

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Judul

“Penerapan Terapi Pijat Refleksi Kaki terhadap penurunan tekanan darah Ny. S dengan Hipertensi di Puskesmas Kasihan II”

### B. Latar Belakang

Proses penuaan terus berlangsung sepanjang kehidupan manusia, dari lahir hingga lanjut usia (lansia). Proses ini menyebabkan penurunan daya tahan fisik yang membuat lansia lebih rentan terhadap penyakit (Khotimah & Prajayanti, 2024). Lansia juga dapat mengalami kemunduran perubahan seperti pada sistem tubuh, fisiologis, kognitif, dan psikososial. Perubahan tersebut mengakibatkan penurunan fungsi tubuh, yang berpengaruh negatif pada kesehatan lansia. Salah satu dampak dari proses penuaan adalah munculnya berbagai masalah kesehatan, termasuk hipertensi (Putri et al., 2024).

Berdasarkan definisi dari *World Health Organization* (WHO), hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah tetap tinggi, dengan tekanan sistolik (TDS)  $\geq 140$  mmHg dan tekanan diastolik (TDD)  $\geq 90$  mmHg, yang diukur dalam dua kali pemeriksaan (*World Health Organization*, 2023). Ledoh, et. al juga menuliskan bahwa hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik meningkat melebihi batas normal, yaitu 140 mmHg atau lebih, dan tekanan darah diastolik meningkat melebihi 90 mmHg. Dalam keadaan ini pembuluh darah terus meningkat, dan tekanan darah normal sendiri adalah sistolik yaitu 120 mmHg saat jantung berdetak, dan diastolik 80 mmHg saat jantung rileks (Ledoh et al., 2024).

Hipertensi sebagai "*silent killer*" karena sering tidak menimbulkan gejala, sehingga banyak penderita tidak menyadari kondisinya kecuali melalui pemeriksaan tekanan darah (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi hipertensi secara global mencapai 22% dari total populasi dunia, dengan Afrika mencatat prevalensi tertinggi sebesar 27%, diikuti Asia Tenggara di peringkat ketiga dengan 25% (Maulidah et al., 2022). Di Indonesia, data Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa lebih dari 30% orang dewasa, atau sekitar 63

juta orang, menderita hipertensi, menjadikan Indonesia salah satu negara dengan beban hipertensi tertinggi di Asia Tenggara (Khasanah, 2022). Data di Kementerian Kesehatan Pada tahun 2023, prevalensi hipertensi di Indonesia menunjukkan penurunan dibandingkan dengan survei sebelumnya. Menurut Kementerian Kesehatan, pada tahun 2023 prevalensi hipertensi di kalangan penduduk berusia di atas 18 tahun tercatat sebesar 30,8%, turun dari 34,1% pada tahun 2018. (Afriani et al., 2023). Salah satu provinsi penyumbang hipertensi adalah Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY).

Prevalensi hipertensi di DIY menurut Riskesdas 2018 yaitu 11.01 %. Prevalensi ini menempatkan DIY pada urutan ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi (Kodriati et al., 2024). Berdasarkan data Profil Kesehatan Kab/Kota Se-DIY tahun 2022 Estimasi penderita hipertensi sebanyak 273.783 jiwa, kabupaten dengan angka tertinggi adalah Kab. Sleman dengan jumlah 88.891 jiwa disusul pada peringkat keempat Kab. Bantul dengan jumlah 39.053 jiwa (Dinas Kesehatan DIY, 2021).

Hasil data tersebut menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap lansia, mengingat hipertensi merupakan kondisi yang sangat berbahaya bagi mereka dan termasuk dalam kelompok yang berisiko tinggi (Jabani et al., 2021). Pengobatan hipertensi kini telah mengalami banyak perubahan, menggabungkan terapi farmakologi dengan pendekatan non-farmakologi (Ekarini et al., 2019). Penanganan hipertensi secara farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan seperti diuretik, simpatik, *beta blocker*, dan vasodilator. Terapi non-farmakologis banyak dipilih untuk mengatasi hipertensi karena bersifat alami dan tidak menimbulkan efek samping berbahaya (Lukito & Harmeiwaty, 2019).

