

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Penyakit Tidak Menular (PTM) saat ini menjadi masalah kesehatan cukup serius yang dihadapi Indonesia bahkan dunia. PTM membunuh 41 juta orang setiap tahunnya atau setara 74% dari seluruh kematian global. Kematian terbanyak sebesar 17,9 juta orang setiap tahun disumbang oleh jenis PTM yaitu penyakit kardiovaskular (*World Health Organization, 2023*). Salah satu penyakit kardiovaskular yaitu hipertensi dan menjadi isu penting masalah kesehatan utama di tingkat global, regional, maupun nasional karena laju prevalensinya yang masih cukup tinggi (*Kemenkes RI, 2023*). Hipertensi merupakan kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah, di mana nilai sistolik mencapai lebih dari 140 mmHg dan diastolik melebihi 90 mmHg berdasarkan hasil pengukuran pada dua hari yang berbeda (*WHO, 2023*). Hipertensi seringkali tanpa gejala apapun akan tetapi jika dibiarkan dapat menyebabkan sakit kepala, nyeri dada, penglihatan kabur, mual, muntah dan gejala serius lainnya (*WHO, 2023*).

Prevalensi hipertensi pada usia kelompok 30-79 tahun menurut WHO (2019) sebesar 33,1%, sedangkan di kawasan Asia tenggara sebesar 32,4%. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11%, sedangkan di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sebesar 32,86%. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 30,8%, sedangkan DIY sebesar 31,8%. Prevalensi menurut SKI (2023) DIY menjadi urutan ke-5 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi. Pada tahun 2022, 35,2% penderita hipertensi berusia lebih dari 15 tahun telah mendapatkan perawatan medis (*Profil Kesehatan DIY, 2023*). Berdasarkan Dinas Kesehatan Bantul (2024) angka kejadian hipertensi sepanjang tahun 2023 di Kabupaten Bantul sebesar 49.306

jiwa. Berdasarkan data Profil Kesehatan Bantul (2024), penderita hipertensi sebanyak 806 yang menjadikan Puskesmas Piyungan menjadi peringkat ke-5 terbanyak di Kabupaten Bantul. Berdasarkan data Profil Kesehatan Puskesmas Piyungan (2023), penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan paling banyak berasal dari Kelurahan Srimulyo sebanyak 963 orang, kemudian Srimartani sebanyak 748, dan Sitimulyo sebanyak 506 (Puskesmas Piyungan, 2023).

Pengendalian tekanan darah penderita atau pasien hipertensi memiliki peranan krusial, mengingat hipertensi termasuk dalam kategori penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan sepenuhnya, tetapi dapat dikendalikan atau dikontrol melalui manajemen yang tepat (Wulandari et al., 2023). Tujuan utama dari pengendalian hipertensi adalah untuk mencegah timbulnya komplikasi serius, seperti stroke, gangguan fungsi ginjal, gagal jantung, penyakit pada pembuluh darah perifer, serta berbagai komplikasi lainnya yang dapat memperburuk kondisi pasien (Nuraini, 2015). Upaya pengendalian hipertensi dapat ditempuh melalui pendekatan farmakologis dan non-farmakologis. Intervensi farmakologis melibatkan pemberian obat-obatan, sedangkan strategi non-farmakologis mencakup perubahan gaya hidup, pengaturan pola makan, peningkatan aktivitas fisik, serta pemanfaatan terapi komplementer. Terapi farmakologi dapat dengan obat-obatan, dan untuk terapi non farmakologi dapat dengan modifikasi gaya hidup, diet, aktivitas fisik dan terapi komplementer dapat berupa manajemen psikologis seperti teknik relaksasi hipnoterapi, *massage*, terapi nafas dalam, terapi genggam jari, dan terapi lainnya (Iqbal & Jamal, 2023).

Salah satu bentuk terapi komplementer yang dapat dimanfaatkan dalam mengelola tekanan darah tinggi adalah terapi relaksasi. Di antara berbagai teknik relaksasi yang ada, metode menggenggam jari telah terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah. Penelitian yang dilakukan oleh Surahmawati dan Novitayanti (2021) pengendalian hipertensi menggunakan genggam jari terbukti signifikan menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, dengan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Rahmawati dan Suryandi (2020), yang memperoleh hasil statistik dengan p-value 0,000

($p < 0,05$), mengindikasikan efektivitas intervensi tersebut. Penelitian lain yang dilakukan oleh Arisdiani, Asyrofi, dan Fariza (2024) juga memperkuat bukti efektivitas terapi ini, dengan hasil penurunan tekanan darah yang bermakna secara statistik nilai p untuk tekanan sistolik sebesar 0,001 dan untuk diastolik sebesar 0,012 menunjukkan bahwa kelompok yang menerima intervensi mengalami penurunan tekanan darah yang signifikan..

Terapi relaksasi genggam jari berdampak terhadap penurunan tekanan darah karena dengan terapi genggam jari akan memberikan stimulus pada titik meridian tubuh, titik tersebut akan menstimulasi pada bagian saraf sensorik di titik akupressur diteruskan ke medula spinalis, mesencefalon dan kompleks pituitari hipotalamus. Stimulasi terhadap hipotalamus selama terapi relaksasi akan melepaskan endorfin yang berperan dalam menurunkan pelepasan *Corticotropin-Releasing Hormone* (CRH). Penurunan CRH menyebabkan berkurangnya produksi *Adrenocorticotrophic Hormone* (ACTH) dari hipofisis, hal ini berdampak pada penurunan produksi kortisol di kelenjar adrenal sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah sehingga tekanan darah menurun. Selain itu, pelepasan endorfin akan memberikan rasa nyaman dan rileks, kondisi ini akan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis dan menurunkan aktivitas saraf simpatis yang akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah (vasodilatasi) sehingga tekanan darah mengalami penurunan (Sulistyarini, 2013, Tri Atmojo, 2012, Ronny, 2010, Handayani, 2021).

Data awal diperoleh melalui studi pendahuluan yang dilakukan terhadap tenaga kesehatan di Puskesmas Piyungan pada bulan April tahun 2025 dengan cara wawancara dan pengambilan data didapatkan data bawah pasien hipertensi yang berkunjung di Bulan Maret 2025 sebanyak 597 orang. Persebaran pasien hipertensi di pada masing-masing kelurahan yaitu di Kelurahan Srimulyo 263 orang, Kelurahan Sitimulyo 190, dan Kelurahan Srimartani 144 orang. Hasil wawancara diperoleh bahwa dua karyawan puskesmas Bu A (TU) “... *terapi-terapi belum pernah dilakukan yang sudah malah herbal jamu-jamuan...*”. Hasil dari pengolahan data pasien hipertensi, pasien yang berasal dari Desa Kaligatuk yang berada dibawah naungan Kelurahan Srimulyo menjadi terbanyak yang memiliki pasien hipertensi dengan jumlah 65 orang pasien.

Peneliti juga melakukan wawancara kepada salah satu kader di Dusun Kaligatuk mengatakan didusun ini setiap 1 bulan sekali di sabtu pertama selalu dilakukan *screening* hipertensi yang bekerja sama dengan Puskesmas Piyungan, kegiatan tersebut dinamakan Gertak Chinta (Gerakan Serentak Cegah Hipertensi Kita) yang dihadiri sekitar 70-90 warga tiap bulannya. Dari data Kegiatan *screening* yang dilakukan April 2025 jumlah warga yang hadir dan menderita hipertensi berjumlah 62 orang.

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa terapi relaksasi genggam jari efektif dalam menurunkan tekanan darah, hingga saat ini teknik tersebut belum pernah diterapkan oleh penderita hipertensi di wilayah tersebut. Peneliti memilih terapi genggam jari karena metode ini mudah dipraktikkan, dapat dilakukan secara mandiri, tidak memerlukan biaya, minim risiko, dan belum pernah diimplementasikan sebelumnya di wilayah kerja Puskesmas Piyungan. Berdasarkan pertimbangan tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut melalui penelitian yang berjudul “Terapi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Piyungan”.

1.2 Rumusan masalah

Apakah terdapat pengaruh dari pemberian terapi genggam jari pada penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui pengaruh dari pemberian terapi dengan terapi genggam jari pada pasien dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Piyungan

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1. Mengetahui karakteristik (umur, jenis kelamin, dan riwayat hipertensi) pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Piyungan

- 1.3.2.2. Mengetahui perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi pengukuran pertama (*pre*) dan pengukuran kedua (*post*) pada responden kelompok intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Piyungan
- 1.3.2.3. Mengetahui perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi pengukuran pertama (*pre*) dan pengukuran kedua (*post*) pada responden kelompok kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Piyungan
- 1.3.2.4. Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok kontrol dan intervensi pada penderita hipertensi sesudah diberikan terapi genggam jari di Wilayah Kerja Puskesmas Piyungan

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber referensi ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam konteks penerapan terapi nonfarmakologis genggam jari sebagai bentuk intervensi untuk membantu menurunkan tekanan darah pada individu dengan hipertensi.

1.4.2 Manfaat praktisi

1.4.2.1. Bagi institusi pelayanan kesehatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan petugas kesehatan perihal terapi non farmakologi yang bermanfaat terhadap penurunan tekanan darah dan dapat menjadi masukan dalam memberikan terapi nonfarmakologis sebagai pelengkap intervensi farmakologis dalam penanganan hipertensi.

1.4.2.2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan dan dikembangkan studi lanjutan yang berfokus pada efektivitas terapi non farmakologi genggam jari pada penderita hipertensi.