapan terapi pijat refleksi kaki (*foot massage*) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh penerapan terapi pijat refleksi kaki (*foot massage*) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul.

2. Tujuan Khusus

a) Dilakukan hasil pengkajian pada pasien hipertensi di RSUD

Panembahan Senopati Bantul.

- b) Dilakukan analisa data pada pasien hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul.
- c) Disusun diagnosis keperawatan pada pasien hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul.
- d) Disusun intervensi pada pasien hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul.
- e) Dilakukan implementasi dan evaluasi pada pasien hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini berkaitan pada keperawatan medikal bedah pada pasien hipertensi di RSUD Panembahan Senopati Bantul dengan implementasi terapi pijat refleksi kaki (*foot massage*).

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoris

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 studi kasus ini diharapkan sebagai salah satu

upaya yang bisa dilakukan pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah dengan memberikan terapi pijat refleksi kaki.

b) Bagi Perawat

Hasil studi kasus ini diharapkan 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 Rumah Sakit

Hasil studi kasus ini diharapkan 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

Hasil studi kasus ini diharapkan sebagai upaya promosi kesehatan dan tindakan preventif untuk mengatasi tekanan darah tinggi.

e) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil studi kasus ini diharapkan sebagai bahan pertimbangan dalam melanjutkan penelitian yang lebih mendalam terkait pemberian terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

F. Keaslian

Tabel 1. 1 Keaslian

NO	Peneliti	Judul	Metode	Persamaan	Perbedaan
1.	Penelitian yang dilakukan oleh (Permadani <i>et al.</i> , 2023)	Penerapan Terapi Pijat Refleksi Pijat Telapak Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di RSUD Kota Salatiga	Metode Penelitian ini termasuk metode deskriptif dengan desain studi kasus, penelitian ini dilakukan terapi pijat sebanyak 3x selama 15 menit dalam 3 hari berturut-turut	Peneliti ini menggunakan variabel independen, variabel dependen, subjek penelitian sebanyak dua pasien, metode deskriptif dengan studi kasus	Lokasi penelitian, waktu penelitian, dan respon pasien dalam penelitian
2.	Penelitian yang dilakukan oleh (Arifat <i>et al.</i> , 2024)	Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	Metode kuantitatif desain penelitian menggunakan pendekatan <i>quasy eksperimental</i> dilakukan sebanyak 3x berturut-turut dalam 1 minggu selama 15 menit.	Persamaan terletak pada variabel dependen, pendekatan asuhan keperawatan	Lokasi penelitian, waktu dan respon pasien dalam penelitian
3.	Penelitian yang dilakukan oleh (Faradhi <i>et al.</i> , 2022)	Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Menggunakan Terapi Pijat Refleksi Kaki	Metode deskriptif dengan desain kasus, penelitian ini dilakukan terapi pijat sebanyak 3x selama 30 menit dalam 3 hari berturut-turut	Variabel dependen, variabel independen, subjek penelitian sebanyak dua pasien, metode deskriptif dengan studi kasus	Lokasi penelitian, waktu penelitian, dan respon pasien dalam penelitian
4.	Penelitian yang dilakukan oleh (Hakiki dan Rakhma	Pengaruh terapi pijat kaki terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi	Penelitian kuantitatif dengan menggunakan jenis penelitian <i>preeksperimental</i> , dengan one	Variabel dependen, variabel independen	Lokasi penelitian, waktu dan penelitian ini dalam grub

NO	Peneliti	Judul	Metode	Persamaan	Perbedaan
	wati, 2023).	primer di wilayah kerja Puskesmas Cigemblong	group pretest- posttest design		
5.	Peneliti n yang dilakuka n oleh (Awalia h dan Mochart ini, 2022)	Efektifitas <i>foot massage</i> terhadap penurunan tekanan darah	Metode kuantitatif quasy eksperiment, dengan pre test, post test control group design, berdasarkan hasil penelitian pada kelompok <i>Foot Massage</i> dari 10 responden dengan hasil uji paired sample t- test	Persamaan terletak pada variabel dependen, variabel independen	Lokasi penelitian, waktu penelitian dan penelitian ini dilakukan dalam suatu grub