

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan adalah milik semua orang, tidak terkecuali seorang lanjut usia (lansia). Sehat menurut *World Health Organization* (WHO) adalah suatu keadaan dimana secara fisik dalam kondisi lengkap, baik secara mental dan sosial dan tidak adanya suatu penyakit ataupun keadaan lemah. Lansia merupakan suatu proses yang akan dialami semua orang sebagai suatu tahapan perjalanan kehidupan (Sesar et al., 2019). WHO dalam Yuswatiningsih & Suhariati (2021) menyatakan bahwa yang disebut sebagai lansia adalah seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun. Sedangkan menurut Undang-Undang nomor 13 tahun 1998 BAB 1 pasal 1 dan 2 menyatakan bahwa seseorang disebut sebagai lansia jika usianya lebih dari 60 tahun keatas (TNP2K & Kemenkes RI, 2020). Pada Maret 2022, Badan Pusat Statistik menunjukkan data hasil survei sosial ekonomi nasional (Susenas) 10,48 % penduduk Indonesia adalah lansia. Penduduk yang berusia > 60 tahun akan meningkat dari 1,4 miliar pada tahun 2020 menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050 (TNP2K & Kemenkes RI, 2020). Dari fenomena tersebut menunjukkan bahwa populasi lansia di Indonesia akan bertambah dan hal tersebut menunjukkan bahwa harapan hidup penduduk Indonesia mengalami peningkatan.

Lansia menjadi kelompok yang sangat rentan dengan berbagai penyakit tidak terkecuali hipertensi karena adanya penurunan fungsi tubuh. Lansia akan mengalami beberapa penurunan sistem tubuh sebagai penyebab penyakit degeneratif (Rosalina & Syafriati, 2020). Penurunan sistem fungsi tubuh yang dialami lansia antara lain sistem kardiovaskuler; pada penurunan fungsi sistem ini lansia akan mengalami beberapa permasalahan yang diakibatkan oleh menurunnya dan melemahnya jantung, melambatnya detak jantung sehingga potensial meningkatkan tekanan darah dan resiko penyakit jantung. Pada sistem pernafasan, lansia sering mengalami adanya sesak nafas akibat dari melemahnya fungsi

paru-paru dan penurunan otot pernafasan. Sedangkan pada sistem musculoskeletal, lansia yang jatuh banyak mengalami patah tulang sebagai akibat adanya pengeroposan tulang. Penurunan pada fungsi sistem ginjal mengakibatkan pembuangan limbah yang kurang maksimal. Dan penurunan pada psikologis seperti penurunan fungsi kognitif sehingga terjadinya demensia dan gangguan tidur.

Menurut catatan *WHO* (2022), 1 milyar dari penduduk dunia mengalami hipertensi. 40% penduduk dunia yang mengalami hipertensi berada di negara sedang berkembang termasuk Indonesia, sedangkan negara maju 35 %. Hipertensi di Indonesia terbanyak ditemukan di provinsi Sulawesi utara yaitu 13,2 % dan terendah di provinsi Papua yaitu 4,4 %. Sedangkan untuk provinsi Lampung 8,0 % dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak di kota Bandar Lampung sebanyak 25.011 orang dengan jumlah penderita pada pria 9.509 dan pada wanita 15.502. Kota dengan penderita terendah di provinsi Lampung yaitu Kabupaten Lampung Barat dengan jumlah mencapai 570 penderita pria dan 990 penderita wanita (Rahayu et al., 2022). Data rekam medis RS Maria Regina pada tahun 2024, penderita hipertensi 107 orang dengan 80% orang penderita adalah lansia yang dirawat di ruang Fransiskus RS maria Regina.

Hipertensi disebut sebagai *silent killer* dikarenakan banyak penderita hipertensi yang merasa sehat dan dalam keadaan baik-baik saja namun setelah dilakukan pemeriksaan maka akan ditemukan jika tekanan darahnya lebih tinggi dari nilai tekanan darah normal. Seseorang dikatakan hipertensi jika tekanan darahnya melebihi 140/90 mmhg (Widyastuti et al., 2022). Untuk lansia dikategorikan sebagai hipertensi jika tekanan darah 150/90 mmhg, risiko hipertensi pada lanjut usia terkait dengan adanya penurunan regangan sistolik longitudinal atrium yang kehilangan kelenturannya dan menjadi kaku sehingga darah pada setiap denyut jantung dipaksa untuk melalui pembuluh darah yang sempit daripada biasanya dan menyebabkan naiknya tekanan darah (Berta Afriani

et al., 2023). Hipertensi sering disebabkan oleh beberapa faktor antara lain faktor genetik seperti usia dan jenis kelamin, gaya hidup dan pola makan. Jika seorang penderita darah tinggi tidak mendapatkan pengobatan secara teratur dan pengontrolan rutin maka akan mengakibatkan penderita hipertensi pada kematian. Tekanan darah tinggi yang terus menerus mengakibatkan kerja jantung bekerja ekstra keras yang dapat sehingga mengakibatkan kerusakan pada pembuluh darah jantung, ginjal, otak dan mata.

