

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg atau lebih untuk usia 13-50 tahun dan tekanan darah 160/95 mmHg untuk usia \geq 50 tahun. Pengukuran tekanan darah sebaiknya dilakukan sebanyak dua kali untuk memastikan keadaan tersebut (WHO, 2010). Beberapa faktor dapat menyebabkan terjadinya hipertensi yaitu gaya hidup dengan pola makan yang salah, jenis kelamin, latihan fisik, makanan, stimulan, (zat zat yang mempercepat fungsi tubuh) serta stress. Dalam pengelolaan stress, yang terpenting adalah bagaimana cara mengelola stress tersebut (Marliani, 2007).

Berdasarkan survey kesehatan, 30% penduduk Indonesia mengalami hipertensi. Hipertensi merupakan faktor resiko ketiga penyebab kematian setelah penyakit stroke dan tuberkulosis, yakni 67 % dari populasi kematian pada semua umur. Hasil RISKESDAS tahun 2013 menunjukkan prevalensi hipertensi secara nasional mencapai 3,7 % dari pengukuran tekanan darah pada usia 18 tahun ke atas. Prevalensi hipertensi tertinggi di Indonesia berada di Propinsi Bangka Belitung yaitu mencakup 30,9 %, sedangkan Propinsi Jawa Tengah berada pada urutan ke 11 dengan jumlah kasus 26,4% jiwa, dihitung melalui pengukuran pada umur 18 tahun (Depkes RI, 2013).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Semarang pada tahun 2010 menurut urutan besar penyakit di puskesmas, hipertensi menempati urutan

ke-1 dengan jumlah penderita sebesar 75.748 penderita. Kejadian penyakit hipertensi di puskesmas Kedungmundu pada tahun 2011 menempati urutan ke-1 dengan jumlah penderita sebanyak 71.280 orang, penyakit hipertensi di puskesmas dari tahun ketahun semakin menurun akan tetapi masih menduduki peringkat pertama, berdasarkan nilai rekapitulasi data pada tahun 2012 Dinas Kesehatan Kota Semarang penderita hipertensi sebanyak 28,378 penderita, dan yang menduduki tingkat tertinggi penderita hipertensi adalah wilayah puskesmas kedung mundu Semarang pada tahun 2012, dengan usia tersering 15-65 tahun. Jumlah kunjungan dengan keluhan hipertensi perbulannnya rata-rata 430 pasien (Dinkes Kota Semarang, 2013).

Prevalensi hipertensi yang tinggi mengidentifikasikan bahwa hipertensi perlu dan harus segera diatasi. Jika tidak diatasi dapat menimbulkan terjadinya komplikasi seperti stroke, infark miokardium, gagal ginjal dan ensefalopati. (Ardiansyah, 2012). Secara garis besar, pengobatan hipertensi dibagi menjadi dua pengobatan yaitu pengobatan secara farmakologis dan nonfarmakologis (Smeltzer & Bare, 2008).

Pengobatan secara farmakologis dengan menggunakan obat dapat menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan oleh penderita, yaitu dapat memperburuk keadaan penyakit. Sedangkan pengobatan non farmakologis adalah pengobatan yang tidak menggunakan bahan dari senyawa kimiawi. Terdapat berbagai macam jenis pengobatan atau terapi non farmakologis yang bisa digunakan sebagai alternative pengobatan lain, salah satunya adalah terapi pijat refleksi (Mahendra & Djing, 2008).

Terapi pijat refleksi dapat meningkatkan aliran darah. Kompresi pada otot merangsang aliran darah vena dan subkutan dan mengakibatkan retensi darah menurun dalam pembuluh darah perifer dan peningkatan drainase getah bening. Selain itu juga dapat menyebabkan pelebaran arteri yang meningkatkan suplai darah ke daerah yang sedang dipijat, juga dapat meningkatkan pasokan darah dan meningkatkan efektivitas kontraksi otot serta membuang sisa metabolisme dari otot - otot sehingga membantu mengurangi ketegangan pada otot, merangsang relaksasi kenyamanan.

Dari hasil data penelitian Chanif dan Khoiriyah (2016) tentang pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi dengan menggunakan uji *pair t-test* didapatkan hasil *p value* 0.00, yang berarti bahwa terjadi perbedaan yang signifikan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi pijat refleksi kaki selama 30 menit. Rata – rata terjadi penurunan tekanan darah sistolik sebesar 14.63 mmHg, tekanan darah diastolik 12.55 mmHg dan tekanan darah MAP sebesar 13.36 mmHg. Hal ini menunjukkan bahwa terapi pijat refleksi terbukti efektif bisa menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Berdasarkan uraian diatas, terapi pijat refleksi kaki terbukti sangat efektif untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan aplikasi asuhan keperawatan tentang “penerapan terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi” untuk terapi non farmakologi pada penderita hipertensi.

