

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg (Kemenkes RI, 2023). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi ketika tekanan darah dalam pembuluh darah secara konsisten berada di atas 140/90 mmHg. Diagnosis ditegakkan jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg pada dua hari yang berbeda (WHO 2023).

Prevalensi hipertensi pada penduduk di dunia yang berumur 30-79 tahun sekitar 1,4 miliar orang. Dari jumlah tersebut dua pertiga berasal dari negara berpenghasilan rendah dan menengah dan 46% tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut (WHO 2025). Kondisi ini menunjukkan bahwa kesadaran dan deteksi dini hipertensi masih rendah, terutama di negara berkembang.

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensi hipertensi pada penduduk Indonesia berusia di atas 18 tahun terdapat mencapai 602.982 kasus atau sekitar 30,8%. Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) prevalensi hipertensi pada usia > 18 tahun menunjukkan angka 10,68% dan 13,0% pada tahun 2023 (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Prevalensi hipertensi tertinggi di DI Yogyakarta secara berurutan adalah Gunung Kidul (39,25%), Kulon Progo (34,70%), Bantul (29,89%), Kota Yogyakarta (29,28%), dan Sleman (32,01%) data ini menunjukkan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan yang merata di seluruh wilayah DIY (Profil Kesehatan DIY, 2024).

Menurut laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman tahun 2025, wilayah kerja Puskesmas Depok III mencatat sebanyak 1.482 penderita hipertensi dengan komposisi 720 laki-laki (48,6%) dan 762 perempuan (51,4%). Capaian pelayanan kesehatan hipertensi secara keseluruhan mencapai 96,0% atau 1.423 orang dari target populasi. Namun terdapat disparitas signifikan

berdasarkan gender dalam pemanfaatan layanan. Kelompok laki-laki hanya mencapai 68,1% (490 orang) dari estimasi populasi target, sementara kelompok perempuan berhasil melampaui target sebesar 122,4% (933 orang). Ketimpangan akses layanan ini mengindikasikan perlunya intervensi khusus untuk meningkatkan partisipasi pria dalam program pengendalian hipertensi di wilayah tersebut (Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, 2025). Berdasarkan data jumlah penderita hipertensi di wilayah Dusun Papringan Caturtunggal Depok Sleman memiliki 189 penderita (11,08 %) (Data penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Depok III, 2025). Data ini menunjukkan bahwa pasien dalam pengelolaan hipertensi masih menjadi tantangan. Selain itu, upaya pengendalian tekanan darah secara optimal belum sepenuhnya tercapai di tingkat pelayanan kesehatan primer.

World Health Organization menjelaskan bahwa penyebab hipertensi meliputi faktor yang dapat diubah seperti pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan konsumsi alkohol serta faktor yang tidak dapat diubah seperti usia, jenis kelamin dan riwayat keluarga. Hipertensi dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke dan kerusakan ginjal. Beban kerja jantung yang meningkat akibat tekanan darah tinggi dapat menyebabkan gangguan suplai oksigen sehingga meningkatkan risiko serangan jantung dan gagal jantung. Selain itu, tekanan darah tinggi juga meningkatkan risiko pecahnya pembuluh darah di otak, gangguan fungsi ginjal, gagal jantung dan retinopati yang dapat berkontribusi terhadap tingginya angka morbiditas dan mortalitas. (WHO 2023).

Hipertensi bersifat kronis, progresif, dan sering tidak menimbulkan gejala (silent killer) sehingga banyak penderita tidak menyadari kondisi yang dialami hingga terjadi komplikasi. Selain itu, hipertensi juga bersifat multifaktorial yang dipengaruhi oleh pola hidup seperti konsumsi garam, kurang aktivitas fisik, dan stress sehingga membutuhkan pengelolaan jangka panjang yang konsisten (World Health Organization, 2021). Berdasarkan sifat tersebut terapi non-farmakologis menjadi penting dalam pengendalian hipertensi. Pendekatan ini dapat membantu menurunkan tekanan darah secara

alami, mendukung efektivitas terapi farmakologis, serta berperan dalam mencegah terjadinya komplikasi (Whelton et al., 2018).

Penatalaksanaan hipertensi yang efektif dilakukan secara komprehensif melalui terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis berupa pemberian obat antihipertensi seperti diuretik, *ACE inhibitor*, ARB, *calcium channel blocker*, dan *beta blocker* sesuai kondisi pasien. Terapi non-farmakologis tidak hanya mencakup modifikasi gaya hidup seperti diet rendah garam, aktivitas fisik, dan manajemen stress tetapi juga berbagai tindakan berbasis *evidence-based* termasuk terapi komplementer seperti terapi akupresure. Akupresure merupakan suatu teknik non-invasif yang memanfaatkan jari, ibu jari, buku jari, atau alat akupresure khusus untuk memberikan tekanan pada titik-titik akupresure tertentu di sepanjang tubuh (Yao et al., 2025). Beberapa penelitian menunjukkan keefektifan dibuktikan dengan hasil penelitian.

