

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis di mana tekanan darah di dalam pembuluh arteri secara konsisten tinggi melebihi batas normal (tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg), sehingga jantung dan pembuluh darah harus bekerja lebih keras untuk memompa darah ke seluruh tubuh (World Health Organization., 2025).

Didunia tercatat 1,4 miliar orang dewasa usia 30–79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi pada tahun 2024, dengan dua pertiga tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah, angka ini menunjukkan bahwa lebih dari 33% (World Health Organization., 2025). Di Indonesia, berdasarkan hasil survei prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter sebesar 8,0% atau sebanyak 638.178 orang, yang menunjukkan jumlah penduduk yang telah teridentifikasi mengalami hipertensi oleh tenaga kesehatan. Namun, berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, prevalensi hipertensi tercatat lebih tinggi yaitu 29,2% dengan jumlah kasus mencapai 598.983 orang (Survei Kesehatan Indonesia (SKI), 2023). Pada tingkat provinsi, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) terdapat 97.362 penduduk yang mengalami hipertensi, dan hanya sekitar 40,87% yang tercatat memiliki tekanan darah terkontrol pada 3 bulan terakhir kunjungan ke layanan kesehatan dengan tekanan darah $<140/90$ mmHg (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia., 2026). Sedangkan di Gunungkidul tercatat sebanyak 59.432 atau sebanyak 11,24% penderita hipertensi essential (Dinas Kesehatan Kabupaten Gunungkidul, 2024).

Kondisi ini merupakan salah satu masalah kesehatan kronis utama di dunia yang berkontribusi besar terhadap kejadian penyakit kardiovaskular seperti akut miokard infark dan gagal jantung, stroke, serta gagal ginjal (American Heart Association, 2022). Secara global tercatat angka kejadian komplikasi hipertensi diantaranya lebih dari 40% kasus stroke, khususnya stroke

hemoragik, serta penyakit jantung iskemik yang berhubungan dengan hipertensi. Selain itu, pada tahun 2021 terdapat sekitar 1,15 juta penderita penyakit jantung iskemik dan 1,26 juta penderita penyakit ginjal kronik yang diatribusikan pada hipertensi, serta 358.033 kasus gagal jantung. Kondisi ini berkontribusi terhadap sekitar 30% kematian atau 55.280 kematian per tahun, dengan hipertensi menyumbang 8,5% dari seluruh kematian dan menyebabkan kehilangan 498.052 tahun kehidupan (Grave et al., 2025).

Berbagai terapi komplementer telah dilaporkan dapat membantu pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi, antara lain relaksasi napas dalam, meditasi, yoga, pijat refleksi, terapi musik, serta akupresur. Terapi-terapi tersebut bekerja dengan membantu menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis, meningkatkan relaksasi, dan memperbaiki respon tubuh terhadap stress (World Health Organization., 2025). Akupresur dipilih sebagai intervensi keperawatan dalam studi kasus ini karena memiliki beberapa keunggulan, antara lain tidak memerlukan biaya, mudah dipelajari, aman dilakukan, serta dapat diterapkan secara mandiri oleh keluarga di rumah. Selain itu, akupresur tidak menimbulkan efek samping yang signifikan dan dapat digunakan sebagai terapi pendamping tanpa mengganggu terapi farmakologis. Dengan karakteristik tersebut, akupresur dinilai sesuai untuk diterapkan pada keluarga dengan masalah keperawatan manajemen kesehatan tidak efektif, karena dapat meningkatkan keterlibatan keluarga dan mendukung kemandirian dalam pengelolaan hipertensi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Pada keluarga dengan anggota yang mengalami hipertensi, tugas perawatan kesehatan keluarga yang ketiga adalah kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarga yang mengalami masalah kesehatan. Tugas ini tampak dari keterlibatan keluarga dalam membantu perawatan sehari-hari, baik melalui dukungan emosional maupun tindakan perawatan nonfarmakologis yang dapat dilakukan di rumah. Salah satu bentuk perawatan yang dapat diterapkan keluarga adalah akupresur, karena teknik ini bersifat noninvasif, mudah dipelajari, dan dapat dilakukan secara mandiri. Penerapan akupresur oleh keluarga mencerminkan peran aktif keluarga sebagai *caregiver* dalam

membantu mengontrol tekanan darah dan mendukung perawatan hipertensi secara berkelanjutan (Kaakinen et al., 2018)

