

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi merupakan salah satu jenis Penyakit Tidak Menular (PTM), dan termasuk penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Menurut *World Health Organization (WHO)*, hipertensi (tekanan darah tinggi) didefinisikan ketika tekanan darah di dalam pembuluh darah meningkat secara berlebihan, tekanan darah sistolik ≥ 140 dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg). WHO memperkirakan sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar 2/3 tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (*World Health Organization, 2025*). Dari jumlah tersebut, kurang dari separuh orang dewasa (42%) yang telah didiagnosis dan menerima pengobatan, sekitar 4 dari 5 penderita hipertensi tidak mendapat perawatan yang memadai. Angka prevalensi hipertensi di Indonesia sangat tinggi, mencapai 30,8% pada populasi berusia di atas 15 tahun. Daerah Istimewa Yogyakarta adalah provinsi dengan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran sebanyak 30,4% dan berdasarkan diagnosis medis 12,3%. Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada kelompok usia 15-24 tahun sebanyak 9,3%, usia 24-34 tahun (17,4%, umur 35-44 tahun 27,2%, usia 45-54 tahun 39,1%, usia 55-64 tahun 49,5%, usia 65-74 tahun 57,8%, dan usia ≥ 75 tahun 64,0% (*Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023*).

Berdasarkan data dari Puskesmas Gondokusuman 1 tahun 2024, jumlah penderita hipertensi di tiga kelurahan wilayah kerja Puskesmas Demangan 1 diperoleh hasil dari pengukuran tekanan darah pada individu berusia ≥ 18 tahun tercatat sebanyak 3.103 jiwa. Kelurahan Demangan merupakan salah satu wilayah dengan jumlah kasus tergolong tinggi, yaitu sebanyak 799 jiwa penderita hipertensi (299 laki-laki dan 500 perempuan) dan yang tergolong banyak berada di Rw 04, yaitu dari 270 warga terdapat 110 menderita hipertensi (40,74%). Angka tersebut menunjukkan

bahwa hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan terbanyak di Rw 04 Demangan.

Hipertensi dapat memicu terjadinya komplikasi seperti penyakit stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal dan kerusakan organ vital lainnya (SKI, 2023). Laporan hasil survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, prevalensi penyakit tidak menular di tingkat nasional di dapatkan data penyakit jantung sebesar 0,85%, stroke sebesar 0,83%, dan penyakit ginjal kronis sebesar 0,18%, (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Kondisi ini kemungkinan berkaitan dengan tingginya angka hipertensi. Hipertensi menjadi salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi ancaman bagi kesehatan global dan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Maka, kondisi tersebut menjadi dasar bagi WHO dalam menetapkan target global pengendalian penyakit tidak menular, yaitu menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% pada tahun 2030 dibandingkan tahun 2010 (*World Health Organization*, 2023).

Beberapa upaya juga telah dilakukan Pemerintah Indonesia dalam pengendalian hipertensi antara lain kegiatan promosi dan edukasi, deteksi dini, tatalaksana penyakit, hingga pengendalian komplikasi dan rehabilitasi, dalam rangka menurunkan angka morbiditas, disabilitas, dan mortalitas akibat hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Meskipun demikian, penyakit hipertensi tetap menjadi isu penting untuk diperhatikan penatalaksanaannya. *American Heart Association (AHA)*, menyebutkan penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan dua pendekatan yaitu, dengan cara farmakologis dan nonfarmakologis. Pendekatan farmakologis yaitu dengan memberikan obat diuretik antihipertensi guna meningkatkan pengeluaran natrium dan urin. Sedangkan pendekatan nonfarmakologis dapat dilakukan dengan cara modifikasi gaya hidup, olahraga, menghentikan konsumsi alkohol dan kafein berlebih, berhenti merokok, mengurangi konsumsi garam, modifikasi diet lemak, dan mengurangi stres (Ignatavicius et al., 2018). Pendekatan-pendekatan ini dapat dipadukan dengan berbagai terapi komplementer untuk meningkatkan efektivitas pengelolaan

kesehatan secara menyeluruh. Berbagai terapi komplementer yang diakui sebagai komponen dari strategi pengobatan non-farmakologis diantaranya; akupunktur, akupresur, yoga, pijat, aromaterapi, praktik pikiran-tubuh (Ng et al., 2022). Salah satu terapi komplementer yang kini populer di masyarakat adalah terapi akupresur.

