

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi adalah kondisi dimana tekanan darah yang melebihi batas normal dan diukur setidaknya dalam tiga waktu yang berbeda. Seseorang dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya lebih dari 140/90 mmHg, sedangkan tekanan darah normal diangka 120/80 mmHg. Keadaan ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yang menyebabkan hipertensi dan bisa menjadi pemicu penyakit lain seperti jantung, stroke dan gagal ginjal (Aisyiah, 2017).

Badan Kesehatan Dunia WHO 2011 menyatakan sebanyak 1 milyar orang didunia menderita Hipertensi. sebanyak 2/3 terdapat pada negara berkembang, diperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus Hipertensi terutama dinegara berkembang pada tahun 2025 dari jumlah total 639 juta ditahun 2000, diperkirakan akan meningkat menjadi 1,15 miliar ditahun 2025 (Aisyiah, 2017).

Prevelensi Hipertensi di Indonesia yang diukur pada umur lebih dari 18 tahun sebesar 25,8%. Posisi tertinggi berada di Bangka Belitung yaitu sebanyak (30,09%), selanjutnya yaitu Kalimantan Selatan diangka (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%) (naly, 2018). Di Jawa Tengah menurut Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2017 menunjukkan jumlah penduduk berisiko usia >18 tahun yang dilakukan pengukuran tekanan darah tercatat sebanyak 36,53%. Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 12,98%

dinyatakan hipertensi. Berdasarkan jenis kelamin, presentase hipertensi pada kelompok perempuan sebanyak 13,10%, lebih rendah dibandingkan pada kelompok laki-laki, yaitu 13,16% (Handayani et al., 2021).

Gejala yang sering dikeluhkan oleh orang yang menderita hipertensi antara lain sakit kepala, mual, muntah, penglihatan kabur, lemas, sesak nafas, gelisah, kesadaran menurun, tengkuk terasa pegal, mudah marah, wajah merah, dan muka pucat. Sedangkan faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi yaitu usia, merokok, kelebihan berat badan atau obesitas, kurang olahraga, asupan garam yang berlebih, mengkonsumsi alkohol, kafein atau mempunyai kolesterol tinggi, bisa juga karna faktor genetik dan jenis kelamin (Sundari, 2015).

Salah satu upaya untuk menurunkan tekanan darah tinggi adalah dengan terapi pijat refleksi kaki. Pijat refleksi kaki adalah teknik penyembuhan yang menciptakan efek relaksasi dengan menyentuh langsung tubuh pasien. Pijat refleksi kaki merupakan salah satu jenis pengobatan Non-farmakologis yang dapat menurunkan tekanan darah sehingga penderita hipertensi tidak selalu bergantung pada obat untuk menurunkan tekanan darah tingginya (naly, 2018). Teknik dasar dalam pijat refleksi yang paling sering digunakan adalah teknik memutar tangan dan kaki pada satu titik, merambatkan ibu jari, dan teknik menekan dan menahan. Rangsangan dari tekanan pada kaki dan tangan dapat memancarkan relaksasi ke seluruh tubuh (Aisyiyah, 2017).

Salah satu manfaat pijat refleksi adalah untuk mengurangi rasa sakit pada tubuh. Hal tersebut dikarenakan dengan melakukan pijat refleksi

dengan teknik merambatkan ibu jari, memutar tangan dan kaki pada satu titik serta teknik menekan dan menahan rangsangan tekanan pada tangan dan kaki menyebabkan efek relaksasi pada seluruh tubuh (Arianto, 2018). Prosesnya dimulai dengan mengendurkan otot polos arteri dan vena bersama dengan otot lain ditubuh. Efek relaksasi otot-otot dalam tubuh menurunkan tekanan tingkat norepinefrin dalam darah. Terapi pijat secara teratur dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar hormon stres kortisol, dan mengurangi penyebab depresi dan kecemasan, sehingga menjaga tekanan darah tetap rendah dan meningkatkan fungsi fisik (Aisyiyah, 2017).

Teori ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Umamah & Paraswati (2018) yang berjudul perbandingan terapi back massage dan pijat telapak kaki untuk pasien hipertensi grade I pada lansia. Dalam penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa pijat refleksi mampu memberikan pengaruh positif pada pasien hipertensi. Hasil penelitian ini didukung oleh Nugroho (2012) dan menunjukkan bahwa pijat refleksi kaki lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah. penelitian yang dilakukan oleh Rezki, Hasneli, dan Hasanah (2015) mendapatkan hasil bahwa pijat refleksi kaki dapat menurunkan tekanan darah akan tetapi responden masih dalam keadaan hipertensi.

Berdasarkan data diatas, penulis tertarik mengambil judul “Studi Kasus Pengelolaan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi dengan Fokus Intervensi Pijat Refleksi” adalah agar penderita hipertensi dapat mengetahui bagaimana penanganan tentang penyakit hipertensi dengan penatalaksanaan

Non-Farmakologi sehingga tekanan darah pada pasien penderita hipertensi berangsur menurun dan tidak terjadi komplikasi seperti Stroke, jantung, dan ginjal.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi?”

## **C. Tujuan Studi Kasus**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui pengaruh pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran identitas subjek studi
- b. Mengetahui tekanan darah pasien hipertensi sebelum dilakukan pijat refleksi kaki
- c. Mengetahui tekanan darah pasien hipertensi setelah dilakukan pijat refleksi kaki.

## **D. Manfaat Studi Kasus**

### **1. Teoritis**

- a. Karya tulis ilmiah ini dapat digunakan sebagai referens tentang asuhan keperawatan pasien hipertensi dengan intervensi pijat kaki untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi tersebut.
- b. Sebagai bahan acuan untuk pengembangan peneliti selanjutnya.

- c. Berguna dalam mengembangkan ilmu keperawatan di Indonesia, terutama pada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darahnya dengan menggunakan penatalaksanaan Non-farmakologi.

## 2. Praktis

### a. Bagi Mahasiswa

- 1) Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan pengalaman dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi.
- 2) Menambah keterampilan serta kemampuan mahasiswa dalam menerapkan asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi.

### b. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan evaluasi sejauh mana kemampuan mahasiswa dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

### c. Bagi Rumah Sakit

Dapat dijadikan bahan masukan bagi perawat diRS dalam melakukan tindakan asuhan keperawatan dengan penatalaksanaan Non-farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pasien hipertensi serta dapat meningkatkan mutu pelayanan yang baik.

### d. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menambah wawasan bagi masyarakat bahwa penyakit hipertensi harus diwaspadai dan juga menambah

pengetahuan tentang hipertensi agar anggota keluarga/masyarakat terhindar dari penyakit hipertensi serta mempunyai semangat motivasi hidup sehat dan terhindar dari hipertensi.