

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi merupakan sebuah kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal, yaitu tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Sri, dkk., 2023). Hipertensi merupakan masalah yang perlu diwaspadai, karena tidak adanya tanda dan gejala khusus dan beberapa orang masih sehat serta beraktivitas seperti biasanya. Tekanan darah tinggi yang terus-menerus menyebabkan pengerasan dan penyumbatan arteri (aterosklerosis), memaksa jantung bekerja lebih keras sehingga bisa meningkatkan risiko serangan jantung dan stroke Mancina, G. et al, (2020). Berdasarkan riset data dari Survei Kesehatan Indonesia (2023) prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami penurunan. Penurunan prevalensi hipertensi dipengaruhi oleh peningkatan kesadaran masyarakat, perubahan gaya hidup, akses pelayanan kesehatan yang lebih baik, kepatuhan pengobatan, serta dukungan kebijakan pemerintah. Hipertensi menempati urutan ketiga sebagai penyakit tidak menular terbanyak setelah diabetes dan penyakit jantung (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan catatan World Health Organization (WHO, 2023) angka kejadian hipertensi di dunia sebesar 1,28 miliar jiwa. Berdasarkan riset data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami penurunan. Pada tahun 2018 prevalensi hipertensi sebesar 34,1% dan pada tahun 2023 menurun menjadi 30,8% atau sekitar 205 juta jiwa, di antara penduduk usia 18 tahun ke atas (Kemenkes RI, 2023). Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2022, prevalensi hipertensi di Jawa Tengah diperkirakan mencapai 29,3% dari penduduk berusia di atas 15 tahun, dengan estimasi jumlah penderita sebanyak 8.494.296 orang, Kabupaten Klaten berada di urutan ke 1 dari 5 besar penyakit tidak menular (PTM), pada tahun 2021 penderita hipertensi

sebanyak 315.318 orang yang baru terlayani. Sedangkan penderita hipertensi yang terdata di wilayah kerja Puskesmas Wedi pada tahun 2024 sebanyak 14.236 orang, yang berasal dari Kelurahan Canan sebanyak 259 orang.

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan namun bisa dikontrol atau dikendalikan Wulandari et al., (2023). Pengendalian hipertensi bertujuan agar tidak terjadi komplikasi seperti stroke, gagal jantung, gagal ginjal, penyakit pembuluh darah perifer dan komplikasi lainnya As'adia, (2021). Terapi farmakologi bisa menggunakan obat-obatan, dan untuk terapi non farmakologi bisa dengan diet, modifikasi gaya hidup, aktivitas fisik dan terapi komplementer dapat berupa manajemen psikologis seperti teknik relaksasi hipnoterapi, pijat kaki, terapi nafas dalam, terapi genggam jari, dan terapi lainnya (Iqbal & Jamal, 2023).

Pijat merupakan salah satu warisan budaya jawa yang sudah biasa dilakukan ketika merasa tidak enak badan maupun saat merasa lelah. Terapi pijat kaki adalah manipulasi jaringan lunak pada kaki secara umum dan tidak terpusat pada titik-titik tertentu pada telapak kaki yang berhubungan dengan bagian lain pada tubuh (Ainun et al., 2021). Pijat kaki bukanlah pengganti obat antihipertensi, melainkan berperan sebagai terapi komplementer untuk mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi,. Menurut Unal & Akpınar (2016), pijat kaki terbukti menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, namun tetap dikategorikan sebagai terapi tambahan (*complementary therapy*) sehingga tidak menggantikan pengobatan medis. Hal ini sejalan dengan pendapat Kementerian Kesehatan RI (2018) yang menyatakan bahwa terapi komplementer dapat dimanfaatkan untuk mendukung efektivitas terapi farmakologis pada penyakit kronis, termasuk hipertensi. Dengan kombinasi antara pengobatan medis, perubahan gaya hidup, dan terapi komplementer seperti pijat kaki, diharapkan pengendalian hipertensi dapat lebih optimal. Penelitian yang dilakukan oleh Hakiki & Rakhmawati, (2023) diperoleh nilai p-value= 0,000 menunjukan bahwa terapi pijat kaki signifikan menurunkan tekanan darah. Penelitian yang

dilakukan oleh Irawati et al., (2024) diperoleh nilai p-value= 0,000 menunjukkan bahwa terapi pijat kaki signifikan menurunkan tekanan darah. Berdasarkan penelitian Anisatun Niswah dkk (2022), diperoleh nilai p-value= <0,05 menunjukkan bahwa terdapat penurunan tekanan darah yang signifikan setelah diberikan pijat kaki. Mekanisme terapi pijat kaki yang dilakukan pada kaki bagian bawah selama 15-30 menit dimulai dari pemijatan pada kaki yang diakhiri pada telapak kaki diawali dengan memberikan gosokan pada permukaan punggung kaki, dimana gosokan yang berulang menimbulkan peningkatan suhu diarea gosokan yang mengaktifkan sensor syaraf kaki sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah dan getah bening yang mempengaruhi aliran darah meningkat, sirkulasi darah menjadi lancar. Hal ini menunjukkan bahwa terapi pijat kaki memiliki peranan penting dalam pengobatan sebagai terapi komplementer dengan metode yang efektif untuk menurunkan tekanan darah Kurniasanti & Ismerini, (2022).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan ke tenaga kesehatan Puskesmas Wedi pada tanggal 27 Maret 2025 dengan cara wawancara di dapatkan data bahwa penderita hipertensi di Kelurahan Canan sebanyak 259 orang. Upaya yang sudah dilakukan kader dan penderita dalam mengendalikan hipertensi adalah dengan edukasi untuk mengurangi konsumsi makanan asin atau tinggi garam. Sudah banyak penelitian mengenai pijat kaki yang terbukti efektif dalam mengendalikan tekanan darah, namun di daerah tersebut penderita hipertensi belum pernah menggunakan terapi komplementer pijat kaki untuk mengendalikan tekanan darah. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh Pijat Kaki Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Canan”.

1.2 Rumusan masalah

Apakah ada pengaruh pijat kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Kelurahan Canan?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

1.3.1.1 Mengetahui pengaruh pijat kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Kelurahan Canan.

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Mengetahui karakteristik (umur, jenis kelamin, dan riwayat hipertensi).

1.3.2.2 Mengetahui perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada kelompok intervensi.

1.3.2.3 Mengetahui perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi pengukuran 1 (pre) dan pengukuran 2 (post) pada responden kelompok kontrol.

1.3.2.4 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik responden kelompok kontrol dan intervensi setelah intervensi.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat akademis

Sebagai salah satu sumber pengetahuan dan informasi serta pengembangan ilmu di bidang keperawatan mengenai terapi non farmakologi pijat kaki pada penderita hipertensi.

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Bagi tenaga kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi pihak kesehatan terkait pengaruh pijat kaki terhadap tekanan darah.

1.4.2.2 Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat memberikan informasi terkait dengan pengaruh pijat kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga dapat digunakan sebagai dasar dan masukan untuk melakukan penelitian selanjutnya.