

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang menjadi perhatian global karena dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskuler seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal. (Fuchs & Whelton, 2023). Hipertensi sering disebut sebagai silent killer karena umumnya tidak menimbulkan gejala yang jelas, namun dapat menyebabkan komplikasi serius apabila tidak ditangani dengan baik. Kondisi ini berdampak pada meningkatnya angka kesakitan, angka kematian, serta menurunkan kualitas hidup masyarakat. (Pawitra et al., 2024)

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2024 diperkirakan terdapat sekitar 1,28 miliar penduduk dunia berusia 30-79 tahun yang mengalami hipertensi. Jumlah tersebut setara dengan sekitar 33% dari total populasi pada kelompok usia. WHO mengatakan bahwa hipertensi masih menjadi tantangan besar dalam pelayanan kesehatan masyarakat (WHO 2024)

Di Indonesia, prevalensi hipertensi masih tergolong tinggi yaitu mencapai 30,8% pada penduduk usia 15 tahun $\geq$ Angka tersebut menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak dialami masyarakat. Berdasarkan data Survei kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, sudah banyak ditemukan pada usia produktif, dimana prevalensi hipertensi pada kelompok usia 18-24 tahun sebesar 13,3% dan meningkat menjadi 17,4% pada kelompok usia 25-34 tahun. Data tersebut menunjukkan bahwa hipertensi tidak hanya dialami oleh kelompok usia lanjut, namun juga terjadi pada usia muda. Sebagian besar kasus hipertensi merupakan hipertensi esensial, yaitu sekitar 90-95% dari seluruh kasus hipertensi, yang berkaitan dengan gaya hidup dan faktor resiko seperti pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, obesitas, serta stres. Ini menunjukkan perlunya upaya pengendalian hipertensi melalui tindakan promotif dan preventif, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis.

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) merupakan salah satu provinsi dengan prevalensi hipertensi yang cukup tinggi. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI)

tahun 2023, prevalensi hipertensi di DIY berdasarkan hasil pengukuran sebesar 30,4%, sedangkan berdasarkan diagnosis dokter sebesar 12,3%. Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada kelompok usia 15-24 tahun sebanyak 9,3%, usia 24-34 sebanyak 17,4, usia 35-44 sebanyak 27,2%, usia 45-54 sebanyak 39,1%, usia 55-64 sebanyak 49,5%, usia 65-74 sebanyak 57,8% usia ≥ 75 sebanyak 64,0 (SKI, 2023). Sementara itu, estimasi total penderita hipertensi usia ≥ 15 tahun. Pada 2024 diperkirakan sebanyak 180.389 orang. Dari jumlah tersebut, sekitar 64,46% penderita telah memperoleh pelayanan kesehatan (Dinas Kesehatan DIY, 2025).

Di Kabupaten Sleman, hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang memerlukan perhatian khusus. Menurut penelitian (S., sugiarti et al., 2023) yang mengutip data Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, hipertensi menempati urutan ketiga dari sepuluh besar penyakit di Puskesmas Depok II dengan jumlah penderita sebanyak 2.270 orang. Data tersebut menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian dan penanganan secara berkelanjutan

Berdasarkan data yang diperoleh melalui komunikasi dengan petugas Puskesmas Depok II, jumlah penderita hipertensi pada tahun 2025 tercatat sebanyak 2.162 orang yang terdiri dari 633 laki-laki dan 1.529 perempuan. sementara itu pada periode Januari -April 2026 tercatat sebanyak 896 penderita hipertensi yang terdiri dari 237 laki-laki dan 659 perempuan. Selain itu, terdapat 352 pasien hipertensi yang melakukan kunjungan ke Puskesmas Depok II untuk mendapatkan pelayanan kesehatan dengan frekuensi kunjungan sekitar 6-12 kali dalam satu tahun. Data tersebut menunjukan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang banyak ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Depok II.

Penelitian ini dilakukan di Padukuhan Gandok yang merupakan bagian dari wilayah kerja Puskesmas Depok II. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, diketahui bahwa padukuhan Gandok terdiri dari 3 RW, 9 RT, dan 3 wilayah posyandu. Hasil pendataan menunjukan terdapat penderita hipertensi di beberapa RT, yaitu RT 04 sebanyak 8 orang, RT 05 sebanyak 14 orang, RT 06 sebanyak 1 orang, dan RT 07 sebanyak 16 orang. Dari data tersebut, RT 07 merupakan wilayah dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak. Berdasarkan jenis kelamin, jumlah penderita

hipertensi yang terdiri sebanyak 39 orang, terdiri dari 29 perempuan dan 10 laki-laki dengan rentang usia 30-85- Tahun.

