

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia. Hipertensi ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg secara menetap. Kondisi ini sering disebut sebagai *silent killer* karena sebagian besar penderita tidak menunjukkan gejala yang khas hingga terjadi komplikasi. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit kardiovaskular, seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan gagal ginjal (World Health Organization, 2024).

Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO) tahun 2023, lebih dari 1 miliar penduduk dunia menderita hipertensi. Namun, hanya sebagian yang terdiagnosis, mendapatkan pengobatan, dan memiliki tekanan darah yang terkontrol. Di Indonesia, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 30,8%, sedangkan berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan sebesar 8,6%. Di Daerah Istimewa Yogyakarta, prevalensi hipertensi juga tergolong tinggi, yaitu 31,8% berdasarkan hasil pengukuran dan 13,0% berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan (Kemenkes, 2023a).

Selama praktik profesi ners di Ruang Elisabeth Gruyters 1 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta, penulis menemukan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu kondisi penyerta yang sering dijumpai pada pasien yang menjalani perawatan. Berdasarkan hasil observasi selama dua minggu praktik, terdapat sekitar 5–7 pasien dengan riwayat hipertensi dari total 24 tempat tidur yang terisi. Hipertensi pada pasien di Ruang Elisabeth Gruyters 1 umumnya bukan merupakan diagnosis medis utama, tetapi merupakan riwayat atau kondisi penyerta yang tetap perlu diperhatikan selama pasien menjalani perawatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa riwayat hipertensi masih menjadi salah satu kondisi yang memerlukan perhatian dan penanganan secara komprehensif untuk membantu mengendalikan tekanan darah serta mencegah terjadinya komplikasi.

Dalam penatalaksanaan keperawatan, perawat Elisabeth Gruyters 1 telah melakukan beberapa intervensi nonfarmakologis, seperti terapi musik dan terapi relaksasi napas dalam.

Berdasarkan evaluasi perawat, intervensi tersebut dapat membantu pasien menjadi lebih rileks dan nyaman, namun respons setiap pasien berbeda dan belum selalu memberikan hasil yang optimal dalam membantu mengendalikan tekanan darah. Oleh karena itu, perawat menyampaikan perlunya mempertimbangkan terapi nonfarmakologis lain yang dapat dilakukan sebagai terapi pendamping untuk membantu mengontrol tekanan darah pasien.

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan melalui terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Selain penggunaan obat antihipertensi, terapi nonfarmakologis berperan penting dalam membantu mengendalikan tekanan darah. Salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan adalah *foot massage*. Terapi ini dilakukan dengan memberikan pijatan pada area kaki untuk meningkatkan relaksasi, memperbaiki sirkulasi darah, menurunkan aktivitas saraf simpatis, serta membantu menurunkan tekanan darah (Iqbal & Handayani, 2022).

Foot massage merupakan terapi yang relatif aman, mudah dilakukan, ekonomis, dan memiliki efek samping yang minimal. Selain membantu menurunkan tekanan darah, terapi ini juga dapat meningkatkan kenyamanan pasien, mengurangi ketegangan otot, memperbaiki kualitas tidur, dan meningkatkan sirkulasi darah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *foot massage* efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Arslan et al., 2021).

Beberapa penelitian telah membuktikan efektivitas terapi *foot massage* dalam membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian oleh Hijriani dan Chairani menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pemberian *foot massage* selama 3 hari berturut-turut (Hijriani & Chairani, 2023). Hasil serupa juga ditemukan oleh Zulkharisma, Husain, dan Setiyawan pada pasien hipertensi yang dirawat di ruang ICU (Zulkharisma et al., 2023), serta oleh Hia dan Sianturi pada lansia hipertensi yang mengalami penurunan tekanan darah disertai peningkatan rasa nyaman dan kualitas tidur setelah mendapatkan terapi *foot massage* (Hia & Sianturi, 2025). Oleh karena itu, terapi *foot massage* dapat dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang mendukung pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

Berdasarkan tingginya angka kejadian hipertensi serta adanya bukti ilmiah mengenai efektivitas *foot massage* dalam membantu menurunkan tekanan darah, maka penulis

tertarik untuk menerapkan *Evidence Based Nursing* (EBN) berupa terapi *foot massage* pada pasien hipertensi di Ruang Elisabeth Gruyters 1 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.2 Rumusan Masalah

- 1.1.1 Bagaimana penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) terapi *foot massage* pada pasien dengan hipertensi di Ruang Elisabeth Gruyters 1 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta?

1.3 Tujuan Study Kasus

1.1.2 Tujuan Umum

Penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) berupa terapi *foot massage* pada pasien dengan hipertensi di Ruang Elisabeth 1 Gruyters Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.1.3 Tujuan Khusus

- 1.1.3.1 Mengidentifikasi karakteristik pasien seperti usia, jenis kelamin, diagnosa medis, lama menderita, dan terapi medis.
- 1.1.3.2 Mengidentifikasi tekanan darah pasien hipertensi sebelum diberikan terapi *foot massage*.
- 1.1.3.3 Mengidentifikasi tekanan darah pasien hipertensi sesudah diberikan terapi *foot massage*.
- 1.1.3.4 Menganalisis penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) terapi *foot massage* pada pasien hipertensi di Ruang Elisabeth Gruyters 1 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.4 Manfaat Study Kasus

1.1.4 Manfaat Akademis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan referensi, dan sumber informasi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya terkait penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) berupa terapi *foot massage* pada pasien dengan hipertensi.

1.1.5 Manfaat Praktis

1.1.5.1 Bagi Pasien

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat membantu menurunkan tekanan darah serta meningkatkan kenyamanan pasien hipertensi melalui penerapan terapi *foot massage* sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis.

1.1.5.2 Bagi Mahasiswa Profesi Ners

Hasil studi kasus ini diharapkan menambah pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan mahasiswa dalam menerapkan *Evidence Based Nursing* (EBN) pada pasien hipertensi serta mengembangkan kemampuan berpikir kritis dalam praktik keperawatan.

1.1.5.3 Bagi Perawat

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif intervensi keperawatan nonfarmakologis berbasis bukti yang dapat diterapkan dalam membantu mengendalikan tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.1.5.4 Bagi Rumah Sakit

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam pengembangan pelayanan keperawatan berbasis bukti *Evidence Based Nursing* (EBN) serta meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan pada pasien hipertensi.