

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan hipertensi sebagai suatu kondisi meningkatnya tekanan darah di arteri, dengan ambang batas tekanan sistolik minimal 140 mmHg dan tekanan diastolik minimal 90 mmHg (WHO, 2023). Hipertensi dikenal sebagai *pembunuh diam-diam* karena sering tidak menimbulkan gejala yang nyata, sehingga banyak orang tidak menyadari bahwa mereka menderita penyakit ini (Kemenkes, 2024). Penyakit ini merupakan penyebab kematian tertinggi secara global, dengan mayoritas kasus—sekitar 90 hingga 95 persen—termasuk dalam kategori hipertensi esensial (Kemenkes, 2024).

Hipertensi merupakan masalah global yang prevalensinya diperkirakan akan naik terus menerus. WHO (2023) memperkirakan penderita hipertensi dikalangan dewasa usia 30-79 tahun mencapai 1,28 miliar di seluruh dunia. Hasil Riskesdas 2018 dibandingkan dengan hasil SKI 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi telah menurun. Menurut hasil pengukuran tekanan darah, prevalensi hipertensi pada orang berusia lebih dari 18 tahun turun dari 34,1% pada 2018 menjadi 30,8% pada 2023. Sebagai hasil dari data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) tahun 2018, prevalensi hipertensi pada usia di atas 18 tahun adalah 10,68%, dan meningkat menjadi 13,0% pada tahun 2023 (Kemenkes, 2023). Menurut data Profil Kesehatan Kabupaten Sleman 2024, jumlah kasus hipertensi yang tercatat mencapai 47.084 penderita. Sebanyak 45.929 penderita hipertensi telah mendapat pelayanan yang tepat dan 1.155 penderita belum mendapatkan penanganan yang memadai. Penderita yang belum mendapatkan penanganan yang tepat dikarenakan masih terjadi underreporting data dari faskes jejaring dan sistem dukungan pengobatan penyakit

kronis yang ada belum optimal (Dinas Kesehatan Sleman, 2024). Kecamatan Minggir berada pada peringkat ke-14 dengan jumlah penderita hipertensi sebanyak 1.685 jiwa. (Dinas Kesehatan Sleman, 2020).

Hipertensi yang terjadi dalam kurun waktu yang lama akan berbahaya sehingga menimbulkan komplikasi (Nuraini, 2015; Afsar, 2014 dalam Kurnia 2021). Kerusakan pada organ-organ seperti jantung, mata, ginjal, otak, dan pembuluh darah besar merupakan beberapa komplikasi yang dapat timbul akibat hipertensi. Penyakit serebrovaskular (seperti stroke dan serangan iskemik sementara), penyakit arteri koroner (termasuk infark miokard dan angina), demensia, fibrilasi atrium, serta gagal ginjal sangat dipengaruhi oleh tekanan darah tinggi. Munculnya komplikasi ini memerlukan intervensi terapeutik untuk mencegah dampak negatif. Terdapat dua metode dalam pengobatan: farmakologis dan non-farmakologis. Pengobatan non-farmakologis merujuk pada terapi medis yang tidak menggunakan bahan kimia, sedangkan pengobatan farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan. (Adam, 2022; Kemenkes, 2021). Upaya nonfarmakologis dalam penatalaksanaan hipertensi bertujuan untuk mengurangi penggunaan obat-obatan untuk mengatasi hipertensi dengan fokus utamanya penerapan gaya hidup sehat, terapi herbal, dan terapi komplementer (Iqbal & Handayani, 2022). Di Indonesia, terapi komplementer telah menjadi tren dan isu yang sangat populer dalam beberapa waktu terakhir. Beberapa contohnya termasuk yoga, meditasi, musik klasik, teknik pernapasan dalam, pijat refleksi, terapi gerakan tarian, pijat kaki, dan akupresur (Kusuma, Tirada, Sukron, 2021). Akupresur ini dinilai sangat efisien dan relative aman karena tidak dilakukan secara invasif atau melukai kulit tubuh (Afrila & Dewi, 2015) dalam (Edi Winarto, 2023). Studi yang dilakukan oleh Manullang, Sianipar, & Sitohang (2024) yaitu tinjauan sistematis, mengevaluasi efektivitas terapi akupresur dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Hasilnya menunjukkan bahwa akupresur dapat menjadi alternatif terapi non-farmakologi yang efektif dalam menurunkan

tekanan darah, terutama pada pasien yang mengalami efek samping dari terapi farmakologi.

