

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Judul**

Pengaruh Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Gamping I.

### **B. Latar Belakang Masalah**

Lansia merupakan seseorang yang usianya memasuki 60 tahun. Penurunan fungsi fisiologis pada lansia merupakan hal yang terjadi seiring pertambahan usia. Perubahan fisiologis meliputi kemampuan lansia tersebut untuk menanggapi datangnya rangsangan baik dari luar tubuh maupun dari dalam tubuh lansia itu sendiri, yaitu pada panca indera, sistem pencernaan, sistem saraf, sistem pernafasan, sistem endokrin, sistem kardiovaskuler, sistem imun serta sistem ekskresi. Beberapa penyakit yang kerap menjangkit lansia adalah penyakit tidak menular dan degeneratif antara lain artritis, stroke, penyakit paru obstruktif kronik (PPOK), Diabetes Mellitus (DM), hipertensi, dan Penyakit Jantung Koroner (Ulin Nuha, 2023).

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang dapat menjadi salah satu faktor risiko signifikan terhadap masalah kardiovaskular di seluruh dunia (Hendra dkk, 2021). Diantara beberapa penyakit tidak menular yang terjadi di kalangan masyarakat, masalah kesehatan ini merupakan salah satu penyakit yang paling umum terjadi. Jika masalah kesehatan ini tidak ditangani dalam jangka waktu yang lama, maka akan menimbulkan masalah kegagalan pada organ seperti seperti stroke dan penyakit jantung koroner (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Tekanan darah sistolik seseorang jika lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik bernilai lebih dari 90 mmHg, maka individu tersebut terdiagnosis hipertensi (Manuntung, 2019).

*World Health Organization* (WHO), melaporkan bahwa sebesar 22% populasi orang didunia hidup dengan hipertensi dan dua per tiga dari populasi tersebut tinggal dilingkungan tidak sehat dan berpenghasilan rendah (WHO, 2019). Indonesia mengalami peningkatan angka kejadian hipertensi sebesar 34,1% dibandingkan pada tahun 2013 berdasarkan laporan Kemenkes sebesar 13%. (Kemenkes RI, 2019). Angka kejadian kasus hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 32,4%, prevalensi tersebut lebih rendah dari angka prevalensi hipertensi di negara ini yaitu 34,1%. Hasil ini menunjukkan bahwa provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta menduduki peringkat ke-12 sebagai provinsi yang memiliki tingkat hipertensi tertinggi. Sedangkan untuk tiap Kabupaten, daerah dengan hipertensi tertinggi pertama yaitu Kabupaten Gunung Kidul sebesar 39,25%, kedua Kulon Progo sebesar 34,70%, ketiga Sleman sebesar 32,01% dan yang paling rendah kota Yogyakarta sebesar 29,28%. Kecamatan Gamping merupakan kecamatan dengan jumlah kasus hipertensi terbanyak sebanyak 6.138 orang (Dinas Kesehatan Sleman, 2019). Berdasarkan data yang dilaporkan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan yang termasuk dalam kategori sepuluh besar penyakit yang paling sering terjadi di Kabupaten Sleman dengan jumlah kasus 138,702.

Terdapat dua kategori faktor risiko yang mungkin dapat memicu terjadinya hipertensi yaitu faktor yang dapat dimodifikasi dan faktor yang tidak dapat dimodifikasi. Faktor risiko yang dapat dihindari meliputi berat badan berlebih, penggunaan rokok, alkohol, konsumsi kopi dan natrium serta keseimbangan hormon. Sedangkan faktor yang tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, usia dan herediter (Kurniati & Alfaqih, 2022). Ada dua faktor yang kemungkinan menjadi penyebab hipertensi yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Usia, stress psikologis, dan genetik (keturunan) termasuk dalam penyebab hipertensi primer. Sedangkan penyebab hipertensi sekunder dapat seperti gangguan pada pembuluh darah di ginjal, masalah pada kelenjar tiroid, penurunan fungsi kelenjar adrenal dan lain sebagainya. Sekitar 90% pasien terdiagnosis

hipertensi primer dan 10% nya terdiagnosis hipertensi sekunder (Manuntung, 2019). Para penderita hipertensi dapat mengalami berbagai macam masalah dan gejala seperti sakit kepala, penglihatan kabur, nyeri dada, pusing, sulit bernafas, mual, muntah, berdengung di telinga, kecemasan dan irama jantung tidak normal (WHO, 2019).

