

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) merupakan masalah kesehatan utama di negara maju maupun negara berkembang. Hipertensi merupakan penyakit yang prevalensinya selalu meningkat setiap tahunnya, dan menjadi penyebab peningkatan angka kesakitan dan kematian di seluruh dunia (Kemenkes RI, 2019). Kejadian hipertensi terjadi apabila hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI), 2021).

Centers for Disease Control (CDC) (2020) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi semakin meningkat dengan bertambahnya usia, dimana pada usia 18-39 tahun sebesar 22,4%, usia 40-59 tahun sebesar 54,5% dan berusia 60 tahun keatas sebesar 74,5% (CDC, 2020). Berdasarkan Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2019 prevalensi hipertensi pada semua usia di Indonesia tahun 2018 adalah 34,11% dengan kejadian hipertensi pada lansia sebesar 63,2% pada usia 65-74 tahun dan sebesar 69,5% pada usia > 75 tahun. Provinsi Jawa Tengah merupakan peringkat ke empat dengan persentase hipertensi sebesar 37,57% (Kemenkes RI, 2019).

Penyakit hipertensi dianggap sebagai *the silent killer* dimana baru dirasakan jika seseorang sudah mengalami komplikasi (Tarigan *et al.*, 2018). Komplikasi dapat terjadi pada pasien hipertensi seperti infark miokard, stroke,

gagal ginjal, hingga kematian jika tidak dideteksi dini dan diterapi dengan tepat (Morika & Yurnike, 2016). Hipertensi yang tidak terkontrol masih menjadi masalah utama dalam upaya penanganan hipertensi, dimana risiko terjadinya penyakit jantung dan stroke dua kali lipat lebih besar apabila terjadi peningkatan > 20 mmHg pada tekanan darah sistolik dan > 10 mmHg pada tekanan darah diastolik (Gebremichael *et al.*, 2019).

Target tekanan darah terkontrol merupakan upaya untuk menurunkan mortalitas dan morbiditas kardiovaskuler. Penurunan tekanan sistolik harus menjadi perhatian utama, karena umumnya tekanan diastolik akan terkontrol bersamaan dengan terkontrolnya tekanan sistolik (Morika & Yurnike, 2016). Penelitian Abegaz *et al.*, (2018) di Ethiopia mengungkapkan bahwa prevalensi hipertensi yang tidak terkontrol bervariasi dari 11,4% di Rumah Sakit Universitas Gondar hingga 59,9% di Rumah Sakit Tikur Anbessa dan 69,9% di Rumah Sakit Zewditu Memorial. Mengontrol tekanan darah bagi penderita hipertensi selain teratur meminum obat harus disertai dengan perubahan gaya hidup.

Morbiditas dan mortalitas yang terjadi karena hipertensi dapat dicegah dengan intervensi yang baik dengan mempertahankan tekanan darah di bawah 140/90 mmHg. Intervensi yang dilakukan salah satunya dengan teknik nonfarmakologis (Corwin, 2019). Pengobatan non farmakologis yang dapat dilakukan pada penderita hipertensi primer meliputi teknik mengurangi stres, penurunan berat badan, pembatasan alkohol, natrium dan tembakau, olahraga atau latihan, relaksasi, dan terapi komplementer (Rezky *et al.*, 2015).

Salah satu terapi komplementer pada pasien hipertensi primer dengan melakukan pijat refleksi kaki (Nurahmandani *et al.*, 2016). Pijat refleksi merupakan suatu metode memijat titik-titik tertentu pada tangan dan kaki. Manfaat pijat refleksi untuk kesehatan antara lain yang paling populer adalah untuk mengurangi rasa sakit pada tubuh. Manfaat lainnya adalah mencegah berbagai penyakit, meningkatkan daya tahan tubuh, membantu mengatasi stress, meringankan gejala migrain, membantu penyembuhan penyakit kronis, dan mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan (Rezky *et al.*, 2015).

Pijat refleksi membuat tubuh nyaman dan rileks, sehingga mengontrol tekanan darah sekaligus meminimalkan efek samping (Zunaidi *et al.*, 2014). Pemberian pijat refleksi kaki akan memberikan efek nyaman sehingga *hormone endorphin* akan terproduksi. Kondisi tubuh yang rileks juga dapat membantu kadar kortisol tubuh tetap terkendali. Kortisol merupakan hormon steroid yang umumnya diproduksi oleh kelenjar adrenal. Hormon ini mempengaruhi berbagai organ tubuh seperti jantung, sistem saraf pusat, ginjal dan kehamilan (Akmaliyah, 2016).

Titik refleksi pada kaki kanan dan kaki kiri semua berhubungan dengan sistem peredaran darah yang mengalir pada organ – organ saraf tubuh. Rangsangan tersebut diterima oleh reseptor saraf (saraf penerima rangsangan) tersebut langsung dikirim ke otak. Sinyal yang dikirim langsung ke otak dapat melepaskan ketegangan dan memulihkan keseimbangan seluruh tubuh (Suntara, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Hartutik dan Suratih (2017) menunjukkan

bahwa rata-rata hasil pengukuran tekanan darah setelah diberikan pijat refleksi kaki pada penderita hipertensi primer mengalami penurunan yang signifikan dari 154,6/94,1 mmHg menjadi 128,6/80,0 mmHg, sedangkan pada kelompok kontrol hanya mengalami penurunan sedikit dari 153,6/94,5 menjadi 152,3/92,3 mmHg. Penelitian lain dilakukan oleh Nugroho (2018) yang menunjukkan bahwa pijat refleksi kaki lebih efektif menurunkan tekanan darah dibandingkan hipnoterapi.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hartutik dan Suratih (2017) dimana dalam penelitian tersebut menggunakan lansia sebagai responden penelitian sedangkan dalam penelitian ini peneliti mengambil responden adalah pasien hipertensi derajat I. Berdasarkan uraian latar belakang peneliti tertarik mengangkat masalah dengan judul “Penerapan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Masalah Perfusi Perifer Tidak Efektif Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Jeruk Legi I”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan asuhan keperawatan pasien hipertensi dengan penerapan pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Jeruk Legi I.

2. Tujuan Khusus

a. Memaparkan hasil pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah risiko perfusi perifer tidak efektif di Puskesmas Jeruk

Legi I.

- b. Memaparkan hasil diagnosa keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah risiko perfusi perifer tidak efektif di Puskesmas Jeruk Legi I.
- c. Memaparkan hasil intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah risiko perfusi perifer tidak efektif di Puskesmas Jeruk Legi I.
- d. Memaparkan hasil implementasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah risiko perfusi perifer tidak efektif di Puskesmas Jeruk Legi I.
- e. Memaparkan hasil evaluasi keperawatan pada hipertensi dengan masalah risiko perfusi perifer tidak efektif di Puskesmas Jeruk Legi I.
- f. Memaparkan hasil analisis inovasi keperawatan EBP sebelum dan sesudah pemberian pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Jeruk Legi I.

C. Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners

Manfaat yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Keilmuan

Hasil KIAN diharapkan dapat menambah pengetahuan perawat tentang penerapan pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah risiko perfusi perifer tidak efektif pada pasien hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas Jeruk Legi I

Hasil KIAN diharapkan dapat sebagai bahan masukan dan evaluasi yang diperlukan dalam pelaksanaan praktik pelayanan pada pasien hipertensi dalam masalah risiko perfusi perifer tidak efektif dengan memberikan atau melakukan pijat refleksi kaki.

b. Bagi Perawat

Hasil KIAN ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi profesi keperawatan dalam mengembangkan wawasan dan pengetahuan khususnya tentang pentingnya pemberian pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan masalah risiko perfusi perifer tidak efektif.

c. Bagi Penulis

Hasil KIAN diharapkan dapat menambah pengetahuan dan menerapkan teori yang didapat peneliti tentang pemberian pijat refleksi kaki untuk mengatasi masalah risiko perfusi perifer tidak efektif pada pasien hipertensi.

d. Bagi Universitas Al-Irsyad Cilacap

Bagi pendidikan keperawatan diharapkan hasil yang didapat dalam penelitian ini dapat menambah bahan bacaan tentang pemberian pijat refleksi kaki untuk mengatasi masalah risiko perfusi perifer tidak efektif pada pasien hipertensi.

e. Bagi Pasien

Hasil KIAN diharapkan pasien hipertensi mendapat asuhan keperawatan yang efektif, efisien dan sesuai dengan standar asuhan keperawatan yaitu peningkatan tekanan darah sehingga dapat mengurangi komplikasi lain atau gejala lain akibat timbulnya peningkatan tekanan darah.

