

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit hipertensi biasa disebut sebagai “*The Silent Killer*” yang merupakan penyakit tidak menular (PTM) karena tidak menunjukkan gejala dan bahkan ada yang tanpa mengalami keluhan (Nonasri, 2021). Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi) merupakan kondisi yang konsisten dimana tekanan darah sistoliknya mencapai angka lebih dari 140 mmHg dan atau tekanan darah diastoliknya mencapai angka lebih dari 90 mmHg. Ada 2 kelompok pada hipertensi yaitu hipertensi essensial dan hipertensi sekunder. Penyakit ini termasuk golongan penyakit kardiovaskuler yang populer dan meruah dikalangan masyarakat. Hipertensi sekarang ini sebagai faktor penyebab kematian di dunia nomor 1 setiap tahunnya bahkan di Indonesia, karena penyakit ini menjadi pemicu penyakit lain misalnya jantung, gagal ginjal, diabetes, dan stroke (Awalin et al., 2021).

Berdasarkan Data World Health Organization (WHO) 2019 membuktikan kurang lebih 1,13 miliar menderita hipertensi di dunia yang artinya satu dari tiga orang menderita hipertensi di dunia. Prevalensi hipertensi di dunia mencapai 22 % dari total penduduk dunia. Wilayah Asia Tenggara ada di urutan ke 3 tertinggi di dunia dengan prevalensi hipertensi sebesar 25 % terhadap total penduduk. Angka hipertensi setiap tahun akan terus mengalami peningkatan, pada tahun 2025 diprediksi jumlah penderita hipertensi mencapai 1,5 miliar dan 10,44 juta orang setiap tahunnya akan meninggal karena hipertensi serta komplikasi yang dialami (Lestari et al., 2021). Berdasarkan

Riskesdas dalam (Kemenkes RI, 2021) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%. Angka prevalensi hipertensi pada populasi usia > 18 tahun sebesar 34,11% tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi yang terjadi pada populasi umur 31 - 44 tahun sebesar 31,6 %, umur 45 - 54 tahun 45,3 %, dan umur 55-64 tahun 55,2 %. Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah hipertensi menempati jumlah tertinggi dari seluruh penyakit tidak menular di Jawa Tengah tahun 2017. Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Temanggung tahun 2018 sebanyak 80.012 kasus, sedangkan pada tahun 2019 sebanyak 81.462, yang berarti mengalami peningkatan setiap tahunnya (A. R. Azizah et al., 2021). Penyakit hipertensi tiap tahun mengalami peningkatan dikarenakan kesadaran dalam kepatuhan meminum obat dan menjaga pola hidup sehat pada penderita hipertensi masih rendah dan juga hipertensi merupakan penyakit degeneratif (Sari et al., 2020). Berdasarkan jumlah kunjungan pasien hipertensi rawat jalan rata rata 3 bulan terakhir di RS Kristen Ngesi Waluyo Parakan sebanyak 2443 pasien menderita Hipertensi yang membutuhkan perhatian khusus.

Hipertensi yang tidak terkontrol bisa diartikan dimana kondisi tekanan darah \geq 140/90 mmHg berdasar rata – rata 3 kali pengukuran tekanan darah tetapi tidak sedang dalam pengobatan antihipertensi yang artinya penderita hipertensi yang tingkat kepatuhannya rendah, hipertensi sekunder yang tidak terdeteksi, dan penderita yang resisten terhadap pengobatan. Penyakit hipertensi ini disebabkan oleh usia, pendidikan, merokok, olahraga, ketaatan

dalam minum obat, serta kebiasaan untuk kontrol tekanan darah terakhir. Apabila keadaan tekanan darah tinggi dibiarkan berlangsung terus menerus dapat meningkatkan kinerja jantung sehingga bisa terjadi masalah di pembuluh darah, jantung, ginjal, otak, dan mata (Awalin et al, 2021). Pencegahan agar tidak menyebabkan komplikasi lain maka dilakukan menyeluruh baik secara promotif, kuratif, preventif, dan rehabilitatif (Nonasri et al., 2021). Peran promotif yang dilakukan contohnya dengan mempromosikan kesehatan, peran preventif yaitu dengan melakukan deteksi dini pada penderita hipertensi sedangkan contoh peran kuratif dan rehabilitatif dilakukan secara non farmakologi salah satunya adalah menggunakan terapi pijat kaki kombinasi aromatherapi lavender (Fitri et al., 2021).

Pengobatan hipertensi dapat dikontrol dengan terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Pengobatan farmakologis adalah terapi yang menggunakan obat antihipertensi, sedangkan terapi non-farmakologis tidak menggunakan obat - obatan seperti terapi auditori (terapi musik atau terapi murotal), dan aromaterapi (Aditya & Khoiriyah, 2021). Menurut Departemen Kesehatan pengobatan hipertensi secara non farmakologis ada 20 jenis terapi komplementer yaitu terapi dengan ramuan contohnya aromaterapi dan sinshe, terapi dengan pemanfaatan energi contohnya meditasi, yoga, reiki, dan pendekatan dengan keterampilan contohnya pijat refleksi (Nina et al., 2022). Pengobatan alternatif terapi non- farmakologis yang sangat efektif untuk menurunkan nyeri kepala dan tekanan darah pada pasien hipertensi salah satunya yaitu terapi pijat refleksi kaki kombinasi aromaterapi lavender. Terapi pijat refleksi kaki merupakan terapi memijat di titik refleksi di kaki yang

dilakukan dengan mengusap pelan dan teratur untuk meningkatkan relaksasi. Teknik dasar dalam terapi ini yaitu dengan cara *massage*, menekan dengan ibu jari, tangan diputar di 1 titik, dan memberi tekanan dan menahan. Penekanan dan pemijatan yang diberikan akan membantu gelombang relaksasi keseluruhan tubuh (Aditya & Khoiriyah, 2021).

Terapi pijat refleksi kaki bermanfaat untuk meminimalisir rasa sakit pada tubuh, mencegah komplikasi lain, meningkatkan imun, mengendalikan stress, mengatasi gejala sakit kepala, menyembuhkan penyakit kronis, dan meminimalisir ketergantungan obat penurun tekanan darah (Arianto et al., 2018). Terapi ini mampu memberikan efek relaksasi yang dapat melancarkan aliran darah serta cairan tubuh di seluruh tubuh yang berkaitan dengan titik saraf pada kaki yang dipijat, sehingga menjadikan tubuh dalam keadaan normal yang artinya aliran energi didalam tubuh mengalami kondisi seimbang atau mampu mengembalikan fungsi dan tekanan darah pada ambang normal. Prinsipnya melakukan pijat pada pengidap hipertensi ialah untuk melancarkan jalur energi dan aliran energi tanpa adanya hambatan ketegangan otot didalam tubuh sehingga dapat meminimalisir resiko penyakit hipertensi dan komplikasinya (Aditya & Khoiriyah, 2021).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Arianto (2018) membuktikan bahwa setelah dilakukannya terapi pijat refleksi yang dilakukan selama 30 menit dalam waktu 6 hari mampu mengalami penurunan dengan rata - rata 8,7 mmHg setiap harinya serta membuat badan lebih ringan, berkurangnya sakit kepala dan mampu menurunkan tekanan darah pada responden hipertensi

yang tidak terkontrol dan tidak dalam terapi obat. Juga mengatakan terapi refleksi kaki sangat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada responden hipertensi yang bukan karena penyakit pernyerta.

Berdasarkan fenomena diatas maka penulis tertarik untuk melakukan pemberian terapi pijat refleksi kaki kombinasi aromaterapi lavender sebagai upaya penurunan tekanan darah dan mengurangi nyeri kepala pada penderita hipertensi karena terapi ini sangat mudah dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya untuk mendasari dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam studi kasus adalah: "apakah penerapan *foot massage* berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri dan tekanan darah" pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo tahun 2025.

C.Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Mengetahui apakah penerapan *foot massage* berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan 2025?

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui manfaat *foot massage* dan kandungan aromatherapi lavender

- b. Mengetahui efektivitas penerapan *foot massage* kombinasi aromatherapi lavender terhadap penurunan nyeri dan tekanan darah pada pasien hipertensi.
- c. Mengetahui perubahan penurunan tingkat nyeri dan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan dilakukan tindakan *foot massage* kombinasi aromatherapi lavender

D. Manfaat Studi Kasus

1. Teoritis

Studi kasus ini diharapkan menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang keperawatan mengenai penggunaan *foot massage* dengan kombinasi aromatherapi lavender sebagai metode alternatif untuk menurunkan nyeri kepala dan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian ini juga diharapkan menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya dalam mengembangkan metode pengobatan non- farmakologis yang efektif dan mudah diterapkan.

2. Praktis

a. Bagi klien dan keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pasien hipertensi dan keluarganya mengenai alternatif pengelolaan tekanan darah dengan *foot massage* kombinasi aromatherapi lavender. Informasi ini diharapkan mampu memberikan opsi perawatan yang dapat diterapkan di rumah sebagai pelengkap pengobatan medis.

b. Bagi Rumah Sakit

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan di rumah sakit dalam memberikan intervensi *foot massage* kombinasi aromatherapi lavender sebagai upaya pengelolaan nyeri kepala dan tekanan darah pada pasien hipertensi. Dengan adanya terapi tambahan ini diharapkan mampu meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan di rumah sakit.

c. Bagi penulis selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai terapi non-farmakologis bagi pasien hipertensi. Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi landasan ilmiah yang berguna dalam pengembangan metode perawatan alternatif yang bertokus pada intervensi *foot massase*.