Berdasarkan data Puskesmas Gamping 1 pada bulan Juli sampai September 2024 terhitung 117 penderita hipertensi yang berusia 40-70 tahun melakukan kunjungan. Kemudian peneliti mengambil tiga penderita hipertensi untuk diwawancarai. Hasilnya adalah dua dari tiga penderita hipertensi mengonsumsi obat antihipertensi yang diresepkan oleh puskesmas namun tidak rutin, hanya ketika muncul gejala seperti pegal-pegal di tengkuk leher dan kepala pusing. Tiga responden juga mengatakan bahwa dukungan dari keluarga sangat penting karena manusia tidak bisa hidup sendiri, pasti memerlukan bantuan dan dukungan dari orang terdekat. Kemudian dari sisi ekonomi, satu dari tiga responden mempunyai pendapatan di atas UMK Bantul sedangkan dua diantaranya mempunyai penghasilan di bawah UMK. Puskesmas gamping 1 memiliki program untuk hipertensi yaitu adanya kelas hipertensi dan adanya pembentukan kader parikesit sebagai perpanjangan tangan dari puskesmas. Parikesit adalah kumpulan kader-kader muda dan kaum melineal untuk bersama-sama bergerak dalam pendampingan minum obat dan edukasi kesehatan pada penderita PTM. Adanya program dari puskesmas penderita hipertensi menjadi lebih mengetahui penyakit hipertensi sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan secara individu maupun komunitas. Manajemen kesehatan yang sudah dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan oleh penderita hipertensi yaitu rutin kontrol dan minum obat hipertensi, mengikuti kelas hipertensi sebagai program puskesmas, mengikuti kegiatan lansia, dan klien merupakan kader yang aktif di Padukuhannya.

Keluarga adalah kelompok kecil yang paling dekat dan yang mampu mengambil keputusan dalam kesehatan keluarga dan ikut serta merawat keluarga. Dapat dilakukan dengan tindakan pencegahan terhadap hipertensi

khususnya dalam masalah kesehatan dalam menurunkan komplikasi hipertensi peran keluarga sangat penting. Yang dilakukan keluarga diharapkan dapat mengontrol tekanan darah penderita. Penderita hipertensi diajarkan untuk berolahraga cukup dan secara teratur, cara pencegahan komplikasi hipertensi yaitu dengan tindakan membatasi lemak, mengurangi konsumsi garam, tidak merokok dan tidak minum alkohol, menghindari kegemukan (obesitas), olahraga. Dengan cara ini dapat menurunkan tekanan darah.

Keluarga haruslah mampu untuk mengidentifikasi tentang hipertensi didalam keluarga. hipertensi, seperti peran keluarga harus dapat mengenal masalah kesehatan yang ada dalam keluarga. Selain merawat keluarga yang sakit peran keluarga adalah dengan cara pengaturan diet hipertensi dan kepatuhan pengobatan. Keluarga juga dapat memberikan informasi yang dibutuhkan penderita hipertensi dalam upaya meningkatkan status kesehatannya.

Data ini menunjukkan bahwa budaya makan sangat mempengaruhi kesehatan seseorang dan keluarga dapat berperan dalam menentukan budaya yang mendukung kesehatan anggota keluarga seperti olahraga teratur dan makan sayur dan menentukan budaya yang bertentangan dengan kesehatan seperti merokok dan minum alkohol (Sudiharto, 2012).

Diagnosa keperawatan yang muncul dengan riwayat hipertensi yaitu diagnose individu gangguan perfusi serebral, nyeri akut dan untuk diagnose keperawatan individu yang muncul yaitu kesiapan meningkatkan manajemen kesehatan.

Menurut Kurniati & Alfaqih (2022), ada dua metode penatalaksanaan hipertensi yaitu, teknik farmakologi dan non-farmakologi (Kurniati & Alfaqih, 2022). Terapi farmakologi atau menggunakan obat-obatan dapat menormalkan tekanan darah namun jika dikonsumsi dalam rentang waktu lama bisa mencetuskan efek samping (Kurniati & Alfaqih, 2022). Sedangkan terapanon-farmakologi atau tanpa obat adalah pengobatan yang diberikan melalui modifikasi gaya hidup dan terapi herbal atau terapi

komplementer. Penderita hipertensi dianjurkan untuk melakukan penyesuaian gaya hidup seperti membatasi konsumsi garam, alkohol dan rokok (Lalage, 2019). Beberapa terapi komplementer yang digunakan pada pasien hipertensi untuk mengendalikan tekanan darah yaitu terapi yoga, meditasi, musik klasik, terapi tekuk dan hipnotis, terapi SEFT (*Spiritual Emotional Freedom Technique*), teknik relaksasi otot progresif, tarik nafas dalam, masase kaki, terapi akupuntur, terapi akupresur dan hidroterapi (Kusuma dkk, 2021).

Berdasarkan Beberapa penelitian yang telah dilakukan sebagai upaya menurunkan tekanan darah melalui Foot Massage antara lain menurut (Erda et al., 2020), menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam waktu 15 menit dilakukan foot massage sebelum dan sesudah pemberian Foot Massage refleksologi dengan perbedaan rata-rata pra 5,08 dan post 2,45, dengan signifikansi nilai p, 000 ( $p < 0,05$ ). Temuan dari penelitian (Umamah & Paraswati, 2019), bahwa kegiatan terapi foot massage selama 15-30 menit memberikan dampak positif peserta hipertensi, mengalami rileks, mampu berjalan dengan nyaman tanpa keluhan nyeri, kaku otot berkurang, tekanan darah stabil sistol dan diastol.

Penelitian Rahmasari, dkk. (2021), hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan massage pada kaki dengan minyak essensial lavender, terjadi penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dimana tekanan darah sebelum dilakukan penerapan pada subyek I dari 150/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg dan pada subyek II dari 140/90 mmHg menjadi 130/70 mmHg. Bagi keluarga pasien hipertensi hendaknya dapat melakukan penerapan massage pada kaki dengan minyak essensial lavender secara mandiri untuk membantu menurunkan atau mengontrol tekanan darah.

Dengan pertimbangan temuan penelitian yang sebelumnya terdapat sejumlah penelitian yang menunjukkan bahwa penggunaan terapi pijat kaki adalah metode yang efektif untuk mengatasi masalah tekanan darah tinggi

pada pasien hipertensi. Sehingga penulis tertarik untuk memberikan penerapan intervensi hidroterapi dengan pijat kaki pada pasien hipertensi.

### **C. Tujuan Penulisan**

#### **1. Tujuan Umum**

Penulisan karya ilmiah akhir ners ini memiliki tujuan untuk menganalisa klien dengan diagnosis hipertensi dan penerapan intervensi rendam kaki menggunakan air hangat untuk penurunan tekanan darah di Gamping.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu mengkaji secara komprehensif klien dengan masalah hipertensi di Gamping.
- b. Mampu menegakkan diagnosa pada klien dengan masalah hipertensi di Gamping
- c. Mampu melakukan implementasi keperawatan dengan intervensi penerapan terapi rendam kaki menggunakan air hangat pada klien dengan hipertensi di Gamping
- d. Mampu mengevaluasi klien dengan masalah hipertensi di Gamping

### **D. Manfaat**

1. Diharapkan karya ilmiah ini dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan serta dapat menjadi referensi dalam meningkatkan kualitas mutu pelayanan asuhan keperawatan yang dilakukan pada klien dengan masalah hipertensi
2. Diharapkan penulisan karya ilmiah ini dapat menjadi referensi untuk masyarakat Di Gamping agar membantu menurunkan tekanan darah pada kasus hipertensi
3. Diharapkan penulisan karya ilmiah ini dapat membantu klien dalam proses pengobatan untuk mengurangi tekanan darah tinggi.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Data Primer**

#### **a. Wawancara**

Data diambil melalui wawancara tatap muka langsung dengan klien yang mengalami hipertensi di Gamping

#### **b. Demonstrasi dan Observasi**

Data diperoleh melalui observasi kepada klien selama penerapan intervensi Pijat kaki.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA