

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO), Hipertensi adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg) (Sunarwinadi, 2017). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah diatas nilai normal (Musakkar & Djafar, 2021). Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena sering muncul tanpa gejala namun bisa menyebabkan komplikasi bahkan kematian

Peningkatan prevalensi hipertensi di Indonesia, diiringi dengan peningkatan proporsi faktor risiko hipertensi pada masyarakat Indonesia. Prevalensi hipertensi di wilayah perkotaan sebesar 34,4% sedangkan di wilayah pedesaan sebesar 33,7% (Kemenkes RI, 2018). Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah dengan hipertensi sebesar 37,57 persen. Prevalensi hipertensi pada perempuan (40,17%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (34,83 persen). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11 persen) dibandingkan dengan pedesaan (37,01 persen). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan penambahan umur. (Kemenkes, 2018) Di Kabupaten Cilacap, hipertensi menempati urutan pertama angka Proporsi kasus penyakit tidak menular pada tahun 2022 dengan 80,1 %, Angkanya selalu naik, bahkan

berdasarkan data Riskesdas 2018 diperkirakan 4 dari 10 Orang di Indonesia menyandang hipertensi (34,1%). (Dewi, 2022).

Penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan cara farmakologis yaitu dengan obat-obat anti hipertensi atau dengan cara non farmakologi yaitu dengan memodifikasi gaya hidup atau bisa juga kombinasi keduanya. Pada saat obat anti-hipertensi diperlukan, pengobatan nonfarmakologi dapat digunakan sebagai pelengkap untuk mendapatkan efek pengobatan yang lebih baik. Penatalaksanaan non-farmakologi salah satunya adalah dengan pijat refleksi kaki. Pijat refleksi kaki sama halnya dengan kita berjalan kaki telanjang dihampan batu kecil berbentuk bulat lonjong. Teknik pemijatan titik tertentu dapat menghilangkan sumbatan dalam darah sehingga aliran darah dan energi di dalam tubuh kembali lancar. Pada kasus hipertensi terapi pijat melalui titik akupuntur memperkuat kembali energy tubuh dan raga yang lemah. Akupuntur ini bekerja berdasarkan teori meridian yaitu Qi (energi vital) dan darah yang bersirkulasi dalam tubuh melalui system saluran yang disebut meridian yang menghubungkan organ internal dan eksternal. Dengan pemijatan, titik tertentu pada permukaan tubuh yang terletak di jalur meridian dirangsang sehingga aliran Qi dan darah bisa diatur sehingga resiko penyakit hipertensi dan komplikasinya dapat diminimalisir. Terapi pijat refleksi kaki dapat memberikan efek relaksasi yang serupa dengan ketika berjalan di atas bebatuan. Pemijatan pada telapak kaki dan memberikan rangsangan yang mampu memperlancar aliran darah dan cairan tubuh. Hasilnya, sirkulasi penyaluran nutrisi dan oksigen ke sel-sel tubuh menjadi lancar tanpa ada

hambatan sedikitpun. Lebih lanjut, sirkulasi aliran darah yang lancar itu akan memberikan efek relaksasi dan kesegaran pada seluruh anggota tubuh. (Sihotang, 2020)

Berdasarkan hasil penelitian (Elpriska Sihotang, 2020) Pijat refleksi kaki berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi tekanan darah responden sebelum pijat relaksasi kaki 80% menderita hipertensi ringan. Tekanan darah responden sesudah pijat relaksasi kaki 80% menjadi normal.

Hipertensi dapat dikendalikan dengan cara merubah perilaku yaitu hindari asap rokok, diet dengan sehat, dan menghindari minuman alkohol. Pengobatan hipertensi dilakukan dengan dua cara, yaitu pengobatan secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan secara farmakologis yaitu meminum obat anti hipertensi. Sedangkan pengobatan secara non farmakologis yaitu merubah pola makan dan gaya hidup seperti batasi garam, berat badan, batasi kopi, batasi lemak, olahraga, tidak stres, terapi komplementer (terapi herbal, nutrisi, relaksasi progresif, pijat refleksi). Pijat refleksi menjadi pilihan karena tindakan ini aman bagi pasien dan merupakan tindakan non-invasif yang mudah dilakukan (Yonata & Pratama, 2016).

## B. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Penulisan karya ilmiah akhir Ners (KIAN) ini bertujuan untuk melakukan analisa terhadap kasus kelolaan pada pasien hipertensi

dengan intervensi pijat refleksi kaki di Ruang Arafah Rumah Sakit Islam Fatimah Cilacap.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian dalam asuhan keperawatan pada pasien hipertensi di Ruang Arafah Rumah Sakit Islam Fatimah Cilacap.
- b. Merumuskan diagnosa keperawatan pada pasien hipertensi di Ruang Arafah Rumah Sakit Islam Fatimah Cilacap.
- c. Menyusun rencana asuhan keperawatan pada pasien hipertensi di Ruang Arafah Rumah Sakit Islam Fatimah Cilacap.
- d. Melakukan tindakan keperawatan serta tindakan pijat refleksi kaki untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi di Ruang Arafah Rumah Sakit Islam Fatimah Cilacap.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi di Ruang Arafah Rumah Sakit Islam Fatimah Cilacap.
- f. Menganalisa penerapan EBP (*Evidence Based Practice*)

## C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan dapat bermanfaat dalam dua aspek yaitu

### 1. Manfaat Teoritis

Sebagai sarana untuk menambah wawasan, ilmu pengetahuan dan pengalaman yang baru bagi perawat ners dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

### 2. Manfaat Praktis

a. Penulis

Diharapkan karya ilmiah ini dapat menjadi pengalaman bagi pribadi penulis dan bermanfaat bagi masyarakat para penderita hipertensi.

b. Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan bermanfaat bagi pembaca dan dapat diaplikasikan oleh mahasiswa perawat dalam intervensi keperawatan secara mandiri.

c. Rumah Sakit

Sebagai bahan masukan tindakan aplikatif yang diperlukan dalam pelaksanaan asuhan keperawatan secara komprehensif khususnya dalam memberikan terapi komplementer salah satunya adalah tindakan pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.