Akupresur menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas parasimpatis, sehingga memicu relaksasi pembuluh darah, penurunan denyut jantung, serta penurunan tekanan darah. Selain itu, akupresur membantu menurunkan stres dan kecemasan dengan merangsang pelepasan endorfin dan neurotransmitter yang berperan dalam relaksasi, yang secara tidak langsung menurunkan tekanan darah melalui pengurangan hormon stres seperti adrenalin dan kortisol. Beberapa penelitian klinis menunjukkan bahwa stimulasi titik akupresur tertentu, seperti Taichong (LR3), Zusanli (ST36), dan Shenmen (HT7), yang dilakukan secara rutin dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan pada penderita hipertensi, sehingga akupresur dinilai efektif sebagai terapi tambahan dalam pengelolaan hipertensi berbasis Evidence Based Nursing (Restawan et al., 2023; Yuniarsih et al., 2024).

Dalam study kasus ini, klien dipilih karena keduanya mengalami hipertensi dengan kondisi hemodinamik stabil, tidak disertai komorbid akut maupun kondisi kegawatdaruratan. Selain itu, klien dan keluarga bersedia untuk dilakukan intervensi keperawatan, termasuk penerapan terapi komplementer berupa akupresur. Kondisi ini memungkinkan perawat untuk memberikan asuhan keperawatan keluarga secara komprehensif dan berfokus pada peningkatan kemampuan keluarga dalam mengelola masalah kesehatan secara mandiri.

Dari hasil pengkajian menunjukkan bahwa keluarga belum optimal dalam pengelolaan hipertensi. Klien masih belum mengonsumsi obat antihipertensi secara rutin, kurang memahami pentingnya kepatuhan pengobatan, serta belum mengetahui adanya terapi komplementer yang dapat digunakan sebagai pendamping terapi farmakologis. Kondisi ini berdampak pada tekanan darah yang cenderung tidak terkontrol dan berisiko menimbulkan komplikasi jangka panjang apabila tidak ditangani secara adekuat.

Berdasarkan hasil pengkajian tersebut, masalah keperawatan yang tepat adalah manajemen kesehatan tidak efektif, yaitu kondisi ketika individu atau keluarga tidak mampu mengelola pengobatan, perawatan, dan perubahan gaya hidup yang diperlukan untuk mempertahankan atau meningkatkan status kesehatan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017).

Meskipun terapi nonfarmakologis dalam hal ini akupresure relatif aman, masih sedikit praktik keperawatan yang menerapkannya secara sistematis dalam asuhan keperawatan keluarga terhadap hipertensi. Oleh karena itu, karya ilmiah akhir ini difokuskan pada penerapan Evidence Based Nursing berupa akupresur untuk mengevaluasi efektivitasnya dalam membantu menurunkan tekanan darah pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

1.2 Rumusan masalah

Bagaimanakah efektivitas penerapan intervensi akupresur terhadap tekanan darah pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui efektivitas penerapan akupresur terhadap tekanan darah pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Menerapkan akupresur keada keluarga penderita hipertensi

1.3.2.2 Keluarga dapat menerapkan akupresur pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

1.3.2.3 Mengetahui efektivitas akupresur terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

1.4 Manfaat studi kasus

1.4.1 Manfaat akademis

Studi kasus ini diharapkan dapat menjadi rujukan ilmiah bagi mahasiswa keperawatan dalam pengembangan keterampilan praktik berbasis bukti, terutama dalam terapi komplementer untuk pasien hipertensi.

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.3 Diharapkan dapat memberikan kontribusi keperawatan praktis berupa intervensi akupresur yang mudah diterapkan keluarga untuk mendukung pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi.