

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring bertambahnya usia seseorang akan mengalami proses penuaan dan akan mencapai fase lanjut usia atau biasa disebut dengan lansia. Seseorang dapat dikategorikan lansia setelah menginjak usia 60 tahun (Miller, 2023). Populasi lansia di seluruh dunia pada tahun 2020 berjumlah 1 miliar jiwa dan diperkirakan akan meningkat menjadi 1,4 miliar pada tahun 2030 (World Health Organization, 2025). Populasi lansia di Indonesia mencapai angka 29 juta atau 11,5 % pada tahun 2024 dan meningkat menjadi 33,9 juta atau 12% tahun 2025 (Badan Pusat Statistik, 2025; Badan Pusat statistik, 2024). Yogyakarta menjadi salah satu provinsi dengan jumlah lansia yang melebihi presentase lansia secara nasional yaitu 16.2% atau 661.226 tahun 2024 dan meningkat menjadi 679.594 atau 15,8 % dari total penduduk di Yogyakarta (Bada Pusat Statistik, 2025; Badan Pusat statistik, 2024). Kabupaten Sleman menempati posisi pertama lansia terbanyak di DIY dengan jumlah lansia 173.832 atau 15.4% dari total penduduk Kabupaten Sleman (Badan Pusat Statistik, 2025). Data yang didapat dari kader kesehatan padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki 144 penduduk lanjut usia.

Seseorang yang sudah menginjak lansia umumnya akan mengalami perubahan fisiologis, fungsional, kognitif dan perubahan psikologis. Perubahan tersebut akan mempengaruhi fungsi tubuh secara keseluruhan (Potter, 2017). Selain mempengaruhi fungsi tubuh pada fase lansia akan muncul berbagai permasalahan kesehatan. Lanjut usia dapat meningkatkan risiko terjadinya permasalahan kardiovaskuler seperti hipertensi, gagal jantung kongestif (*Congestive Heart Failure/CHF*), penyakit arteri koroner (*Coronary Artery Disease/CAD*), aritmia, penyakit arteri perifer (*Peripheral Arterial Disease*), penyakit katup jantung (*Valvular Heart Disease*) dan stroke (Gadó et al., 2022; Hsu et al., 2021).

Hipertensi diseluruh dunia diperkirakan mencapai 1.4 miliar jiwa (WHO, 2025). Jumlah penderita hipertensi di Indonesia yang diagnosis dokter mencapai 602.982 atau 31,8% dari total penduduk Indonesia (Kementrian Kesehatan, 2023). Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menempati peringkat kelima provinsi dengan prevalensi hipertensi tertinggi di Indonesia yaitu sebesar 75.406 jiwa atau 31,8% (Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2025; Kementrian Kesehatan, 2023). Kabupaten Sleman salah satu wilayah Provinsi DIY dengan jumlah penderita hipertensi mencapai angka 49.070 jiwa (Dinas Kesehatan Sleman, 2025). Kecamatan Pakem menempati posisi ke-14 yang memiliki populasi penderita hipertensi di Kabupaten Sleman dengan jumlah 2,043 jiwa (Dinas Kesehatan Sleman, 2025). Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta memiliki 52 lansia dengan hipertensi berdasarkan hasil pengukuran rutin dalam posyandu.

Tekanan darah tinggi yang berlangsung secara kronis dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius pada organ-organ, termasuk ginjal, otak, dan mata. Hipertensi dapat menyebabkan kerusakan progresif pada glomerulus yang berujung pada gagal ginjal kronik, suatu kondisi yang membutuhkan terapi jangka panjang dan meningkatkan beban kesehatan masyarakat. Peningkatan tekanan darah yang tidak terkontrol dapat mempercepat terjadinya stroke iskemik maupun hemoragik. Selain itu, hipertensi juga dapat menyebabkan retinopati hipertensif, suatu kondisi yang mengganggu aliran darah ke retina sehingga menyebabkan gangguan penglihatan (Lin et al., 2025; Thakur, 2024). Komplikasi yang ditimbulkan oleh penyakit hipertensi ini memperlihatkan bahwa hipertensi bukan hanya gangguan tekanan darah, tetapi merupakan penyakit sistemik yang berdampak luas pada fungsi tubuh. Angka kematian akibat di hipertensi di Indonesia cukup tinggi dengan presentase 10.2% (Kementrian Kesehatan, 2023). Angka tersebut menunjukkan pentingnya peningkatan strategi pencegahan, deteksi dini dan pengelolaan hipertensi pada tingkat pelayanan kesehatan dan masyarakat.

Tingginya kejadian dan komplikasi hipertensi, maka diperlukan suatu pendekatan yang dapat menurunkan angka kejadian hipertensi. Manajemen hipertensi dapat dilakukan dengan menggunakan terapi farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis menggunakan obat-obat anti-hipertensi seperti ACE inhibitors, ARBs, dihydropyridine CCBs, diuretics dan beta-blockers (McEvoy et al., 2024), Sedangkan terapi non-farmakologis melibatkan terapi tambahan seperti penggunaan ramuan herbal atau teknik khusus tertentu aktivitas fisik, kontrol berat badan, pembatasan konsumsi alkohol yoga, tai chi dan meditasi transcendental dan terapi akupresur (Gede et al., 2023a; Verma et al., 2021).

Gerakan PATUH salah satu program pemerintah yang diterapkan dalam rangka pengendalian hipertensi di Indonesia. (Kementrian Kesehatan, 2022). Selain gerakan PATUH, pemerintah juga mengeluarkan jargon CERDIK sebagai upaya pencegahan hipertensi. Gerakan CERDIK singkatan dari cek kesehatan secara rutin, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat cukup, dan kelola stress dengan baik (Kementrian Kesehatan, 2023). Dengan program tersebut pemerintah berharap masyarakat dapat mengendalikan kejadian hipertensi di Indonesia. Namun tidak dapat dipungkiri bahwa jumlah kasus hipertensi di Indonesia terus meningkat dan dapat disimpulkan bahwa program yang pemerintah untuk mencegah dan mengendalikan hipertensi belum cukup efektif. Hal tersebut dapat dilihat dari pola perilaku lansia hipertensi bahwa dari 22,9% penduduk yang teridentifikasi mengalami hipertensi, hanya 11,9% yang rutin mengonsumsi obat dan 11,0% yang melakukan kunjungan ulang ke fasilitas pelayanan kesehatan. Kesenjangan ini menunjukkan perlunya intervensi tambahan yang bersifat nonfarmakologis dan preventif.

Salah satu terapi komplementer yang efektif menurunkan tekanan darah adalah terapi akupresur. Akupresur dilakukan dengan menstimulasi titik meridian tubuh yang dapat membantu menurunkan tekanan darah dan menyeimbangkan fungsi fisiologis tubuh. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Gede et al.,

2023) terapi akupressur terbukti efektif untuk hipertensi. Hasil tersebut didukung dengan penelitian lain yang dilakukan oleh (Restawan et al., 2023) menyimpulkan bahwa terapi akupressur efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini karena angka kejadian hipertensi pada lansia di Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta masih tinggi, yaitu sebanyak 52 dari 144 lansia yang ada. Selain itu berdasarkan informasi yang didapat peneliti dari kader kesehatan padukuhan Candi yang mengatakan bahwa di tempat tersebut tidak pernah diberikan sosialisasi terapi komplementer untuk masalah hipertensi. Berdasarkan *Systematic Review* yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya titik Taichong (LR 3), Shenmen (HT 7) dan Taixi (KI 3) menunjukkan hasil yang signifikan dalam menurunkan tekanan darah (Restawan et al., 2023). Berdasarkan fenomena ini maka peneliti tertarik melakukan penelitian pengaruh akupressur terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, penulis membuat rumusan masalah sebagai berikut “Apakah ada pengaruh terapi akupressur terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta?”

1.3 Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh akupressur terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1 Menganalisis rerata tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi akupressur pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

- 1.3.2.2 Menganalisis rerata tekanan darah diastolik sebelum diberikan terapi akupressur pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.
- 1.3.2.3 Menganalisis rerata tekanan darah sistolik sesudah diberikan terapi akupressur pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.
- 1.3.2.4 Menganalisis rerata tekanan darah diastolik sesudah diberikan terapi akupressur pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.
- 1.3.2.5 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan terapi akupressur pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.
- 1.3.2.6 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi akupressur pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Candi Tawangrejo Pakem Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan ilmiah tentang efektivitas akupresur sebagai terapi nonfarmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Hasilnya dapat menjadi referensi bagi pengembangan praktik keperawatan berbasis bukti serta literatur dalam bidang keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi terapi pendamping obat yang sederhana, aman, efisien dan dapat dilakukan sebagai upaya penanganan hipertensi.

1.4.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi dasar dan referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan kajian tentang terapi akupresur, baik dengan variabel berbeda, populasi lebih luas, maupun metode penelitian yang

lebih mendalam untuk memperkuat bukti ilmiah efektivitas akupresur terhadap tekanan darah.