Pijat kaki merupakan salah satu pengobatan non farmakologi yang efektif menurunkan hipertensi. Terapi komplementer seperti pijat kaki aman, mudah digunakan, dan memiliki sejumlah keuntungan, antara lain sirkulasi darah yang lebih baik, pembuangan sisa metabolisme, peningkatan rentang gerak sendi, pereda nyeri, relaksasi otot, dan kenyamanan klien. Pijat ini memungkinkan lebih banyak sirkulasi dan oksigen mencapai area yang kaku, jaringan lunak

tubuh menjadi kendur, sehingga mengurangi rasa tidak nyaman. Tujuan dari pijat kaki adalah untuk memperlancar aliran darah, mengurangi beban kerja jantung, mengurangi kontraksi dinding pembuluh darah, dan menurunkan tekanan darah yang semuanya dapat berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah (Patria, 2019).

Terapi pijat berbasis pijat refleksi kaki mempunyai dampak fisiologis langsung terhadap kelenturan dinding pembuluh darah. Kompresi otot meningkatkan aliran getah bening, mengurangi retensi darah di kapiler perifer, dan mempercepat aliran darah vena di jaringan subkutan. Pijatan dapat melebarkan arteri, meningkatkan aliran darah, memperkuat kontraksi otot, dan membuang sisa metabolisme, sehingga mengurangi ketegangan otot dan meningkatkan relaksasi. Cara ini bisa diterapkan pada bagian tubuh tertentu, seperti tangan, kaki, dan punggung, atau pada seluruh tubuh (Pribadi & Natalya, 2024). Hal ini menjadikan pijat refleksi kaki sebagai alternatif untuk menurunkan tekanan darah yang juga didukung oleh beberapa penelitian sebelumnya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Iswati pada tahun 2022, hasil penelitian menunjukkan *foot massage* yang diberikan kepada lansia dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, dibandingkan dengan kondisi sebelum terapi (Iswati, 2022). Lebih lanjut, penelitian oleh Pratami dan Sari pada tahun 2024 yang mengelola 2 keluarga dengan menerapkan terapi pijat kaki memperoleh hasil yang juga sama yaitu tekanan darah menurun (Pratami & Sari, 2024).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Kasihan II dari bulan Januari 2024 - Agustus 2024 menunjukkan data jumlah kunjungan puskesmas dengan kasus hipertensi esensial primer berjumlah 4.136 jiwa. Kasus hipertensi di Puskesmas Kasihan II pada tahun 2024 mengalami penurunan yang mana di tahun Januari 2023 – November 2023 sejumlah 4.268 jiwa. Hipertensi masuk dalam 10 besar penyakit pada sistim DGS kesehatan dan pcare menempati posisi nomor 1. Program unggulan Puskesmas Kasihan II adalah pelayanan kesehatan tradisional, yang menggunakan cara dan obat

berdasarkan pengalaman serta keterampilan turun temurun. Pengobatan tradisional ini harus dapat dipertanggungjawabkan dan diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat (N. P. S. Wahyuni, 2021). Puskesmas kasihan 2 juga merupakan puskesmas yang memiliki pelayanan yankestradkom yaitu akupuntur & akupresur untuk pelayanan non farmakologi. Selain yankestradkom di puskesmas kasihan 2 juga melayani fisioterapi.

Sebelumnya telah dilakukan penelitian serupa di Kasihan II pada tahun 2023 dalam penelitian Damayanti, 2023 yang menunjukkan bahwa ada pengaruhnya terapi pijat kaki terhadap penurunan tekanan darah, demi keberlanjutan efektifitas tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul Penerapan Terapi Pijat Kaki terhadap penurunan tekanan darah Ny. S di Puskesmas Kasihan II Bantul.

### **C. Tujuan Penulisan**

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

Tujuan umum yang dihasilkan dari penelitian ini yaitu untuk menyusun laporan asuhan keperawatan pada Ny.S yang mengalami masalah Hipertensi di Puskesmas Kasihan II dengan memberikan intervensi terapi pijat kaki.

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

- a. Melakukan pengkajian keperawatan dengan asuhan keperawatan pada klien hipertensi dengan penerapan intervensi terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada Ny. S dengan hipertensi di Puskesmas Kasihan II.
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan pada klien hipertensi dengan penerapan intervensi terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada Ny. S dengan hipertensi di Puskesmas Kasihan II.
- c. Menyusun perencanaan keperawatan pada klien hipertensi dengan penerapan intervensi terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada Ny. S dengan hipertensi di Puskesmas Kasihan II.

- d. Melakukan Tindakan keperawatan pada klien hipertensi dengan penerapan intervensi terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada Ny. S dengan hipertensi di Puskesmas Kasihan II.
- e. Melakukan Implementasi dan Evaluasi keperawatan pada klien hipertensi dengan penerapan intervensi terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada Ny. S dengan hipertensi di Puskesmas Kasihan II.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Pasien**

Pijat kaki dapat meningkatkan aliran darah ke seluruh tubuh, yang dapat membantu dalam mengatur tekanan darah. Ini sangat bermanfaat bagi pasien hipertensi karena dapat membantu menurunkan tekanan darah secara alami.

##### **2. Bagi Pihak RS/Puskesmas**

Menyediakan terapi pijat kaki dapat membuka peluang untuk mengembangkan program kesehatan tambahan atau integrasi dengan terapi lain, yang dapat meningkatkan keseluruhan program kesehatan yang ditawarkan oleh instansi.

##### **3. Bagi Ilmu Pengetahuan**

Hasil penelitian dapat digunakan untuk mendidik profesional kesehatan tentang manfaat terapi pijat kaki, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam menggunakan terapi ini sebagai bagian dari perawatan pasien.

##### **4. Bagi Penulis**

Dengan menulis tentang terapi pijat refleksi kaki, penulis akan mendalami pengetahuan terkait teknik pijat, manfaat spesifik untuk lansia, dan bagaimana pijat dapat memengaruhi hipertensi. Ini memperluas wawasan penulis dalam bidang kesehatan dan terapi,

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang dilakukan untuk menyusun laporan asuhan keperawatan ini adalah:

### 1. Observasi

Penulis melakukan pengamatan terhadap lansia-lansia yang berada di Puskesmas Kasihan II

### 2. Pengumpulan Sumber Pustaka

Penulis melakukan studi literatur dari buku dan jurnal untuk memperkuat intervensi yang akan dilakukan dan sebagai tambahan ilmu pengetahuan.

### 3. Melakukan Intervensi Aktif Partisipatif

Penulis melakukan intervensi terapi pijat kaki sesuai dengan waktu yang telah disepakati dengan lansia selama 3 hari, dengan durasi waktu 15 menit, dengan melakukan intervensi terapi pijat refleksi kaki

### 4. Melakukan Rekap Hasil Tindakan Intervensi

Penulis melakukan rekap data hasil tindakan intervensi berupa respon pasien terhadap terapi pijat kaki tersebut.

### 5. Menyusun Laporan Asuhan Keperawatan

Penulis menyusun laporan asuhan keperawatan lengkap dari pengkajian sampai evaluasi, serta pembahasan tentang kasus yang didapatkan dan melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing, lalu melakukan ujian KIAN dan merevisi hasil ujian KIAN.

## **F. Kriteria Sampel**

### 1. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah ciri – ciri umum yang dimiliki oleh subjek penelitian yang diambil dari populasi yang akan diteliti (Nursalam, 2017 dalam Monoarfa et al., 2023). Kriteria inklusi dalam penulisan ini adalah lansia dengan hipertensi.

### 2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah proses pengecualian subjek yang tidak memenuhi kriteria inklusi akibat berbagai alasan (Nursalam, 2017 dalam Monoarfa et

al., 2023). Kriteria eksklusi dalam penulisan ini adalah lansia yang memiliki penyakit komplikasi seperti diabetes, jantung, mengalami gangguan gerak, gangguan mental dan tidak kooperatif.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA