

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg dengan pengukuran lebih dari dua kali atau lebih (Brunner & Suddarth). Hipertensi sering diartikan suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg (Wijaya & Putri, 2013).

Hipertensi masih menjadi masalah di Indonesia dan dunia penyakit yang juga disebut sebagai *silent killer* ini dapat membunuh secara diam-diam karena sering kali penderitanya tidak merasakan gejala-gejalanya. Menurut data WHO tahun 2016 diseluruh dunia sekitar 972 juta atau 26,4% orang didunia mengidap hipertensi, angka ini akan terus meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Terdapat 333 juta pengidap hipertensi berada di negara maju dan 639 berada di negara berkembang termasuk Indonesia (Desriyani., Wahyudi., Suratun, 2019). Di Jawa Tengah prevalensi hipertensi sebesar 57,10% dari jumlah penduduk beresiko dengan usia lebih dari 15 tahun, perempuan sebesar 15,84% lebih tinggi dari laki-laki 14,15% (Profil Jateng, 2018). Data yang didapat dari profil kesehatan kota Pekalongan (2018) ditemukan jumlah pengidap hipertensi sebesar 9,24%.

Kejadian hipertensi yang terus meningkat setiap tahunnya mengindikasikan bahwa hipertensi harus segera diatasi. Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan farmakologis merupakan pengobatan menggunakan obat-obatan yang memiliki efek samping yang mungkin muncul adalah sakit kepala, pusing, lemas, dan mual (Susilo & Wulandari 2011 dalam Rizky dkk, 2015). Pengobatan non farmakologis yang dapat dilakukan pada penderita hipertensi yaitu mengurangi stres, penurunan berat badan, pembatasan alkohol, olahraga atau latihan, dapat dilakukan dengan terapi

salah satu terapi yang dapat dilakukan yaitu terapi pijat refleksi (Kumar 2009 dalam Rizky dkk, 2015).

Terapi pijat refleksi merupakan terapi sentuhan yang dapat merilekskan otot-otot yang tegang, pijat dapat melancarkan aliran darah yang memberikan efek langsung yang bersifat mekanis dengan gerakan berirama sehingga menimbulkan rangsangan pada reseptor saraf yang menyebabkan pelebaran pembuluh darah sehingga melancarkan aliran darah (Alviani 2015 dikutip dalam Aswad, 2019). Terapi pijat refleksi dapat dilakukan pada pasien hipertensi karena dapat memperlancar sirkulasi darah keseluruhan tubuh, sirkulasi darah yang lancar dapat memperlancar oksigen yang mengalir keseluruhan tubuh dengan maksimal. Semakin banyak oksigen yang mencapai sistem vital maka semakin optimal pula fungsi dari organ tersebut.

Terapi pijat refleksi menunjukkan efektivitas penurunan tekanan darah karena dapat memperlancar aliran darah dalam tubuh. Pada penelitian yang dilakukan oleh Hartutik & Suratih (2017) di Panti Wreda Panjang Surakarta yang dilakukan pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan dengan tekanan darah sebelum dilakukan terapi pijat refleksi rata-rata tekanan darah pada kelompok perlakuan 153/94 mmHg dan kelompok kontrol 153/94 mmHg. Setelah dilakukan terapi pijat refleksi tekanan darah pada kelompok perlakuan mengalami penurunan menjadi 128/80 mmHg sedangkan pada kelompok kontrol menjadi 152/92 mmHg. Hal ini menggambarkan bahwa pijat refleksi efektif dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Berdasarkan penelitian Rizky (2015) di Puskesmas Lima Puluh Pekanbaru setelah dilakukan terapi pijat refleksi sebanyak 3 hari berturut-turut menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah dari 140-159 mmHg/90-99 mmHg menjadi <130mmHg/85mmHg. Melihat latar belakang diatas penulis tertarik untuk membahas dan mengetahui pengaruh terapi pijat refleksi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah pemberian terapi pijat refleksi dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi?

1.3. Tujuan Penulisan

1.3.1. Tujuan Umum

Agar penulis dapat menggambarkan penerapan terapi pijat refleksi dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

1.3.2. Tujuan Khusus

- (1) Melakukan pengkajian pada pasien hipertensi
- (2) Mengidentifikasi diagnosa keperawatan keluarga dengan masalah hipertensi
- (3) Menyusun rencana keperawatan keluarga dengan masalah hipertensi
- (4) Melaksanakan tindakan keperawatan keluarga dengan masalah hipertensi
- (5) Melakukan evaluasi asuhan keperawatan keluarga dengan masalah hipertensi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran dalam penerapan terapi pijat refleksi pada keluarga dengan masalah hipertensi

1.4.2. Bagi Penulis Berikutnya

Karya tulis ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk mengembangkan dan menambah pengalaman dalam proses penerapan terapi pijat refleksi pada pasien hipertensi

1.4.3. Bagi Tenaga Keperawatan

Dapat dijadikan bahan peningkatan mutu pelayanan pada pasien hipertensi dengan menggunakan terapi pijat reflksi.