

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan kenaikan tekanan darah secara signifikan melebihi batas normal yaitu tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Lemone, 2016). Risiko terjadinya hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia, yang berkaitan dengan proses degeneratif alami pada tubuh. Pada usia lanjut, dinding arteri cenderung mengalami penurunan elastisitas dan menjadi lebih kaku. Kekakuan pembuluh darah tersebut menyebabkan peningkatan tekanan darah sistolik maupun diastolik, yang merupakan karakteristik utama terjadinya hipertensi (Lemone, 2016)

Secara global prevalensi lansia terus meningkat. Organisasi Kesehatan Dunia *World Health Organisation* (2025) melaporkan jumlah lansia berusia 60 tahun keatas akan berlipat ganda menjadi 2,1 miliar dan jumlah orang yang berusia 80 tahun keatas akan meningkat tiga kali lipat antara tahun 2020 dan 2050, hingga mencapai 426 juta jiwa. Menurut Badan Pusat Statistik (2025), peningkatan persentase penduduk lansia di Indonesia sejak tahun 2019 silam dan selalu akan mengalami peningkatan dari 9,93% pada tahun 2020 dan akan menjadi 11,93% pada tahun 2025. Lalu untuk wilayah D.I. Yogyakarta menjadi provinsi dengan proporsi lansia terbesar dan teratas dengan persentase lansia mencapai 17,78% (Direktorat Statistik Kesejahteraan Rakyat, 2025). Lalu berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan bahwa jumlah lansia di RW 04 Desa Basen sejumlah 283 orang.

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia tahun 2024 sekitar 1,4 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di berbagai belahan dunia menderita hipertensi (World Health Organization, 2025). Menurut data *Wold Health Organization* (2025), terdapat 46% orang dewasa dengan tidak menyadari akan kondisi hipertensi, 42% kurang dari setengah orang dewasa

telah didiagnosis hipertensi dan memperoleh pengobatan, dan sekitar 1 dari 5 orang dewasa dengan 21% memiliki tekanan darah yang terkontrol. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia didapatkan prevalensi dengan kelompok umur 55-64 sebesar 18,7%, umur 65-74 tahun sebesar 23,8% dan >75 tahun sebesar 26,1% (SKI, 2023). Data lainnya prevalensi hipertensi di D.I Yogyakarta adalah sebesar 32,8% sehingga menjadikan D.I Yogyakarta menduduki peringkat ke 3 teratas dengan kasus hipertensi (Kementerian kesehatan Republik Indonesia, 2023). Berdasarkan data hipertensi Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta bahwasannya total pasien hipertensi di puskesmas Kotagede 1 (kelurahan Purbayan dan Prenggan) sejumlah 2.367 orang dengan tekanan darah terkontrol 45,92% dan di puskesmas Kotagede II sebanyak 1.427 dengan tekanan darah terkontrol 33,18%. Lalu hasil dari studi pendahuluan dan hasil penuturan Kader lansia PKK bahwasannya jumlah lansia dengan hipertensi di desa Basen RW 04 sebanyak 63 orang.

Pengendalian hipertensi menjadi sebuah langkah penting dalam upaya menurunkan angka penyakit dan kematian akibat hipertensi . Hipertensi tidak dapat disembuhkan secara permanen, namun kondisi ini dapat dikendalikan melalui dengan 2 cara yaitu penatalaksanaan farmakologis dengan meminum obat-obatan dan non farmakologis dengan terapi komplementer sederhana salah satunya menggunakan pengobatan tradisional Tiongkok yaitu terapi akupresure dan aromaterapi lavender (Kementerian kesehatan Republik Indonesia, 2023). Selain itu usaha pemerintah Indonesia dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi melalui posbindu, pengukuran tekanan darah secara rutin, dan konseling kepatuhan (Dinas kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta, 2025)

Hasil Penelitian yang dilakukan Wahyuningsih (2023) menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi aromaterapi lavender dengan hasil rata-rata tekanan darah pretest: 160.7/91.5 mmHg (derajat 2) dan rata-rata tekanan darah setelah diberikan intervensi adalah : 150.3/83.6 mmHg dengan *p- Value* : $0.000 < 0,05$ menunjukkan bahwa hasil tersebut masih masuk dalam kategori hipertensi derajat 1 namun intervensi tersebut terdapat pengaruh yang signifikan pada lansia hipertensi .

Hasil Penelitian menurut Laili, (2024) juga menunjukkan adanya penurunan tekanan darah yaitu sebelum dilakukan intervensi dengan rerata tekanan darah : 178.67/103.67 mmHg lalu sesudah di lakukan intervensi rerata tekanan darah menjadi 154.33/97.00 mmHg dengan *p- Value* : $0.000 < 0,05$ hasil tersebut menunjukan penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Hasil penelitian Susanto (2022) yang dilakukan kepada 22 responden diberikan aromaterapi lavender dan 22 responden diberikan aroma ylang-ylang, didapatkan hasil dengan rata rata tekanan darah sistolik pada kelompok lavender adalah 6,93 dan untuk diastoliknya sebesar 4,04 lebih besar dengan *effect size* 0,60 untuk sistolik dan 0,4 untuk diastolik sehingga hal ini menjadikan efek aromaterapi lavender lebih besar daripada aroma lainnya

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Nugraha (2024). terapi akupresure yang dilakukan di titik GV 20, GB 20, EX-HN 3, EX-HN 5, GB 21, LI 4 dan PC 6 pada 11 responden mendapatkan hasil bahwa rata rata penurunan tekanan darah sistole sebesar 16,36 mmHg dan untuk penurunan rerata tekanan darah diastole sebesar 4,91 mmHg yang mempunyai arti bahwa tindakan terapi akupresure yang dilakukan memiliki hasil penurunan tekanan darah yang signifikan. Pada penelitian Adi (2023) ini juga menerapkan terapi akupresure yang dilakukan di titik Li 4 (*Hegu*) dan titik PC (*Neiguan*) pada 20 responden mendapatkan hasil bahwa rata-rata tekanan darah sebelum dilakukan : 164.25 /100 mmHg dan setelah dilakukan : 143.85/90 mmHg dengan *p-value* : $0.000 (<0.05)$

Akupresure secara signifikan dapat menurunkan tekanan darah, stres dan juga meningkatkan kualitas tidur pada lansia hipertensi (Bomi kim, 2023). Pada titik *acupoint* GV 20, GB 20, EX-HN 3, EX-HN 5, GB21, LI4, PC6 titik akupresure ini dapat menstimulasi saraf saraf superficial kulit yang kemudian diteruskan ke otak bagian medula spinalis, mesensefalon dan kompleks pituitari hipotalamus (Kamelia, 2021; Nugraha, 2024; Saputra adi, 2023). Peningkatan hormon ini akan mengakibatkan peningkatan aktifitas sistem saraf parasimpatis yang berfungsi mengontrol aktifitas yang berlangsung dan bekerja pada saat tubuh rileks sehingga penderita hipertensi mempersepsikan sentuhan sebagai respon relaksasi, meredakan depresi, mengurangi ketegangan yang berujung pada penurunan tekanan darah efek yang ditimbulkan sejalan dengan sifat

aromaterapi lavender yang memiliki zat aktif yaitu *linalool*, *linalyl acetate*, *ocimene* yang berkhasiat untuk mengurangi stres, membantu relaksasi, dan mengurangi sakit kepala sehingga efek tersebut dapat melegakan pernafasan dan sehingga dapat memaksimalkan efek yang didapatkan yaitu menurunkan tekanan (Candrawati, 2021; Rini, 2020; Saputra adi, 2023; Wahyuningsih, 2023). Kombinasi titik pijat *acupoint* ini serta aromaterapi lavender memberikan efek terapeutik yang optimal dan menjadi dasar pemilihan titik akupresur dalam penatalaksanaan nonfarmakologis hipertensi dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di puskesmas Kotagede 1, didapatkan jumlah lansia di Basen RW 04 Purbayan Kotagede, Yogyakarta sebanyak 283 orang dan lansia hipertensi sebanyak 63 orang. Hasil wawancara pada Kader lansia dan PKK desa Basen Rw 04 mengatakan tidak semua lansia dapat mengelola hipertensi nya, beberapa lansia mengelola hipertensi nya dengan terapi farmakologi. Di Basen RW 04 sendiri belum pernah ada kegiatan intervensi seperti akupresur dan pengenalan aromaterapi lavender dan masyarakat wilayah Basen RW 04 belum pernah di ajarkan teknik pijat akupresur dan belum pernah mendapatkan penyuluhan akupresure beserta aromaterapi lavender. Mayoritas lansia di wilayah tersebut senang jika dipijat. Berdasarkan penjelasan diatas, pentingnya rencana penelitian ini didasarkan pada adanya kesenjangan yang nyata (*Research gap*) dari penelitian sebelumnya. Pertama penelitian yang dilakukan oleh Nugraha (2024) hanya dilakukan hanya dalam sehari saja dengan responden hanya 11 orang saja sehingga peneliti melakukan pembaharuan pada penelitian yakni durasi pemberian intervensi selama 30 menit dalam 3 hari berturut-turut dan menggunakan skala responden yang cukup besar yaitu 40 orang, kedua, penelitian yang dilakukan oleh Adi, (2023); Laili, andoko (2024); Nugraha (2024); wahyuningsih (2023) ditemukan adanya penurunan tekanan darah namun hasil tersebut masih belum masuk ke dalam nilai standar normal tekanan darah sehingga peneliti menggunakan intervensi gabungan terapi akupresure dengan aromaterapi lavender guna mencapai nilai standar normal tekanan darah yang diharapkan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah di paparkan, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada pengaruh terapi akupresure dengan aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis pengaruh terapi akupresure dengan aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi melalui pendekatan kuantitatif.

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Menganalisis karakteristik responden meliputi usia dan jenis kelamin.

1.3.2.2 Menganalisis rerata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan intervensi terapi akupresure dengan aromaterapi lavender pada lansia hipertensi .

1.3.2.3 Menganalisis rerata tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah diberikan intervensi terapi akupresure dengan aromaterapi lavender pada lansia hipertensi .

1.3.2.4 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi akupresure dengan aromaterapi lavender pada lansia hipertensi ,

1.3.2.5 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi akupresure dengan aromaterapi lavender pada lansia hipertensi .

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

1.4.1.1 Memberikkan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan khususnya dalam bidang keperawatan gerontik, terkait terapi akupresure dengan aromaterapi lavender sebagai terapi komplementer dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi .

1.4.1.2 Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian yang telah disusun terkait terapi komplementer terapi akupresure dengan aromaterapi lavender dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi .

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh kader kesehatan untuk menerapkan intervensi sederhana, aman dan *cost-effective* dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia hipertensi di lingkungan pelayanan kesehatan primer seperti puskesmas dan posyandu lansia