Efektivitas akupresur dalam mengontrol tekanan darah telah dibuktikan oleh berbagai studi terkini melalui stimulasi pada titik-titik meridian yang spesifik. Penelitian RCT oleh (Nasirizade et al., 2025) menunjukkan bahwa pemberian intervensi selama 10 menit sebanyak tiga kali seminggu pada titik LR3 dan LI4 selama satu bulan mampu menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 10-15 mmHg dan diastolik 5-10 mmHg ($p < 0,05$). Sejalan dengan hal tersebut, (Sukmadi et al., 2021) menunjukkan bahwa stimulasi pada titik LR3 dan HT7 selama 15 menit per sesi memberikan dampak signifikan ($p = 0,000$) terhadap penurunan sistolik (16,58 mmHg) dan diastolik (4,78 mmHg). Bahkan dalam durasi singkat, penggunaan titik SP6 dan LI4 selama tiga hari mampu menurunkan tekanan darah secara drastis dari rata-rata 148,67/94,61 mmHg menjadi 132,86/81,24 mmHg pada populasi lansia (Dewintasari et al., 2025).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, intervensi akupresur dengan dua titik akupresur telah terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, meskipun belum mencapai target terapi yang diinginkan. Namun, ada kemungkinan bahwa penggunaan hanya dua titik tidak cukup untuk

mencapai hasil yang optimal. Oleh karena itu, penambahan titik akupresur, seperti *hegu* HT7, *Taichong* (LR3), dan *taixi* KI3, dalam terapi kombinasi menjadi hal yang sangat penting untuk diteliti lebih lanjut (Putri et al., 2025).

Dusun papringan dipilih sebagai lokasi penelitian karena intervensi akupresur pada titik tertentu belum dilakukan secara sistematis di wilayah tersebut. Berdasarkan teori, titik akupresur seperti HT7, Taichong (LR3), dan KI3 memiliki peran dalam membantu menurunkan tekanan darah melalui peningkatan sirkulasi darah dan efek relaksasi. Oleh karena itu diperlukan pengujian terhadap titik-titik tersebut dalam suatu penelitian untuk mengetahui efektivitas terapi akupresur pada pasien hipertensi. Secara teoritis terapi akupresur efektif diberikan selama 10–15 menit per sesi dengan frekuensi 2–3 kali per minggu (Gunawan et al., 2022). Namun, sebagian besar penelitian masih menggunakan durasi intervensi jangka panjang, sehingga efektivitas dalam waktu yang lebih singkat belum banyak diteliti. Maka berdasarkan latar belakang itu penelitian tentang keefektifan terapi akupresure penting untuk dilakukan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian “Bagaimana keefektifan terapi akupresure terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Dusun Papringan Caturtunggal Depok Sleman?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh terapi akupresure terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Dusun Papringan Caturtunggal Depok Sleman.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik responden di dusun papringan penelitian meliputi nama,usia dan jenis kelamin

- 1.3.2.2 Menganalisis perubahan rerata tekanan darah pasien hipertensi sebelum dan setelah dilakukan tindakan akupresur pada kelompok intervensi di Dusun Papringan Caturtunggal Depok Sleman
- 1.3.2.3 Menganalisis perubahan rerata tekanan darah pasien hipertensi pengukuran pertama dan kedua pada kelompok kontrol di Dusun Papringan Caturtunggal Depok Sleman
- 1.3.2.4 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah pasien hipertensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di Dusun Papringan Caturtunggal Depok Sleman.
- 1.3.2.5 Menganalisis besarnya pengaruh pemberian terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah (sistolik dan diastolik) pada penderita hipertensi di Dusun Papringan Caturtunggal Depok Sleman.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Penelitian ini memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya terkait intervensi non-farmakologis dalam penatalaksanaan hipertensi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat landasan praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based practice*) dalam konteks pelayanan keperawatan holistik. Selain itu, temuan penelitian ini berpotensi menjadi referensi ilmiah yang bermanfaat bagi mahasiswa, dosen, dan peneliti di bidang keperawatan komunitas. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai bahan ajar maupun acuan dalam pengembangan kurikulum keperawatan yang berorientasi pada upaya promotif dan preventif.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi tenaga keperawatan dan kesehatan

Penelitian ini memberikan informasi ilmiah mengenai efektivitas terapi akupresure sebagai salah satu intervensi non-farmakologis dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Dengan adanya hasil penelitian ini, tenaga keperawatan dan kesehatan dapat memiliki alternatif intervensi yang mudah dilakukan, tidak memerlukan alat khusus, serta dapat

diaplikasikan dalam pelayanan keperawatan komunitas maupun klinis secara aman dan terjangkau.

1.4.2.2 Bagi Dusun Papringan Caturtunggal Depok Sleman

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar pengembangan program edukasi kesehatan dan pelatihan teknik terapi akupresure bagi masyarakat, sehingga mendorong kemandirian pasien dalam pengelolaan tekanan darah.

1.4.2.3 Bagi pasien dan keluarga

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi pasien dan keluarga dalam meningkatkan dalam pengelolaan hipertensi. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai alternatif tindakan nonfarmakologis berupa terapi akupresur yang dapat diterapkan secara mandiri untuk membantu mengontrol tekanan darah.