

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1.Latar belakang

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang signifikan di seluruh dunia dan merupakan faktor risiko utama untuk penyakit kardiovaskular, termasuk penyakit arteri koroner, gagal jantung, stroke, dan insufisiensi ginjal (Mills *et al.*, 2020). Hipertensi merupakan kondisi terjadinya peningkatan tekanan sistolik dan diastolik sehingga peningkatan tingkat kejadian kardiovaskular seperti stroke, infark miokard, gagal jantung dan kematian dini, ada hubungannya dengan peningkatan tekanan darah (Gabb, 2020). Hipertensi merupakan penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah global dan penyumbang angka kesakitan dan kematian di dunia termasuk Indonesia (Ayu *et al.*, 2021). Tekanan darah tinggi merupakan penyumbang kematian terbesar tahunan di seluruh dunia dan diperkirakan akan terus meningkat seiring berjalannya waktu (Mills *et al.*, 2020).

Berdasarkan data WHO tahun 2021, diperkirakan terdapat 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi (Jeemon *et al.*, 2021). Sedangkan di Asia Tenggara, angka kejadian hipertensi pada tahun 2020 adalah 39,9% (Mills *et al.*, 2020). Menurut Survey Kesehatan Indonesia tahun 2023 prevalensi penderita hipertensi mencapai 30,8% dari jumlah penduduk. Data yang didapatkan dari Badan Pusat Statistik, prevalensi hipertensi di Jawa Tengah mencapai 37,57%. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Magelang, prevalensi hipertensi tahun 2022 menunjukkan 79.933 jiwa yang mengidap hipertensi. Kasus hipertensi di Puskesmas Mungkid menduduki posisi pertama di Kabupaten Magelang. Jumlah lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Mungkid sebanyak 475 lansia, sedangkan jumlah lansia dengan hipertensi terbanyak diduduki oleh Desa Mungkid dengan total 75 lansia.

Hipertensi juga sering disebut sebagai “*silent killer*” karena sering terjadi tanpa keluhan, biasanya penderita tidak mengetahui bahwa dirinya mengidap hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi (Kemenkes RI, 2018).

Tekanan darah yang berlebihan seringkali tidak disadari, dan hanya dapat dideteksi melalui pengukuran. Meskipun sebagian besar pasien dengan hipertensi tidak mengalami gejala, beberapa orang dengan tekanan darah tinggi melaporkan sakit kepala, pusing ringan, vertigo, penglihatan yang berubah, bahkan “*syncopal episode*” (Schmieder & Schunkert, 2024). Hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko stroke dan penyakit jantung koroner. Selain penyakit jantung koroner dan stroke, komplikasinya termasuk gagal jantung, penyakit pembuluh darah perifer, gangguan ginjal, perdarahan retina, dan gangguan penglihatan (Masenga & Kirabo, 2023).

Pemerintah telah melakukan langkah-langkah untuk menurunkan tingkat hipertensi yang terjadi di Indonesia, yaitu dengan melakukan deteksi dini hipertensi secara aktif (skrining) melalui kegiatan posbindu, meningkatkan akses pasien terhadap pengobatan hipertensi melalui revitalisasi puskesmas, peningkatan manajemen pelayanan promotif, preventif dan holistik (Kemenkes RI, 2019). Penanganan hipertensi yang tepat memerlukan intervensi farmakologis dan non-farmakologis. Secara farmakologis penatalaksanaan hipertensi dengan pemberian obat anti hipertensi. Sedangkan terapi non-farmakologis dapat dilakukan dengan terapi komplementer yaitu nafas dalam, terapi akupuntur, meditasi, yoga, massase kaki, musik klasik, hipnotis, terapi SEFT, pijat refleksi, dance movement terapi, hidroterapi, dan terapi akupresur (Putri & Mazarina, 2022).

Terapi non farmakologis yang dapat diberikan pada penderita hipertensi salah satunya adalah akupresur. Akupresur semakin diakui sebagai intervensi non-farmakologis yang efektif untuk mengelola hipertensi, didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan kemampuannya dalam menurunkan tekanan darah sehingga dapat menjadi alternatif atau pendamping pengobatan farmakologis konvensional (Winarto, 2024). Terapi akupresur juga memiliki efek samping yang minimal dibandingkan dengan obat-obatan konvensional dan merupakan terapi yang relatif murah dan mudah diakses, sehingga terapi akupresur menjadi pilihan yang lebih aman untuk pengelolaan jangka panjang (Jatnika *et al.*, 2023).

Akupresur dilakukan dengan cara memijat, menekan atau memberikan getaran pada setiap tempat atau titik acupoint yang berhubungan dengan hipertensi (Aminuddin *et al.*, 2020). Hasil penelitian oleh (Galih Jatnika *et al.*, 2023) menunjukkan bahwa terapi akupresur berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada klien hipertensi dengan nilai p value yang diperoleh adalah 0.006. Penelitian oleh Zubaidah *et al.* (2021) juga menunjukan bahwa ada penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberi terapi akupresur. Hasil penelitian lainnya menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik sebesar 46 mmHg dengan hasil uji p value 0,00 (Winarto, 2023). Rangsangan akupresur dapat menstimulasi sel mast untuk melepaskan histamine sebagai mediator vasodilatasi pembuluh darah, sehingga terjadinya peningkatan sirkulasi darah yang menjadikan tubuh lebih relaksasi dan pada akhirnya dapat menurunkan tekanan darah (Saputra *et al.*, 2023).

Hasil wawancara di posbindu wilayah kerja Puskesmas Mungkid menunjukkan bahwa penderita hipertensi umumnya mengatasi penyakitnya dengan terapi herbal dan obat-obatan. Akupresur masih kurang dikenal dan jarang digunakan, penderita tidak mengetahui bahwa terapi akupresur dapat menurunkan tekanan darah pada kasus hipertensi. Penelitian ini memiliki keunikan tersendiri karena belum ada studi sebelumnya yang fokus pada efek akupresur dalam pengelolaan hipertensi pada lansia di wilayah tersebut. Selain memperkaya ilmu kesehatan, penelitian ini juga memberikan wawasan baru bagi masyarakat untuk meningkatkan kualitas hidup lansia hipertensi. Melalui penelitian ini diharapkan penderita hipertensi dapat meningkatkan pemahaman dan kemampuan tentang penerapan akupresur untuk mencegah dan pengendalian tanda gejala penyakit hipertensi.

1.2.Rumusan masalah

Apakah ada pengaruh pemberian terapi akupresur terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mungkid Kabupaten Magelang?

1.3.Tujuan penelitian

1.3.1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh akupresur terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mungkid Kabupaten Magelang?

1.3.2. Tujuan khusus

1.3.2.1 Mengetahui karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan, lama menderita hipertensi dan pola konsumsi obat antihipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mungkid Kabupaten Magelang.

1.3.2.2 Mengetahui rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan terapi akupresur pada kelompok intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mungkid Kabupaten Magelang.

1.3.2.3 Mengetahui rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah pengamatan pada kelompok kontrol tanpa intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mungkid Kabupaten Magelang.

1.3.2.4 Mengetahui perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik kelompok intervensi sesudah dilakukan terapi akupresur dibandingkan dengan kelompok kontrol

1.4.Manfaat penelitian

1.4.1.Manfaat akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian untuk pengembangan teori komplementer dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.4.2.Manfaat praktis

1.4.2.1.Bagi penulis

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi penulis untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan penerapan terapi komplementer seperti akupresur sebagai intervensi non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi

1.4.2.2. Bagi institusi

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan dapat menjadi bahan ajar, diskusi ilmiah, dan pengembangan kegiatan penelitian lanjutan di lingkungan akademik mengenai penerapan intervensi non-farmakologis.

1.4.2.3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat, khususnya keluarga lansia dan kader kesehatan, mengenai alternatif penanganan hipertensi yang sederhana dan dan minim efek samping untuk mengontrol tekanan darah tinggi