

BAB I

PENDAHULUAN

A. Judul

“Penerapan Intervensi Terapi Refleksi Kaki Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Pada Ny.N Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kasihan II”

B. Latar Belakang Masalah

Gaya hidup modern yang saat ini dianut oleh manusia cenderung membuat manusia menyukai hal – hal yang instan, akibatnya mereka cenderung malas beraktivitas fisik dan gemar mengonsumsi makanan yang instan, yang memiliki kandungan natrium yang tinggi. Selain itu, gaya *modern* tidak jarang membuat manusia tertekan dengan segala rutinitas harian sehingga dapat menimbulkan stress, kebiasaan merokok, serta kebiasaan mengonsumsi alkohol dan kafein yang berlebihan tanpa disadari oleh manusia hal-hal tersebut dapat memicu timbulnya berbagai penyakit, termasuk hipertensi (Ahmad et al., 2022).

Penyakit hipertensi merupakan *the silent disease* atau penyakit yang tidak diketahui sebab banyak orang yang tidak mengetahui bahwa dirinya terkena hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya. Seseorang dapat mengidap hipertensi selama bertahun - tahun tanpa menyadarinya sampai terjadi kerusakan organ vital yang cukup berat yang bahkan dapat menyebabkan kematian. Seseorang baru merasakan dampak gawatnya hipertensi ketika telah terjadi komplikasi seperti gangguan fungsi jantung, koroner, fungsi ginjal, gangguan fungsi kognitif atau stroke (Jannah & Sodik, 2020).

Hipertensi umumnya dikenal sebagai tekanan darah tinggi. Dimana seseorang dapat dikatakan hipertensi jika terjadi peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik diatas 140/90 mmHg. Hipertensi juga dapat menyerang berbagai kalangan di masyarakat mulai dari tingkat sosial tinggi hingga menengah kebawah. Selain itu juga, meningkatnya usia pada seseorang

beresiko untuk menderita hipertensi akan semakin besar dikarenakan pengaruh usia seseorang terhadap kemunculan stres juga sering terjadi (Wayan, 2022).

Hipertensi merupakan salah satu risiko faktor utama penyakit kardiovaskuler yang menjadi masalah kesehatan diseluruh belahan dunia. Hipertensi juga dikenal sebagai penyakit tidak menular karena tidak menular dari orang ke orang. Penyakit tidak menular adalah salah satu dari masalah kesehatan yang menjadi perhatian dunia karena prevalensinya yang masih tinggi. Hal ini karena perkembangan PTM umumnya didorong oleh gaya hidup masing-masing individu yang kurang sadar akan kesehatan, jenis kelamin, stimulan dan stres (Niswah et al., 2022).

Prevalensi hipertensi di dunia Menurut laporan *World Health Organization (WHO)* menunjukkan bahwa terdapat 1,13 miliar penduduk dunia yang menderita hipertensi dan setiap tahunnya semakin meningkat. Diperkirakan penderita hipertensi mencapai 1,5 miliar penduduk pada tahun 2025, dan 10,44 juta orang diperkirakan meninggal setiap tahunnya (WHO, 2018). Prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk usia >18 tahun mengalami peningkatan dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018. Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 (Kementerian Kesehatan RI., 2018).

Prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Tengah yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 2.999.412 jiwa (Dinkes Provinsi Jateng, 2019). Menurut Riskesdas, prevalensi hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2018 mengalami peningkatan yaitu lebih dari 11,01% yang mana lebih tinggi dari nilai nasional (8,8%). Prevalensi ini menjadikan DIY sebagai provinsi keempat dengan kasus hipertensi tertinggi. Estimasi jumlah penderita hipertensi umur ≥ 15 ahun adalah 210.112 kasus. Pada tahun 2020, 69,6% dari perkiraan jumlah penderita hipertensi berumur ≥ 15 tahun telah menerima pelayanan (Putri Anisa, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilaksanakan pada tanggal 24 Juli 2023 di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan II Bantul, jumlah pasien dengan Hipertensi sebanyak 3.099 (laki-laki sebanyak 1.004 dan perempuan 2.095 orang) yang terdiagnosa pada Tahun 2021. Pada Tahun 2022 meningkat 3.949 (laki-laki sebanyak 1.209 dan perempuan 2.740) orang dan pada Tahun 2023 hingga Juli ini sebanyak 2.608 (laki-laki sebanyak 764 dan perempuan 1.844) orang yang terdiagnosa Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan Bantul II.

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan timbulnya gangguan atau kerusakan pada pembuluh darah juga berperan pada terjadinya hipertensi, faktor tersebut antara lain stres, obesitas, kurangnya olahraga, merokok, alkohol, dan makan-makanan yang tinggi kadar lemaknya. Perubahan gaya hidup seperti perubahan pola makan yang tinggi kadar lemaknya menjurus kepada makanan siap saji yang mengandung banyak lemak, protein, dan tinggi garam tetapi rendah serat pangan, merupakan salah satu faktor berkembangnya penyakit degeneratif seperti hipertensi.

Intervensi yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi yaitu dengan pengontrolan farmakologis dan non farmakologis. Pengontrolan farmakologis yaitu dengan cara pemberian obat anti hipertensi, sedangkan untuk pengontrolan non farmakologis yaitu bisa dilakukan dengan cara berhenti merokok, mengurangi konsumsi alkohol yang berlebihan, menurunkan asupan garam dan lemak, meningkatkan konsumsi buah dan sayur, menurunkan berat badan yang berlebihan melakukan latihan fisik dan refleksi pijat kaki, menggunakan terapi komplementer sebagai pengobatan pendukung (Ahmad et al., 2022).

Pemberian intervensi terapi refleksi kaki sangat bermanfaat untuk menguatkan fungsi jantung penderita hipertensi. Terapi refleksi kaki dapat meningkatkan relaksasi pasien dan mencegah resiko penurunan curah jantung dibuktikan dengan terjadinya perbaikan tekanan darah dan frekuensi nadi. Ada beberapa titik di kaki yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah

tinggi melalui pemijatan diantaranya titik 7 (leher) yang terletak ditelapak kaki pada pangkal ibu jari, titik 10 (bahu) terletak di ditelapak kaki dibawah jari kelingking, titik 11 (otot trapezius) terletak dibawah pangkal telunjuk, jari tengah dan manis, titik 33 (jantung) ditelapak kaki kiri, membujur 2-3-4, melintang 2 (Niswah et al., 2022).

Aliran darah yang lancar akan meningkatkan sirkulasi darah yang membawa nutrisi dan oksigen ke sel-sel tubuh tanpa ada hambatan serta memberikan efek relaksasi dan kesegaran pada seluruh tubuh sehingga kondisi tubuh seimbang. Hal ini oijat refleksi kaki merangsang sistem saraf simpatis yang mengalami penurunan aktivitas sehingga mengakibatkan penurunan tekanan darah (Zunaidi et al., 2019).

Refleksi kaki dapat memberikan rangsangan relaksasi yang mampu melancarkan aliran darah dan cairan tubuh pada bagian-bagian tubuh yang berhubungan dengan titik saraf kaki yang dipijat. Sirkulasi darah yang lancar akan memberikan efek relaksasi sehingga tubuh mengalami kondisi seimbang. Pada prinsipnya, pijat yang dilakukan pada penderita hipertensi adalah untuk memperlancar aliran energi didalam tubuh sehingga gangguan penyakit hipertensi termasuk penyerta dan komplikasinya dapat diminimalisir. Ketika semua jalur energi terbuka dan aliran energi tidak lagi terhalang oleh ketegangan otot dan hambatan lain maka risiko hipertensi dapat ditekan (Umamah & Paraswati, 2019)

Gerakan pijatan pada kulit, jaringan otot, jaringan ikat dan *periosteum* dapat merangsang reseptor yang terletak di daerah tersebut. Impuls dilakukan oleh saraf aferen menuju sistem saraf pusat, yang kemudian dengan memproduksi hormon *endorphin*, memberikan umpan balik dengan melepaskan *asetilkolin* dan *histamin* melalui impuls saraf aferen untuk tubuh beraksi melalui mekanisme reflek *vasodilatasi* pembuluh darah, hal ini akan mengurangi aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis. Peningkatan aktivitas saraf parasimpatis menimbulkan penurunan denyut jantung (*heart rate*) dan denyut nadi (*pulse rate*) dan

mengaktifkan respon relaksasi, dan penurunan aktivitas saraf simpatis meningkatkan vasodilatasi arteriol dan vena, menurunkan resistensi pembuluh darah perifer dan dengan demikian menurunkan tekanan darah (Niswah et al., 2022).

Berdasarkan penjelasan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul Penerapan Intervensi Terapi Refleksi Kaki Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Pada Ny.N Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kasihan

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menjelaskan “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Klien Hipertensi Dengan Penerapan Intervensi Terapi Refleksi Kaki Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Pada Ny.N Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kasihan II”

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan dengan asuhan keperawatan keluarga pada klien hipertensi dengan penerapan intervensi terapi refleksi kaki terhadap pengendalian tekanan darah pada ny.N pasien hipertensi di puskesmas kasihan II.
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan asuhan keperawatan keluarga pada klien hipertensi dengan penerapan intervensi terapi refleksi kaki terhadap pengendalian tekanan darah pada ny.N pasien hipertensi di puskesmas kasihan II.
- c. Menyusun perencanaan asuhan keperawatan keluarga pada klien hipertensi dengan penerapan intervensi terapi refleksi kaki terhadap pengendalian tekanan darah pada ny.N pasien hipertensi di puskesmas kasihan II.
- d. Melakukan tindakan dengan asuhan keperawatan keluarga pada klien hipertensi dengan penerapan intervensi terapi refleksi kaki terhadap pengendalian tekanan darah pada ny.N pasien hipertensi di puskesmas kasihan II.
- e. Melakukan evaluasi tindakan asuhan keperawatan keluarga pada klien hipertensi dengan penerapan intervensi terapi refleksi kaki terhadap pengendalian tekanan darah pada ny.N pasien hipertensi di puskesmas kasihan II.

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Mampu mengembangkan ilmu riset, serta mampu memberikan asuhan keperawatan kepada pasien hipertensi dan dapat menerapkan terapi non

farmakologis dan terapi komplementer dalam upaya penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan penerapan terapi refleksi pijat kaki.

2. Bagi Klien

Dari hasil penerapan ini diharapkan klien dapat mengetahui fungsi dan manfaat pijat refleksi kaki serta mampu melaksanakan pijat refleksi kaki secara mandiri.

3. Bagi Puskesmas

Pelaksanaan hasil pijat refleksi kaki diharapkan sebagai sumbangan pikiran serta bahan evaluasi bagi tenaga kesehatan di Puskesmas Kasian II sebagai ujung tombak pelayanan tingkat dasar untuk menerapkan therapy non farmakologis yang efektif dalam perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.

4. Bagi Institusi pendidikan

Hasil penerapan intervensi ini dapat digunakan sebagai informasi atau acuan tambahan maupun data awal untuk pengembangan penerapan intervensi selanjutnya yang berkaitan dengan pemberian pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.

5. Bagi Perkembangan Ilmu

Hasil dari intervensi diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan dan penerapan hasil pendidikan informasi serta pengetahuan khususnya dalam keperawatan dasar

E. Teknik Pengumpulan Data

Pada proses pengumpulan data ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data observaasi-partisipatif dimana peneliti melakukan pengamatan dan turut serta dalam melakukan tindakan pelayanan asuhan keperawatan dari pengkajian hingga evaluasi.