Penderita hipertensi beresiko mengalami berbagai komplikasi akibat peningkatan tekanan darah yang berlangsung secara terus menerus. Kondisi ini dapat menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah dan organ tubuh sehingga meningkatkan resiko terjadinya stroke, gagal jantung, dan gangguan ginjal. Selain itu, hipertensi yang tidak terkontrol dapat menurunkan kemampuan individu dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan mempengaruhi kualitas hidupnya. (Laurent & Boutouyrie, 2020)

Upaya pengendalian hipertensi dapat dilakukan melalui terapi farmakologis maupun non farmakologis. Terapi farmakologis dilakukan dengan pemberian obat antihipertensi, sedangkan terapi non farmakologis meliputi pengaturan pola makan rendah garam, aktivitas fisik secara teratur, pengelolaan stres, serta terapi komplementer. Salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan adalah terapi akupresur. Terapi akupresur merupakan metode pemberian tekanan pada titik-titik tertentu di tubuh yang bertujuan untuk meningkatkan relaksasi, memperlancar sirkulasi darah, dan membantu menurunkan tekanan darah. Terapi ini dapat merangsang sistem saraf parasimpatis sehingga menyebabkan relaksasi otot dan pelebaran pembuluh darah yang berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah. (Sukmadi et al., 2021)

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa terapi akupresur efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian (Sukmadi et al., 2021). menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pemberian terapi akupresur pada titik LI4 (Hegu). Penelitian lain juga melaporkan bahwa pemberian akupresur pada titik SP6 dan LI4 efektif menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hasil tersebut diperkuat oleh (Kuswati et al., 2023) yang menyatakan bahwa terapi akupresur dapat digunakan sebagai terapi non farmakologis dalam pengendalian hipertensi. Selain itu, systematic review yang dilakukan oleh (Restawan et al., 2023). menyimpulkan bahwa terapi akupresur efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada pasien hipertensi sehingga berpotensi menjadi terapi komplementer yang aman dan mudah diterapkan. Meskipun pelayanan kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Depok 2

telah berjalan dengan baik, tekanan darah pada sebagian penderita masih cenderung tinggi. Berdasarkan informasi yang diperoleh dari petugas Puskesmas Depok II, terapi akupresur belum pernah diterapkan sebagai terapi komplementer bagi penderita hipertensi di padukuhan Gandok.

Oleh karena itu diperlukan upaya tambahan untuk membantu mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi melalui terapi non farmakologis yang mudah, aman, dan dapat diterapkan dimasyarakat. Berdasarkan tingginya jumlah penderita hipertensi di wilayah penelitian resiko komplikasi yang dapat ditimbulkan, serta belum diterapkannya terapi akupresur di padukuhan gandok, maka peneliti mengenai pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi perlu dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah mengenai efektifitas terapi akupresur sebagai terapi non farmakologis dalam membantu menurunkan tekanan darah serta menjadi salah satu alternatif intervensi keperawatan yang dapat diterapkan dimasyaraka

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terapi akupresur berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.1.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Depok 2

1.1.2 Tujuan Khusus

1.1.2.1 Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin riwayat keturunan dan lama menderita hipertensi di Puskesmas Depok 2 Sleman.

1.1.2.2 Mengetahui rerata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah diberikan terapi akupresur pada penderita hipertensi.

1.3.2.3 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah pemberian terapi Akupresur pada penderita hipertensi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat membawa wawasan, pengetahuan serta referensi ilmiah dalam bidang kesehatan, khususnya tentang pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan bagi mahasiswa dan peneliti selanjutnya, khususnya di STIKes Panti Rapih Yogyakarta untuk penelitian yang berkaitan dengan terapi akupresur.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Penderita

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi penderita hipertensi, sebagai terapi non farmakologis yang, mudah, aman, dan bisa dilakukan secara mandiri. Selain itu, terapi ini dapat meningkatkan relaksasi, dan dapat memperbaiki kualitas hidup penderita hipertensi.

1.4.2.2 Bagi Puskesmas

Sebagai bahan edukasi dan motivasi dalam memberikan penyuluhan kepada masyarakat. Puskesmas juga diharapkan mampu mendorong warga untuk lebih aktif dalam pengolahan tekanan darah melalui terapi non farmakologis, seperti terapi akupresur.