B. RUMUSAN MASALAH

Hipertensi primer adalah peningkatan tekanan darah persisten dari ketidakteraturan arteri yang dihasilkan oleh ketidakteraturan mekanisme homeostatik. Hipertensi dapat disebabkan oleh genetik yang diturunkan dari orang tua penderita hipertensi, mengkonsumsi garam tinggi (≥ 30 gr/hari), obesitas, stres, dan pengaruh lain seperti merokok, minum alkohol, obat-obatan (ephedrine, prednisone, epineprin), hal ini juga dapat berpengaruh terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi (Muchid, 2006).

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskuler yang setiap tahun angka kejadiannya mengalami peningkatan. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Semarang pada tahun 2010 menurut urutan besar penyakit di puskesmas, hipertensi menempati urutan ke-1 dengan jumlah penderita sebesar 75.748 penderita. Kejadian penyakit hipertensi di puskesmas Kedungmundu pada tahun 2011 menempati urutan ke-1 dengan jumlah penderita sebanyak 71.280 orang, penyakit hipertensi di puskesmas dari tahun ketahun semakin menurun akan tetapi masih menduduki peringkat pertama, berdasarkan nilai rekapitulasi data pada tahun 2012 Dinas Kesehatan Kota Semarang penderita hipertensi sebanyak 28,378 penderita, dan yang menduduki tingkat tertinggi penderita hipertensi adalah wilayah puskesmas kedung mundu Semarang pada tahun 2012, dengan usia tersering 15-65 tahun. Jumlah kunjungan dengan keluhan hipertensi perbulannya rata-rata 430 pasien (Dinkes Kota Semarang, 2013).

Banyak faktor yang menyebabkan seseorang mengalami hipertensi, sehingga membutuhkan manajemen hipertensi baik menggunakan obat maupun tanpa obat, salah satunya adalah terapi pijat refleksi kaki. Pijat refleksi kaki adalah pijat dengan melakukan penekanan pada titik syaraf dikaki atau tangan untuk memberikan rangsangan bio-elektrik pada organ tubuh tertentu yang dapat memberikan perasaan rileks dan segar karena aliran darah dalam tubuh menjadi lebih lancar (Trionggo, 2013). Pijat refleksi menggunakan teknik-teknik dasar yang bermanfaat untuk melancarkan sirkulasi aliran darah, menyeimbangkan aliran energi di dalam tubuh serta mengendurkan ketegangan otot. Rangsangan yang ditimbulkan terhadap reseptor saraf juga mengakibatkan pembuluh darah melebar secara refleks sehingga melancarkan aliran darah yang sangat berpengaruh bagi kesehatan. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengaplikasikan terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

C. TUJUAN PENULISAN

Tujuan Umum:

Mengaplikasikan terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kedung Mundu Semarang.

Tujuan Khusus:

1. Menggambarkan pengkajian pada pasien dengan hipertensi
2. Menegakkan diagnosa keperawatan yang ditemukan pada pasien hipertensi.
3. Menyusun rencana tindakan keperawatan untuk memecahkan masalah yang ditemukan pada pasien dengan hipertensi.
4. Mengimplementasikan tindakan keperawatan dengan aplikasi terapi pijat refleksi kaki pada pasien hipertensi
5. Mengevaluasi outcome pemberian terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi

D. MANFAAT PENULISAN

1. Manfaat teoritis

Menambah pengetahuan dan pengalaman bagi para pembaca, dan dapat digunakan sebagai acuan, petunjuk atau pedoman untuk mengaplikasikan terapi pijat refleksi kaki.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Penulis

Menambah pengalaman mengenai cara penulisan karya ilmiah dalam studi kasus, meningkatkan pemahaman terhadap manfaat pemberian asuhan terapi pijat refleksi kaki pada penderita hipertensi.

b. Bagi institusi

Menambah referensi perpustakaan dan sebagai sumber bacaan.

c. Bagi klien

Memberikan pemahaman terhadap manfaat melakukan terapi pijat refleksi kaki sehingga dapat diaplikasikan sebagai terapi komplementer untuk mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi.