

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi sering juga disebut sebagai *The Silent Killer* karena penyakit ini merupakan pembunuh tersembunyi, dimana orang yang menderita hipertensi tidak mengetahui dirinya terkena hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya atau pada saat sudah terjadi komplikasi.

Hipertensi bisa menyerang siapa saja baik mudah maupun tua, entah orang kaya maupun miskin. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang paling mematikan di dunia. Namun, hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, melainkan hipertensi memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat yang dapat mematikan (Yuliyanto & Abdurrachman, 2021).

Menurut WHO 2021 prevalensi hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, pada tahun 2018 ada 650.000 orang mengalami hipertensi dan meningkat menjadi 1.280.000 orang pada tahun 2021. Selain itu, WHO juga mencatat Indonesia merupakan negara dengan peningkatan kejadian hipertensi nomor 4 tertinggi di dunia dengan presentasi 12% pada rentang tahun 1990-2019 (WHO, 2021).

Berdasarkan Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan pengukuran secara nasional sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%) sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%) (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin, Hipertensi di Banjarmasin menduduki peringkat pertama dengan angka kejadian tertinggi yang dimana jumlah kasus lama pada tahun 2019 berjumlah 56.052 total angka kejadian dan pada kasus baru yaitu berjumlah 22.785 total angka kejadian.

Selain itu dalam upaya menurunkan prevalensi angka kejadian mortalitas dan morbiditas hipertensi maka pengobatan hipertensi dilakukan dengan dua macam terapi yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Pengobatan farmakologis merupakan pengobatan dengan menggunakan obat-obatan yang dapat membantu menurunkan serta menstabilkan tekanan darah, sedangkan pengobatan non farmakologis yaitu salah satu alternatif untuk menurunkan tekanan darah tanpa ketergantungan obat. Pengobatan non farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap untuk mendapatkan efek pengobatan pada saat obat anti hipertensi diberikan (Wahyudin, 2021)

Lingkungan menjadi salah satu faktor risiko yang mempengaruhi timbulnya penyakit hipertensi yang meliputi: stres, obesitas, status gizi, minum kopi, kualitas tidur dan merokok. Individu yang tidak mampu mengontrol tekanan darah, dan tidak berobat secara teratur memiliki resiko terkena komplikasi, dan komplikasi yang ditimbulkan akibat hipertensi yaitu stroke pada hipertensi kronik, infark miocard, dan gagal ginjal jika terjadi kerusakan akibat tekanan tinggi pada kapiler-kapiler ginjal (Andiani, D R, 2020)

Penyakit kardiovaskular menjadi masalah yang serius di masyarakat saat ini. Salah satu penyakit kardiovaskular utama di dunia adalah hipertensi. Pada wilayah maju dan berkembang, hipertensi merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas khususnya penyakit kardiovaskular dan ginjal. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistol lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastol lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Hipertensi dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu hipertensi primer dan sekunder, 90% dari semua kasus hipertensi adalah primer. Tidak ada penyebab yang jelas tentang hipertensi primer, namun ada beberapa teori yang menunjukkan bahwa faktor genetik dan perubahan hormon bisa menjadi faktor pendukung. Hipertensi sekunder merupakan hipertensi yang diakibatkan oleh penyakit tertentu (Alfian & Wardati, 2019)

Hipertensi perlu mendapatkan perhatian khusus dan penanganan yang komprehensif mulai dari usaha preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif. Penanganan hipertensi yang komprehensif bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, meliputi terapi konvensional dan terapi non konvensional. Terapi konvensional merupakan terapi dengan pemberian obat-obatan yaitu obat anti hipertensi, sedangkan terapi non konvensional merupakan terapi komplementer yang dapat dilakukan dengan bekam, akupunktur, tanaman tradisional, akupresur, dan pijat/*massage* (Andiani, D R, 2020)

Menurut Ardianyah 2018 dalam Andiani, D R, 2020 Terapi pijat atau *massage* adalah salah satu terapi komplementer yang saat ini digunakan untuk hipertensi. *Massage* merupakan terapi paling efektif untuk menurunkan tekanan darah pada hipertensi karena dapat menimbulkan efek relaksasi pada otot-otot yang kaku sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah turun secara stabil.

