

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi tergolong penyakit tidak menular karena tidak ada penularan antar individu (Rismayanti, 2021). Hipertensi, juga dikenal sebagai hipertensi, adalah suatu kondisi yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah yang tidak normal dan terus-menerus. Kondisi ini disebabkan oleh satu atau lebih faktor risiko yang biasanya tidak mempengaruhi tekanan darah normal. Hipertensi umumnya dikenal sebagai “*silent killer*” karena sifatnya yang berpotensi fatal. Indikator yang terkait dengan gejala tersebut berfungsi untuk menjaga kewaspadaan pasien. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian secara global dan menempati urutan ketiga penyebab kematian terbanyak di Indonesia, setelah stroke dan tuberkulosis (Rosa Amelia, 2020).

Hipertensi merupakan penyebab utama kematian akibat penyakit kardiovaskular di seluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi kini menjadi masalah besar bagi kita semua. Prevalensi hipertensi yang tinggi dan hubungannya dengan penyakit kardiovaskuler, stroke, retinopati, dan penyakit ginjal, tekanan darah tinggi adalah salah satu masalah kesehatan utama di dunia. The American Heart Association melaporkan bahwa sekitar 40,5% dari populasi mengidap penyakit kardiovaskuler, dan 34% dari mereka meninggal setiap tahun karena penyakit tersebut. Berdasarkan data dari WHO bahwa 22% penduduk di dunia terserang hipertensi, dan Asia Tenggara sebesar 36% terjadi angka kejadian hipertensi. Hipertensi menjadi penyebab dari kematian yang mencapai 23,7% dari total kematian 1,7 juta di Indonesia pada tahun 2016. Pada tahun 2030, diperkirakan jumlah kematian yang disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler terutama penyakit jantung koroner dan stroke akan terus meningkat, mencapai 23,3 juta kematian (Tsao *et al.*, 2023).

Hastuti (2019) menyatakan bahwa seseorang yang menderita hipertensi mempunyai tekanan darah 140 mmHg atau lebih tinggi pada rentang sistolik

dan 90 mmHg atau lebih tinggi pada rentang diastolik bila diukur dengan alat berupa sphygmomanometer. Penyakit hipertensi memiliki klasifikasi yang berdasarkan etiologinya berupa hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer yang disebabkan adanya faktor diet terlebih adanya asupan garam yang berlebih, obesitas, resistensi insulin, disfungsi endotel, penuaan, stress, alkohol dan gaya hidup yang kurang bergerak. Yang kedua adalah hipertensi sekunder yang disebabkan oleh adanya gangguan ginjal, gangguan pembuluh darah, gangguan endokrin, obat-obatan seperti kokain, dan lain sebagainya. Tanda dan Gejala yang timbul berupa sakit kepala, pusing, sakit dada, penglihatan kabur, langkah kaki terganggu, edema, dan yang lain seperti mendadak keluar darah dari hidung.

Berdasarkan Direktorat Jenderal Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Tidak Menular (P2PTM) Kementerian Kesehatan RI (2019), prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% (persentase) sebanyak 63.309.620 jiwa dan jumlah kematian akibat hipertensi. Jumlahnya adalah 427.218. Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi DIY (2020). Prevalensi kasus hipertensi berdasarkan dari Riskesdas tahun 2018 sebanyak 11,0% (persen) dan menempati peringkat 4 nasional. Profil kesehatan kabupaten bantul (2021) dari dinas kesehatan kabupaten bantul juga menyebutkan kasus hipertensi di Kabupaten Bantul terjadi sebanyak 83.932 kasus, dan menurut catatan rekam medis di Raawat Inap Rumah Sakit Santa Elisabeth di triwulan 3 tahun 2024, terdapat 2640 pasien dengan hipertensi. Analisis penerapan pengaruh terapi musik relaksasi terhadap penurunan tekanan darah tinggi terhadap pasien hipertensi di Rumah Sakit Elisabeth Yogyakarta, belum pernah dilakukan.

Meskipun tekanan darah tinggi bukan merupakan kondisi yang tidak dapat disembuhkan, namun penyakit ini dapat dikelola dan diatasi secara efektif dengan farmakologi maupun non farmakologi (Kurnia, 2020). Perawatan non-obat termasuk diet, penurunan berat badan, olahraga hati-hati, diet rendah garam, rendah lemak, dan rendah kolesterol. Terapi non-obat juga dapat dicapai

dengan menjaga pola hidup sehat, seperti berhenti merokok, hindari alkohol, batasi asupan kafein, hindari stres, dan periksa tekanan darah secara rutin. Perawatan non-obat juga dapat dilakukan melalui hipnoterapi, distraksi, pijat, musik, pernapasan dalam perlahan, atau relaksasi Benson salah satunya adalah terapi musik, yang bertujuan untuk memperbaiki atau meningkatkan kondisi fisik, emosional, kognitif, dan sosial orang-orang dari berbagai usia. Musik mempunyai efek positif dalam meningkatkan kesehatan, mengurangi ketegangan otot, menghilangkan rasa sakit dan menciptakan suasana santai, aman dan menyenangkan. Musik mempengaruhi sistem saraf limbik dan otonom sehingga menghilangkan neurotransmitter nyeri, memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak, serta merangsang endorfin yang menurunkan detak jantung, denyut nadi, dan tekanan darah (Aulia, 2023).

Pijat refleksi merupakan terapi memijat 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 satu titik, dan memberi tekanan dan menahan. Penekanan dan pemijatan yang diberikan akan membantu gelombang relaksasi keseluruhan tubuh (Arifah *et al*, 2024). Pijat refleksi atau (*foot massage*) merupakan teknik pemijatan kaki dapat menghilangkan sumbatan dalam aliran darah sehingga aliran darah dan energi didalam tubuh kembali lancar. *Massage* atau pijat adalah penggunaan tekanan yang bervariasi untuk mempersepsikan sentuhan sebagai respon relaksasi yang bisa dilakukan 10-20 menit dengan teratur. *Foot massage* dapat memberikan rangsangan terhadap saraf motorik pada organ sehingga tubuh akan menjadi lebih rileks karena perawatan ini akan melepaskan histamin, bradikinin, dan serotinin serta memperbaiki mikrosirkulasi dan pembuluh darah, yang menghasilkan penurunan tekanan darah. Terapi dengan memijat telapak kaki dimana telapak kaki merupakan ujung – ujung syaraf yang dapat di stimulasi dengan pijatan lembut menggunakan tangan. Terapi ini dapat memperlancar aliran darah, menurunkan kadar norepinefrin, menurunkan kadar hormon kortisol, menurunkan ketegangan otot, sehingga dapat menurunkan stres yang secara tidak langsung juga dapat menurunkan tekanan darah (Patria

& Haryani, 2019). Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan analisis pengaruh teknik pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Instalasi Rawat Inap II RS Santa Elisabeth Yogyakarta

1.2 Rumusan masalah

Rumusan masalah dalam karya ilmiah akhir perawat adalah sebagai berikut: “Bagaimana penerapan teknik pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada pasien dengan hipertensi di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Santa Elisabeth Yogyakarta?”.

1.3 Tujuan study kasus

1.3.1 Tujuan umum

Untuk membantu penerapan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Instalasi Rawat Inap II Rumah Sakit Santa Elisabeth Ganjuran Yogyakarta

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Mengetahui karakteristik responden (usia, jenis kelamin, terapi farmakologi yang didapat)

1.3.2.2 Mengetahui tekanan darah sebelum diberikan teknik pijat refleksi kaki

1.3.2.3 Mengetahui tekanan darah sesudah diberikan teknik pijat refleksi kaki

1.3.2.4 Mengetahui perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan teknik pijat refleksi kaki

1.4 Manfaat study kasus

1.4.1 Manfaat Akademis

Dengan studi kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam mengembangkan ilmu keperawatan terutama pengaruh teknik pijat refleksi kaki terhadap hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil dari aplikasi ini dapat menjadi dasar bagi caregiver untuk memberikan intervensi keperawatan mandiri untuk menurunkan tekanan darah pada

pasien hipertensi, dan sebagai dasar untuk mengedukasi keluarga dan pasien tentang penerapan teknik pijat refleksi kaki di rumah juga bermanfaat.

BUKTI KONSULTASI