Akupresur merupakan salah satu bentuk intervensi dalam praktik keperawatan yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung proses penyembuhan pasien. Metode ini dilakukan dengan cara memberikan tekanan secara bertahap menggunakan jari tangan pada titik-titik tertentu yang diyakini memiliki efek penyembuhan, sehingga merangsang mekanisme penyembuhan alami tubuh (Saputra & Mulyadi, 2020). Tekanan atau getaran biasanya diberikan selama 15 hingga 20 detik, dan karena tidak melibatkan tindakan invasif serta tidak merusak kulit, akupresur tergolong metode yang aman dan efektif (Aminuddin, Sudarman, & Syakib, 2020). Bahkan, menurut Ardianti (2018) dalam Kamelia et al. (2021), pasien dapat mempraktikkan akupresur secara mandiri. Dengan kemudahan dalam mempelajarinya dan kemampuan untuk meredakan berbagai gejala, akupresur memiliki potensi besar untuk diterapkan dalam praktik keperawatan masa kini.

Salah satu mekanisme kerja terapi akupresur adalah dengan merangsang sel mast untuk mengeluarkan histamin, zat yang berperan dalam memperlebar pembuluh darah (vasodilatasi). Proses ini membantu melancarkan aliran darah, memberikan rasa relaksasi, dan berperan dalam menurunkan tekanan darah (Sukmadi et al., 2021). Nisa et al. (2022) juga menjelaskan bahwa pijatan dalam terapi akupresur mampu menstimulasi gelombang saraf yang kemudian mendukung sirkulasi darah, mengendurkan otot yang tegang, dan membantu menurunkan tekanan darah. Hal ini diperkuat oleh penelitian Lin G Hon et al. (2016) dalam Galih Jatnika et al. (2023) yang menemukan bahwa akupresur efektif digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di PSTW Jember. Penelitian Saputra et al. (2023) juga menemukan hasil serupa, yaitu adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi setelah diberikan terapi akupresur. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Posyandu Padukuhan Daratan pada tanggal 5 – 10 Maret 2025 ditemukan bahwa sebanyak 53,66% dari populasi yang

ada yaitu 100 peserta menderita hipertensi. Dari wawancara yang dilakukan didapatkan bahwa lansia di Posyandu Padukuhan Daratan sudah meminum obat antihipertensi tetapi tekanan darah masih tinggi, selain itu masyarakat belum pernah mendapatkan program terapi akupresur dikarenakan metode ini masih kurang populer di Masyarakat Padukuhan Daratan tetapi masyarakat disana sering melakukan pijat. Melihat masyarakat di Padukuhan Daratan banyak yang menderita hipertensi dan belum pernah mendapatkan terapi akupresur dan melihat manfaat yang begitu banyak dari penelitian-penelitian tentang terapi akupresur, kemudian akupresur ini juga mudah dipelajari dan dipraktikkan maka peneliti tertarik meneliti mengenai “pengaruh terapi akupresur terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi”. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah dalam penelitian ini peneliti akan memberikan intervensi dua kali seminggu selama dua minggu berturut-turut selama 30 menit dan menilai efektifitas terapi akupresur antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol (Saputra et al., 2023).

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh terapi akupresur terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Padukuhan Daratan, Sendangarum, Minggir, Sleman?

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui adanya pengaruh terapi akupresur terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.3.1 Mengidentifikasi karakteristik responden

1.3.3.2 Mengidentifikasi tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi akupresur pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

1.3.3.3 Menganalisis perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi terapi akupresur pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

1.3.3.4 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan intervensi akupresur.

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Manfaat akademis

Hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik terkait pengaruh terapi akupresur terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.4.2 Manfaat praktis

Hasil penelitian ini dapat menambah variasi intervensi keperawatan komplementer dalam penatalaksanaan tekanan darah tinggi.