Pijat refleksi adalah suatu praktik memijat titik-titik tertentu pada kaki. Manfaat pijat refleksi untuk kesehatan sudah tidak perlu diragukan lagi. Salah satu khasiatnya yang paling populer adalah untuk mengurangi rasa sakit pada tubuh. Manfaat lainnya adalah mencegah berbagai penyakit, meningkatkan daya tahan tubuh, membantu mengatasi stress, meringankan gejala migrain, membantu penyembuhan penyakit kronis, dan mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan. Teknik-teknik dasar yang sering dipakai dalam pijat refleksi diantaranya: teknik merambatkan ibu jari, memutar tangan dan kaki pada satu titik, serta teknik menekan dan menahan. Rangsangan-rangsangan berupa tekanan pada tangan dan kaki dapat memancarkan gelombang-gelombang relaksasi ke seluruh tubuh (Rezky, *et al.*, 2019)

Terapi non-farmakologis menurut departemen kesehatan terdapat 20 jenis pengobatan komplementer yang terbagi dalam beberapa pendekatan diantaranya adalah: dengan ramuan (aromaterapi, *sinshe*), dengan pendekatan rohani dan supranatural (meditasi, yoga, reiki) dan dengan ketrampilan (pijat refleksi). Banyak studi terkait yang membahas tentang pijat refleksi yang bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah salah satunya yaitu dengan pijat

kaki/*foot massage* ekstremitas berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi (Wahyudin, 2021)

Menurut Yanti, 2018 dalam Andiani, D R, 2020 Dari beberapa penelitian Pijat Kaki merupakan salah satu metode yang paling umum dari terapi komplementer, tidak memerlukan biaya yang terlalu mahal dan merupakan terapi manual yang dapat diterapkan dalam proses penyembuhan kesehatan yang dapat dilakukan oleh perawat. *Massage* pada otot-otot besar pada kaki dapat memperlancar sirkulasi darah, merangsang jaringan otot, menghilangkan toksin, merilekskan persendian, meningkatkan aliran oksigen, mengendurkan ketegangan otot, sehingga membantu memperlancar aliran darah ke jantung dan tekanan darah menjadi turun. Pijat Kaki dapat memberikan efek relaksasi yang lebih besar terhadap sirkulasi darah keseluruhan tubuh daripada *massage* punggung.

Pijat Kaki merupakan salah satu terapi komplementer yang aman dan mudah diberikan dan mempunyai efek meningkatkan sirkulasi, mengeluarkan sisa metabolisme, meningkatkan rentang gerak sendi, mengurangi rasa sakit, merelaksasikan otot dan memberikan rasa nyaman pada pasien. Pijat Kaki adalah manipulasi jaringan lunak pada kaki secara umum dan tidak terpusat pada titik-titik tertentu pada telapak kaki yang berhubungan dengan bagian lain pada tubuh. Pijat Kaki bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, mengurangi kegiatan jantung dalam memompa, dan mengurangi mengerutnya dinding-dinding pembuluh nadi halus sehingga tekanan pada dinding-dinding pembuluh darah berkurang dan aliran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah akan menurun (Abduliansyah, M R., 2019).

Dari beberapa penelitian Pijat Kaki merupakan salah satu metode yang paling umum dari terapi komplementer, tidak memerlukan biaya yang terlalu mahal dan merupakan terapi manual yang dapat diterapkan dalam proses penyembuhan kesehatan yang dapat dilakukan oleh perawat. Pijatan pada otot-otot besar pada kaki dapat memperlancar sirkulasi darah, merangsang jaringan otot, menghilangkan toksin, merilekskan persendian, meningkatkan aliran oksigen, mengendurkan ketegangan otot, sehingga membantu memperlancar aliran darah ke jantung dan tekanan darah menjadi turun.

Foot Massage dapat memberikan efek relaksasi yang lebih besar terhadap sirkulasi darah keseluruh tubuh daripada *massage* punggung (Andiani, D R, 2020)

Berdasarkan pentingnya tindakan keperawatan untuk mengatasi hipertensi, yakni dengan pemberian pijat kaki maka penulis tertarik memaparkan gambaran Analisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dalam menurunkan tekanan darah dengan Intervensi pijat kaki.