Akupresur dipilih sebagai intervensi dalam penelitian ini, karena merupakan salah satu terapi nonfarmakologis yang murah, efektif, sederhana, mudah untuk membantu mengelola dan menurunkan tekanan darah. Selain itu, akupresur juga dapat dikombinasikan dengan bentuk pengobatan lain. Terapi akupresur bekerja dengan memberikan stimulasi pada titik-titik tertentu untuk melancarkan aliran energi vital serta memperbaiki keseimbangan fisiologis tubuh. Kelancaran energi tersebut berpengaruh pada peredaran darah, regulasi cairan tubuh, sistem saraf, sistem hormonal, dan sistem limfatik, sehingga mendukung penurunan tekanan darah secara alami. Selain itu, akupresur termasuk terapi komplementer yang semakin diakui dalam praktik keperawatan modern (Başak, Seda; Bahcecioglu Turan, Gülcan; Özer, 2025).

Ada beberapa penelitian yang menyebutkan terapi akupresur signifikan menurunkan tekanan darah. Penelitian Restawan et al., (2023), *literatur review* menunjukkan setelah dilakukan terapi akupresur penekanan pada titik Taichong HT 7 dan KI 3, LR 3, signifikan menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Penelitian Zubaidah et al., (2021) mengatakan adanya pengaruh penurunan tekanan darah setelah diberikan terapi akupresur pada titik LI4 hegu pada responden yang menderita hipertensi. Penelitian (Nyoman et al., 2025) menyebutkan terjadi penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia setelah dilakukan terapi akupresur pada titik SP 6, LI 4. Penelitian terbaru (Mulyadi & Suparjo, 2025) juga menguatkan temuan ini. Hal tersebut menunjukkan bahwa terapi akupresur dapat digunakan sebagai terapi nonfarmakologis dalam penanganan pasien hipertensi.

Dengan demikian, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian terkait Pemberian terapi akupresur dengan kombinasi menggunakan titik LR 3, HT 7, KI 3

pada penderita hipertensi di wilayah RW 04, Demangan, Gondokusuman, Yogyakarta. Pemilihan kombinasi 3 titik ini didasarkan pada bukti *literatur review* yang menunjukkan efektifitasnya namun hingga saat ini belum ada penelitian yang spesifik meneliti penerapannya sebagai satu paket intervensi. Dengan demikian, pemilihan akupresur dalam penelitian ini sekaligus menjadi nilai kebaruan karena belum pernah ada intervensi akupresur di wilayah RW 04, Demangan, Gondokusuman, Yogyakarta. Diharapkan hasil penelitian dapat menjadi dasar bagi program promotif dan preventif pengendalian hipertensi di masyarakat secara luas.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena maka rumusan masalah penelitian yang akan dilakukan yaitu apakah ada pengaruh pemberian terapi akupresur terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di RW 04, Kelurahan Demangan, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui ada pengaruh terapi akupresur terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di RW 04, Kelurahan Demangan, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Gambaran karekteristik responden pada penderita hipertensi di RW 04 Kelurahan Demangan, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta.

1.3.2.2 Gambaran tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum pemberian terapi akupresur pada pada penderita hipertensi di RW 04 Kelurahan Demangan, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta.

1.3.2.3 Gambaran tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah pemberian terapi akupresur pada pada penderita hipertensi di RW 04 Kelurahan Demangan, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta.

1.3.2.4 Menganalisis pengaruh terapi akupresur terhadap tekanan darah sistolik pada penderita hipertensi di RW 04 Kelurahan Demangan, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta.

1.3.2.5 Menganalisis pengaruh terapi akupresur terhadap tekanan darah diastolik pada penderita hipertensi di RW 04 Kelurahan Demangan, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Diharapkan hasil penelitian ini akan memberikan orang lebih banyak pengetahuan dan wawasan mengenai terapi non farmakologis, khususnya penggunaan terapi akupresur sebagai salah satu metode alternatif dalam pengelolaan hipertensi. Selain itu, diharapkan hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai referensi literatur bagi mahasiswa atau calon tenaga kesehatan dalam memahami intervensi alternatif untuk penanganan hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Kader

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi kader atau petugas kesehatan di RW 04 Kelurahan Demangan, Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta untuk mengetahui dan menerapkan teknik akupresur dalam mengelola tekanan darah.

1.4.2.2 Bagi Peneliti

Selanjutnya hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh peneliti lain dalam mengembangkan metode akupresur sebagai terapi tambahan untuk mengontrol hipertensi.