BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu risiko factor utama penyakit kardiovaskuler yang menjadi masalah kesehatan diseluruh belahan dunia. Hipertensi juga dikenal sebagai penyakit tidak menular dari satu orang ke orang lain. Penyakit tidak menular merupakan salah satu perhatian utama dalam masalah kesehatan global karena prevalensinya yang masih tinggi. Hal ini disebabkan oleh perkembangan penyakit tidak menular yang umumnya dipengaruhi oleh gaya hidup individu yang kurang peduli terhadap kesehatan, jenis kelamin, pengaruh stimulant, dan tingkat stress (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Arianto, A. Prastiwi, S., & Sutriningsih (2018) Menjelaskan salah satu tanda yang dapat dirasakan oleh penderita hipertensi adalah nyeri kepala. Nyeri kepala pada hipertensi disebabkan oleh perubahan struktur pembuluh darah yang mengakibatkan penyumbatan pada pembuluh darah. Hal ini kemudian menyebabkan vasokonstriksi dan meningkatnya resistensi pembuluh darah di otak, yang pada gilirannya menyebabkan timbulnya nyeri kepala. Penting untuk memberikan perhatian khusus dan penanganan yang komprehensif terhadap hipertensi, yang meliputi upaya preventif, promotif, kuratif, dan rehabilitatif. Menurut Kamill *Et Al* (2020) penanganan yang komprehensif bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dan dapat melibatkan terapi non-konvensional seperti bekam,

akupuntur, penggunaan tanaman tradisional, akupresur, dan pijat (*massage*).

Menurut laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), Prevalensi hipertensi diseluruh dunia menunjukkan angka sebesar 1,3 miliar penduduk yang menderita kondisi tersebut, dan angka ini terus meningkat setiap tahun. Diperkirakan bahwa jumlah penderita hipertensi akan mencapai 1,5 miliar penduduk pada tahun 2025, dengan perkiraan 10,44 juta orang meninggal dunia setiap tahun akibat hipertensi (WHO, 2018).

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), prevalensi hipertensi pada penduduk usia di atas 18 tahun di Indonesia mengalami peningkatan dari 25,8% pada 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018. Diperkirakan terdapat sekitar 63.309.620 orang yang menderita hipertensi di Indonesia, dengan angka kematian akibat hipertensi sebesar 427.218. Di Provinsi Jawa Tengah, prevalensi hipertensi pada penduduk yang mendapatkan pelayanan Kesehatan mencapai 2.999.412 jiwa (Dinkes Provinsi Jateng, 2019). Sedangkan di Kabupaten Kendal prevalensi hipertensi pada penduduk usia di atas 18 tahun yang mendapatkan pelayanan Kesehatan mencapai 364.062 jiwa (<https://dinkes.kendalkab.go.id>).

Hipertensi memiliki tanda dan gejala seperti sakit kepala, mudah lelah, cepat marah, tengkuk terasa berat. Tetapi penderita hipertensi tidak mengalami suatu tanda dan gejala sebelum terjadi komplikasi hingga berakhir dengan kematian. Hal ini mengapa hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* (Salakory, 2019). Hipertensi tidak bisa dibiarkan

karena apabila terjadi dalam kurun waktu yang lama maka akan sangat berbahaya karena akan menimbulkan komplikasi ke organ lain seperti jantung, mata, ginjal, otak, dan pembuluh darah besar (Supriyono, 2019). Penanganan hipertensi dapat dilakukan dalam dua kategori yaitu farmakologis dan non farmakolog. Upaya terapi farmakologis dapat dilakukan menggunakan obat antihipertensi diantaranya adalah golongan obat *dihydropyridine calcium channel blocker* yaitu obat *amlodipine*. Sedangkan terapi non farmakologi dilakukan dengan cara menjalani pola hidup sehat, menjaga berat badan, mengurangi asupan garam, melakukan olahraga, tidak merokok dan terapi pijat / *massage* (Zaenurrohmah & Rachmayanti, 2017).

Terapi *Foot massage* adalah salah satu terapi komplementer yang dapat dipilih untuk menurunkan tekanan darah. *Foot massage* umumnya merupakan manipulasi jaringan lunak kaki yang tidak berfokus pada titik-titik tertentu di bagian bawah kaki relatif terhadap anggota tubuh lainnya. Tujuan penerapan *foot massage* dapat meningkatkan kelancaran kembalinya darah ke jantung, melebarkan pembuluh darah, merangsang aktivitas parasimpatis, dan pada akhirnya menghasilkan respon relaksasi yang menurunkan tekanan darah dan membuat aliran darah balik menuju jantung menjadi lancar (Ramadhani, 2013).

Hasil penelitian Armen Patria (2019) dengan judul Pengaruh Massage Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Kelompok Dewasa Yang Mengalami Hipertensi menunjukkan hasil penelitian didapatkan p Value 0.000 untuk tekanan sistolik dan p Value 0.001 untuk

tekanan diastolic, yang berarti pada nilai α 0.05 dapat disimpulkan terdapat pengaruh *massage* kaki terhadap penurunan tekanan darah pada kelompok dewasa yang mengalami hipertensi. Hasil penelitian di atas didukung dengan penelitian Iswati (2022) dengan judul jurnal *Foot Massage* untuk Mengontrol Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi menunjukkan hasil tekanan darah mengalami penurunan jika dibandingkan dengan sebelum diberi *Foot Massage* dengan Nilai signifikansi $p:0,000$ ($p<0,05$).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aulia Saputri, Mursal, Rizki Maulidya, (2021) dengan judul pengaruh *Massage* kaki terhadap penurunan tekanan darah penderita Hipertensi menunjukkan hasil penelitian didapatkan bahwa tekanan darah penderita hipertensi sebelum *massase* kaki berada pada kategori ringan (66.7%) dan tekanan darah penderita hipertensi sesudah *massase* kaki berada pada kategori normal (62.2%). Hasil nilai $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *massase* kaki terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Hasil dari tiga penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara *Foot Massage* terhadap penurunan Hipertensi. Berdasarkan uraian di atas, penulis termotivasi untuk melakukan studi kasus dengan judul “ Implementasi terapi *Foot Massage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi”.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah "Bagaimana Implementasi terapi *Foot Massage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui implementasi Terapi *Foot Massage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dilakukan terapi *foot massage*.
- b. Untuk mengidentifikasi tekanan darah pada pasien hipertensi sesudah dilakukan implementasi terapi *foot massage*.
- c. Untuk mengidentifikasi tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan implementasi terapi *foot massage*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Diharapkan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian sejenis, bisa menjadikan penelitian ini sebagai referensi serta mampu mengungkap hal-hal yang belum terungkap dalam penelitian ini.

2. Manfaat Praktis

- a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan oleh konselor, untuk membantu konseli dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh konseling.

- b. Diharapkan hasil penelitian ini sebagai pengalaman atau bekal untuk mahasiswa dan mahasiswi dalam bidang penelitian bimbingan konseling islam untuk menguji kemampuan diri terhadap apa yang telah diterima selama kuliah.