1.1 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang dijelaskan, maka rumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Bagaimana Hasil Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Penerapan Intervensi Pijat Kaki”

1.2 Tujuan Karya Ilmiah

1.2.1 Tujuan Umum

Menggambarkan hasil laporan kegiatan praktik klinik Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi dengan penerapan Intervensi Pijat Kaki oleh mahasiswa Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin di Rumah Sakit Islam Banjarmasin.

1.2.2 Tujuan Khusus

1.2.2.1 Menggambarkan hasil pengkajian dan diagnosa keperawatan pada pasien Hipertensi.

1.2.2.2 Menggambarkan diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien Hipertensi.

1.2.2.3 Menggambarkan perencanaan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan intervensi Pijat Kaki.

1.2.2.4 Menggambarkan implementasi keperawatan pada pasien

Hipertensi dengan intervensi Pijat Kaki.

1.2.2.5 Menggambarkan evaluasi keperawatan dengan intervensi keperawatan Pijat Kaki.

1.2.2.6 Menganalisis hasil asuhan keperawatan dengan penerapan metode Pijat Kaki.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Aplikatif

1.3.1.1 Sebagai acuan bagi peneliti untuk melakukan perawatan metode Pijat Kaki dalam menurunkan tekanan darah pada pasien Hipertensi.

1.3.1.2 Sebagai sumber informasi dan acuan bagi pasien untuk perawatan pasien dengan Hipertensi.

1.3.2 Manfaat Teoritis

1.3.2.1 Sebagai motivasi untuk meningkatkan pengetahuan terkait perawatan metode Pijat Kaki terhadap pasien Hipertensi.

1.3.2.2 Penelitian ini dapat dikembangkan untuk penelitian selanjutnya terkait metode Pijat Kaki dalam penanganan pasien dengan Hipertensi.

1.4 Penelitian Terkait

1.4.3 Penelitian oleh Iswati tahun 2022

Penelitian ini dengan judul “*Foot Massage* untuk Mengontrol Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi”. Intervensi ini termasuk dalam *Nursing Intervention Classification* (NIC) dan merupakan intervensi non farmakologis dengan memberikan pemijatan sehingga pasien menjadi lebih nyaman, rileks, serta tenang. Hasil penelitian menunjukkan, tekanan darah mengalami penurunan jika dibandingkan dengan sebelum diberi *foot Massage* dengan nilai signifikansi $p=0,000$ ($p<0,05$). *Foot Massage* dapat dipakai sebagai alternatif tindakan untuk mengontrol peningkatan tekanan darah dan direkomendasikan dilakukan secara rutin sebagai salah satu intervensi keperawatan pada penderita hipertensi khususnya.

1.4.4 Penelitian oleh Wahyudin tahun 2021

Penelitian ini dengan judul “Penerapan *Evidence Based Nursing* : Pengaruh *Foot Massase* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Kota Sukabumi 2021”. Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok intervensi ada penurunan rata-rata tekanan darah systole yaitu dari 174,5 mmHg menjadi 149,5 mmHg dan pada rata-rata tekanan darah diastole turun dari 98 mmHg menjadi 91 mmHg. Hasil statistik uji T tidak berpasangan (*independent sample t-test*) didapat nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), artinya ada perbedaan pengaruh *Foot Massage* terhadap tekanan darah systole dan diastole lansia hipertensi yang diberikan intervensi *Foot Massage* dan yang tidak diberikan intervensi di Kelurahan Karamat Kota Sukabumi. sehingga disarankan pada intitusi pelayanan agar dapat memberikan *foot Massase* sebagai intervensi tambahan pada penderita Hipertensi.

1.4.5 Penelitian oleh Umamah dan Paraswati 2019

Penelitian ini dengan judul “Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Dengan Metode Manual Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Karangrejo Timur Wonokromo Surabaya”. Hasil penelitian menunjukkan didapatkan nilai $p = 0,001$. Simpulan dari penelitian adalah terapi pijat refleksi kaki dengan metode manual berpengaruh menurunkan tekanan darah pada penderita Hipertensi. Diharapkan perawat dapat memberikan penyuluhan tentang cara pencegahan dan pengobatan terhadap hipertensi baik menggunakan terapi pijat refleksi dengan metode manual maupun dengan metode yang lain.