Penanganan pada hipertensi bisa dilakukan dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis.(Widyastuti et al., 2022) Terapi farmakologis pada hipertensi biasanya diberikan obat-obatan seperti dianjurkan oleh JNC 8 adalah diuretika, terutama jenis thiazide atau aldosterone antagonist, beta blocker, calcium channel blocker atau calcium antagonist, Angiotensin converting enzyme inhibitor, Angiotensin II receptor blocker atau AT1 receptor antagonist/blocker. Sedangkan sebagai terapi non farmakologis nya yaitu tindakan mengurangi faktor resiko yang bisa menimbulkan komplikasi seperti menurunkan berat badan, menghentikan merokok, minuman alkohol, mengurangi asupan garam, kalsium dan magnesium. Jaga pola hidup sehat dengan berolahraga dinamik seperti renang, lari, bersepeda dan lainnya serta pengelolaan stress yang dihadapi(Machsus Labibah, 2020). Selain terapi nonfarmakologis tersebut, ada beberapa yang diyakini oleh sebagian besar masyarakat bahwa dengan mengkonsumsi timun setiap hari, meminum rebusan daun seledri ataupun daun salam mampu membantu menurunkan dan mengontrol tekanan darah.

Adapun salah satu terapi nonfarmakologi yang jarang diketahui oleh masyarakat adalah pijat kaki. Pijat kaki adalah pijatan yang dilakukan pada kaki dengan mempertimbangkan kondisi kesehatan lansia secara umum, termasuk sisi psikologis dan kondisi kulit. Pijat ini bertujuan untuk memberikan manfaat seperti meningkatkan relaksasi, mengurangi nyeri,

dan meningkatkan sirkulasi darah sehingga aliran darah menjadi lancar dapat menurunkan tekanan darah. Pijat kaki merupakan terapi komplementer yang cocok untuk lansia dikarenakan terapi ini mudah dilakukan, tidak butuh biaya, resiko yang minimal dan hampir tidak beresiko dan mudah dipelajari oleh keluarga(Nengah Aditya et al., 2024)

Menurut data dari rekam medis rumah sakit Maria Regina, hipertensi termasuk dalam daftar sepuluh penyakit terbanyak penyebab pasien masuk rumah sakit tanpa penyakit tambahan. Pada data tahun 2024, pasien dengan hipertensi berjumlah 107 orang dengan pria 33 dan wanita 72 orang dengan lama perawatan 3-5 hari, dirawat di ruang Fransiskus. Dari 107 pasien tersebut, 80 % adalah pasien lansia. Pada umumnya pasien dengan hipertensi yang dirawat di RS Maria Regina diberikan terapi farmakologi tanpa tambahan terapi komplementer. Pasien hipertensi dengan terapi farmakologi mengalami penurunan tekanan darah namun tidak signifikan dan stabil. Tekanan darah pasien akan meningkat lagi saat pasien gelisah, sakit kepala ataupun sulit tidur.

Penulis melakukan wawancara terhadap perawat dan pasien hipertensi yang dirawat di ruang Fransiskus, permasalahan yang timbul akibat dari peningkatan tekanan darah pasien yaitu sakit kepala, sulit tidur dan gelisah. Penerapan terapi komplementer pijat kaki adalah terapi komplementer yang murah, mudah dilakukan dan belum ada terapi komplementer yang diterapkan untuk mengatasi permasalahan tersebut di rumah sakit Maria Regina. Pihak dari RS Maria Regina hanya memberikan terapi farmakologi dan belum ada pemberian terapi nonfarmakologis jika ada pasien dengan hipertensi. Berdasarkan dari data dan pendekatan tersebut, maka penulis tertarik untuk memberikan terapi komplementer pijat kaki pada pasien lansia dengan hipertensi yang dirawat di RS Maria Regina Kotabumi

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan pijat kaki pada pasien lansia dengan hipertensi di ruang Fransiskus Rumah Sakit Maria Regina Kotabumi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran penerapan pijat kaki pada tekanan darah lansia dengan hipertensi

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum dilakukan terapi pijat kaki
- b. Mengidentifikasi tekanan darah setelah dilakukan terapi pijat kaki
- c. Menganalisa pengaruh penerapan pijat kaki terhadap tekanan darah

1.4 Manfaat study kasus

1.4.1 Manfaat bagi pasien dan keluarga

Laporan studi kasus penerapan pijat kaki ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi pasien, terutama pasien lansia dengan hipertensi. Dan bagi keluarga diharapkan mampu menerapkan pijat kaki secara mandiri di rumah sebagai salah satu terapi komplementer yang mudah, murah dan bisa dilakukan oleh anggota keluarga sendiri.

1.4.2 Manfaat Bagi Rumah Sakit

Laporan studi kasus penerapan pijat kaki ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang bermakna dalam pengembangan pendekatan secara holistik terhadap perawatan pasien dengan penerapan terapi nonfarmakologi untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi sebagai inovasi dalam bentuk perawatan yang lebih komprehensif.

1.4.3 Manfaat Praktis

Sebagai terapi nonfarmakologis yang mudah dan murah. Bisa dipelajari oleh keluarga tanpa mengeluarkan biaya.

Memberikan efek relaksasi sehingga membantu menurunkan tekanan darah dan akibat dari tekanan darah tinggi yaitu sakit kepala, kecemasan dan masalah sulit tidur pada lansia.