

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit yang disebabkan oleh perubahan organ tubuh manusia sendiri maupun yang termasuk dalam kategori penyakit degeneratif, yang umumnya terkait dengan faktor usia dan gaya hidup tidak sehat. PTM sering dialami oleh individu yang kurang menjaga pola kesehatan secara teratur, contoh PTM yang sering terjadi adalah penyakit jantung, hipertensi. Penyakit tidak menular menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat karena tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi secara global, merupakan jenis penyakit yang tak bisa ditularkan oleh penderita ke orang lain, jenis penyakit ini berkembang secara perlahan dan terjadi dalam jangka waktu yang panjang (Sumampouw et al., 2023)

Hipertensi atau tekanan darah tinggi, merupakan masalah kesehatan global yang signifikan, memengaruhi jutaan orang di seluruh dunia. Kondisi ini meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, stroke, dan gagal ginjal yang berkontribusi pada morbiditas dan mortalitas yang tinggi. Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia, dengan prevalensi yang cukup tinggi terutama pada kelompok usia lebih tua Nursofiati et al., (2023). Berdasarkan data SKI 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk Indonesia yang berusia ≥ 18 tahun berdasarkan hasil pengukuran mencapai 29,2%, dengan prevalensi tertinggi pada kelompok usia 65-74 tahun (57,8%) dan 75 tahun ke atas (64,0%). Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran juga menunjukkan angka yang signifikan, dengan nilai tertinggi tercatat di provinsi Kalimantan Tengah. Meskipun banyak individu yang terdiagnosis hipertensi, tingkat pengendalian hipertensi di Indonesia bervariasi antara provinsi, dengan beberapa provinsi seperti Bali (28,2%) dan DKI Jakarta (25,6%) mencatatkan angka yang lebih tinggi dalam kendali hipertensi, sedangkan provinsi lain seperti Kalimantan Tengah (12,6%) dan Jawa Tengah (14,5%) memiliki angka yang lebih rendah.

Namun, tantangan utama dalam pengelolaannya adalah ketidakpatuhan terhadap pengobatan, yang sering disebabkan oleh faktor-faktor seperti merasa sehat (62,8%), kebosanan atau malas (19,3%), dan ketergantungan pada obat tradisional (1,4%). Selain itu, tingkat pemeriksaan ulang atau kontrol juga sangat bervariasi, dengan provinsi seperti Bali (59,7%) dan Kepulauan Riau (57,1%) memiliki angka kontrol yang lebih tinggi, sedangkan provinsi seperti Papua Pegunungan (20,4%) dan Nusa Tenggara Barat (37,5%) mencatatkan angka yang lebih rendah. Faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan status ekonomi mempengaruhi tingkat pengendalian hipertensi, dengan pria (21,9%) sedikit lebih terkontrol dibandingkan wanita (17,4%). Oleh karena itu, diperlukan intervensi berbasis komunitas dan peningkatan akses serta edukasi kesehatan untuk meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan dan pemeriksaan ulang, yang pada gilirannya akan meningkatkan pengelolaan hipertensi di Indonesia (Khotimah, 2023).

Pengelolaan hipertensi umumnya melibatkan dua pendekatan utama, yaitu non farmakologis dan pengobatan farmakologis. Namun, seiring dengan berkembangnya kesadaran akan alternatif pengobatan, terapi komplementer seperti akupresur mulai mendapatkan perhatian lebih. Akupresur sebagai salah satu bentuk terapi non-farmakologis, diyakini dapat memberikan manfaat tambahan dalam mengelola tekanan darah tinggi, serta menawarkan pendekatan yang lebih holistik dan minim efek samping dibandingkan dengan penggunaan obat-obatan Fitria & Saputra, (2016). Akupresur yang berasal dari pengobatan tradisional Tiongkok, melibatkan penerapan tekanan pada titik-titik tertentu di tubuh untuk merangsang respons terapeutik. Menurut Hidayat (2024) Akupresur yang berasal pada pengobatan tradisional Tiongkok, merupakan metode terapi yang melibatkan pemberian tekanan pada titik-titik tertentu di tubuh dengan tujuan merangsang respons penyembuhan atau terapeutik. Teknik ini dipercaya dapat memperbaiki aliran energi tubuh dan membantu mengatasi berbagai masalah kesehatan tanpa memerlukan intervensi obat-obatan. Berdasarkan prinsip dasar pengobatan Tiongkok, setiap titik akupresur memiliki keterkaitan dengan organ atau

fungsi tubuh tertentu. Oleh karena itu, pengobatan ini dirancang untuk menyeimbangkan energi tubuh, meredakan rasa sakit, dan meningkatkan kesejahteraan secara menyeluruh. Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan. Hipertensi sering menyebabkan perubahan pada pembuluh darah yang dapat mengakibatkan semakin tingginya tekanan darah. Pengobatan awal pada hipertensi sangatlah penting karena dapat mencegah timbulnya komplikasi pada beberapa organ tubuh seperti jantung, ginjal, dan otak. (Iqbal & Handayani, 2022)

Hipertensi merupakan kondisi medis yang membutuhkan perhatian serius dan pendekatan penanganan yang komprehensif, mencakup pencegahan, promosi kesehatan, pengobatan, serta rehabilitasi. Pendekatan menyeluruh terhadap hipertensi bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, dengan menggabungkan terapi konvensional dan non-konvensional Mahayuni, (2021). Terapi konvensional umumnya melibatkan penggunaan obat antihipertensi, sementara terapi non-konvensional mencakup pendekatan-pendekatan yang lebih alami, seperti perubahan gaya hidup dan penggunaan terapi alternatif. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), tekanan darah normal berada pada kisaran 120-140 mmHg untuk tekanan sistolik dan 80-90 mmHg untuk tekanan diastolik. Seseorang dianggap hipertensi jika tekanan darahnya melebihi angka 140/90 mmHg. Kondisi ini adalah masalah kesehatan kronis yang menyebabkan peningkatan tekanan pada arteri, memaksa jantung untuk bekerja lebih keras dalam memompa darah ke seluruh tubuh. Akibatnya, aliran darah bisa terganggu, pembuluh darah bisa rusak, dan risiko terjadinya penyakit degeneratif serta kematian dapat meningkat (Iqbal & Handayani, 2022).

Pengelolaan hipertensi yang komprehensif melibatkan upaya untuk mengurangi faktor risiko yang dapat memperburuk kondisi ini. Hal ini mencakup pengawasan tekanan darah secara rutin, penerapan pola makan sehat, olahraga teratur, dan pengelolaan stres yang efektif. Penanganan yang tepat dapat mengurangi risiko komplikasi lebih lanjut, seperti stroke, penyakit

jantung, dan gagal ginjal Istichomah, (2020). Pada akhirnya, pendekatan multifaset yang melibatkan baik terapi farmakologis maupun non-farmakologis sangat penting untuk mencapai pengelolaan hipertensi yang optimal dan meningkatkan kualitas hidup pasien (Putri et al., 2022).

Akupresur adalah salah satu metode terapi alternatif yang melibatkan pemberian tekanan pada titik-titik tertentu di tubuh untuk pemulihan dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Teknik ini dilakukan dengan menekan titik akupresur menggunakan jari, telapak tangan, atau alat khusus, dengan durasi sekitar 15 hingga 20 detik pada setiap titiknya. Proses stimulasi ini dapat mempengaruhi sistem saraf, serta mendorong pelepasan endorfin, yang diketahui dapat membantu mengurangi kecemasan dan mendukung kelancaran aliran darah Agustin, (2015). Seiring dengan manfaatnya yang luas, akupresur semakin diakui sebagai metode terapi tambahan yang efektif dalam membantu pasien untuk mengelola kondisi kesehatan mereka dengan lebih baik, termasuk dalam mengatasi hipertensi (Mahayuni, 2021).

Terapinya yang non-invasif dan relatif mudah diakses menjadikan akupresur sebagai pilihan alternatif bagi banyak individu yang mencari pengobatan yang lebih alami dan minim efek samping. Metode ini menawarkan pendekatan yang holistik, memfokuskan pada keseimbangan tubuh secara keseluruhan, yang semakin menarik minat pasien yang ingin menghindari penggunaan obat-obatan yang lebih berisiko atau mahal (Rahayu, 2019).

Terapi akupresur semakin diakui sebagai pendekatan non-farmakologis yang efektif dalam mengelola hipertensi. Penelitian menunjukkan bahwa stimulasi titik akupresur tertentu dapat secara signifikan menurunkan tekanan darah tanpa efek samping yang merugikan. Banyak pasien memilih terapi ini sebagai alternatif atau pelengkap terapi farmakologis karena dapat memberikan manfaat tambahan dalam mengurangi ketergantungan pada obat-obatan. Dengan penerapan yang mudah dan risiko minimal, akupresur semakin diterima sebagai salah satu metode efektif untuk mengelola hipertensi secara alami dan aman (Efendi et al., 2022).

Selain manfaat fisiknya, terapi akupresur juga meningkatkan kesejahteraan mental, dengan banyak pasien melaporkan penurunan kecemasan dan peningkatan kualitas tidur setelah rutin menjalani terapi ini. Penggunaan akupresur sebagai metode pengelolaan hipertensi tidak hanya mengurangi tekanan darah, tetapi juga memberikan pendekatan holistik dalam menjaga keseimbangan tubuh dan pikiran, yang dapat memperbaiki kualitas hidup pasien secara keseluruhan (Sukmadi & Siagian, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada Perusahaan PT. Yogya Presisi Teknikatama Industri. PT YPTI melayani berbagai kebutuhan industri, termasuk pembuatan komponen presisi, *jig & fixtures*, pembuatan cetakan (*mold making*), pencetakan injeksi plastik, serta penelitian, pengembangan, dan prototyping. Perusahaan ini dilengkapi dengan berbagai mesin CNC untuk memastikan kepuasan pelanggan dalam memenuhi kebutuhan produksi. Selain itu, PT YPTI juga menyediakan layanan rekayasa balik (*reverse engineering*) untuk membantu pelanggan dalam mengembangkan desain hingga tahap eksekusi final, dengan jumlah total karyawan sebanyak 447 orang, ditemukan bahwa 50 pekerja (sekitar 11,16% dari total karyawan) terdiagnosis hipertensi. Pemeriksaan tekanan darah terhadap pekerja ini dilakukan pada bulan Januari hingga Maret 2025, yang mencakup 50 pekerja dengan riwayat hipertensi yang telah terdeteksi sebelumnya.

Hasil wawancara dan pemeriksaan menunjukkan bahwa beberapa pekerja melaporkan kondisi hipertensi dengan rata-rata tekanan darah 140/90 mmHg, namun belum menerima penanganan medis yang memadai. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan alternatif yang lebih efektif untuk membantu menurunkan tekanan darah pekerja yang memiliki tekanan darah tinggi. Salah satu pendekatan yang akan dilakukan adalah terapi akupresur, yang bertujuan untuk mengurangi tekanan darah dengan merangsang sistem saraf dan meningkatkan relaksasi.

Namun, untuk memastikan efektivitasnya, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami mekanisme kerja dan keefektifan terapi akupresur dalam

mengelola hipertensi. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan hasil positif dari penggunaan akupresur sebagai terapi non-farmakologis untuk menurunkan tekanan darah. Sebagai contoh, dalam penelitian yang dilakukan oleh Nugraha & Suparmi (2024), terapi akupresur dilakukan sebanyak sekali dalam sehari dengan dosis 1 kali intervensi, yang berhasil menurunkan tekanan darah dari 144,76/90,95 mmHg menjadi 140,24/86,67 mmHg. Terdapat penurunan rerata tekanan darah sistolik sebesar 16,36 mmHg dan penurunan rerata tekanan darah diastolik sebesar 4,91 mmHg. Sementara itu, penelitian oleh Suwarini, Sukmandari, & Wulandari (2021) menggunakan teknik akupresur 2 kali seminggu selama 4 minggu, yang menghasilkan penurunan tekanan darah dari 152,35/97,65 mmHg menjadi 140,74/90,59 mmHg. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh akupresur terhadap tekanan darah pada pekerja industri, dengan modifikasi teknik akupresur yang diterapkan selama 10 menit per sesi, dilakukan dua kali seminggu selama 3 minggu.

Penelitian ini merupakan pengembangan dari Antara Nugraha, (2024) keterbaruan penelitian ini dari penelitian sebelumnya yaitu berada pada lama pemberian pijat akupresure. Penelitian sebelumnya selama 1 hari dengan dosis 1 kali intervensi, sedangkan penelitian ini dilakukan selama 2 hari dimana satu hari dilakukan minggu dilakukan selama 2 kali dengan durasi 15 menit. Penelitian menunjukkan bahwa kombinasi terapi farmakologis dan non-farmakologis, seperti akupresur, dapat lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi Putri & Mazarina, (2022). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas akupresur dalam menurunkan tekanan darah pada pekerja industri yang mengalami hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh akupresure terhadap perubahan tekanan darah pada pekerja industri di PT. Yogya Presisi Tehnikatama Industri.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi pengaruh akupresure terhadap perubahan tekanan darah pada pekerja industri yang mengalami hipertensi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lama menderita, penyakit penyerta

1.3.2.2 Menganalisis perubahan nilai tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi akupresur pada kelompok intervensi

1.3.2.3 Menganalisis perubahan nilai tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol tanpa intervensi

1.3.2.4 Menganalisis perbedaan perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat Penelitian Pengaruh Akupresur terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Pekerja Industri:

1.4.1 Manfaat Akademis

1.4.1.1 Pengembangan Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan kerja dan pengobatan komplementer. Hasil penelitian dapat menambah literatur mengenai efektivitas akupresur sebagai terapi non-farmakologis untuk mengelola tekanan darah.

1.4.1.2 Pemahaman tentang Mekanisme Akupresur

Penelitian ini dapat membantu memahami lebih dalam mekanisme akupresur dalam memengaruhi tekanan darah, termasuk hubungannya dengan sistem saraf dan sirkulasi darah.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Pekerja Industri

Memberikan solusi alternatif yang mudah, murah, dan non-invasif untuk mengelola tekanan darah dan mengurangi risiko hipertensi. Meningkatkan

kesejahteraan fisik dan mental pekerja industri melalui pengurangan stres dan peningkatan kualitas hidup.

1.4.2.2 Bagi Perusahaan/Industri

Meningkatkan produktivitas pekerja dengan mengurangi dampak kesehatan yang disebabkan oleh tekanan darah tinggi dan stres kerja.

1.4.2.3 Bagi Tenaga Kesehatan

Memberikan referensi tentang terapi komplementer yang dapat digunakan sebagai pendekatan tambahan dalam manajemen tekanan darah serta Memperluas pilihan intervensi kesehatan yang dapat diterapkan di lingkungan kerja.