

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit kronis dengan peningkatan tekanan pembuluh darah arteri. Hipertensi saat ini mengalami peningkatan prevalensi dan membutuhkan perawatan jangka panjang. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik >140 mmHg dan tekanan darah diastolik >90 mmHg. (Ernawati.dkk 2020)

Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah secara abnormal, baik tekanan diastol maupun tekanan sistol. Menurut WHO batas normal tekanan darah adalah 120-140 mmHg tekanan sistol dan 80-90 mmHg tekanan distol. Seseorang dinyatakan mengidap hipertensi bila tekanan darahnya > 140/90 mmHg, Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang diderita sebagian besar masyarakat dan seringkali tidak dikeluhkan, oleh karena itu disebut sebagai *silent killer*. Faktor yang mempengaruhi hipertensi adalah usia, genetika, dan lingkungan yang mempengaruhi keselamatan manusia sehingga menyebabkan peningkatan insiden dan morbiditas angka kematian (Yanti, 2019).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu kondisi dimana aliran darah meningkat secara kronis. Hal ini terjadi karena jantung bekerja lebih cepat memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi di dalam tubuh, Hipertensi kini telah menjadi penyakit degeneratif yang diturunkan kepada anggota keluarga yang memiliki riwayat penyakit hipertensi dan cenderung meningkat pada usia 50 tahun (Arum, 2019). Degeneratif adalah suatu proses penurunan fungsi sel saraf secara bertahap tanpa diketahui penyebabnya, dan terdapat faktor utama yang mempengaruhi perubahan degeneratif, yaitu kebiasaan makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, merokok, paparan penyakit degeneratif,

serta usia, dan peningkatan kecemasan (Ariyani, 2020). Kecemasan dapat menyebabkan tekanan darah tinggi melalui aktivitas sistem saraf simpatis yang menyebabkan peningkatan tekanan darah secara intermiten (Rizal et dkk., 2021). Jika kecemasan terus berlanjut maka tekanan darah akan tetap tinggi sehingga menyebabkan komplikasi hipertensi lebih cepat (Wijaya dkk., 2022).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2023 menyatakan bahwa hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian diseluruh dunia yang diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia antara 30 dan 79 tahun di seluruh dunia menderita tekanan darah tinggi, yang sebagian besar (dua pertiganya) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. World Health Organization (WHO) juga menyatakan bahwa 46% orang dewasa dengan tekanan darah tinggi tidak mengetahui bahwa mereka mengidap penyakit tersebut, dan kurang dari separuh orang dewasa dengan tekanan darah tinggi (42%) didiagnosis dan diobati. Hanya sekitar 1 dari 5 (21%) orang dewasa dengan tekanan darah tinggi yang dapat mengontrol tekanan darahnya. Atas dasar inilah WHO menetapkan salah satu tujuan global untuk penyakit tidak menular mengurangi prevalensi tekanan darah tinggi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO, 2023). Kasus hipertensi menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Didiagnosis hipertensi, hanya 36,8% yang mengonsumsi obat. Jumlah penderita hipertensi di seluruh dunia terus meningkat setiap tahunnya. Diperkirakan pada tahun 2025, 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi dan setiap tahunnya 9,4 juta orang akan meninggal karena hipertensi dan komplikasinya (Suprayitno & Huzaimah, 2020). Sedangkan dari data WHO didukung oleh data Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) bahwa di Indonesia 1,7 juta kematian di Indonesia dengan faktor risiko yang menyebabkan kematian adalah tekanan darah tinggi (hipertensi) sebesar 23,7%, hiperglikemia sebesar 18,4%, merokok sebesar 12,7% dan obesitas sebesar 7,7%.

Menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%. Diperkiraan jumlah kasus Hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi Hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan (Kemenkes RI, 2019)

Wilayah DKI Jakarta menduduki peringkat ke-9 sebagai provinsi dengan jumlah kasus tekanan darah tinggi terbanyak yaitu mencapai 2.163.132 kasus. Menurut data Dinas Kesehatan DKI Jakarta pada tahun 2021, terdapat 252,553 penderita hipertensi di daerah Jakarta Timur. Hal ini menempatkan Jakarta Timur pada peringkat pertama dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi dibandingkan dengan kota lainnya se DKI Jakarta (Neva.Azzahra et, dkk, 2023) Data Puskesmas Cipayung (2023), daerah kecamatan Cipayung sebanyak 22.883 kasus, sedangkan di kelurahan pondok ranggon sebanyak 2.386 kasus hipertensi, yaitu laki-laki mencapai 8.775 kasus dan perempuan mencapai 14.108 kasus.

Hipertensi dapat dikendalikan dengan mengendalikan faktor risiko, faktor yang dapat mempengaruhi hipertensi adalah usia, genetika, stres, obesitas dan gaya hidup tidak sehat Individu yang tidak dapat mengontrol tekanan darahnya dan tidak berobat secara teratur berisiko terkena komplikasi penyakit ini, dampak hipertensi jika tidak terkontrol dengan baik akan beresiko. menimbulkan komplikasi masalah kesehatan lainnya seperti penyakit ginjal ,penyakit jantung, penyakit arteri koroner dan stroke. Iswati (2022) Menurut data Studi International Health Metrics Monitoring And Evaluation (IHME), kematian terutama disebabkan oleh hipertensi yang mengakibatkan stroke, diikuti oleh penyakit jantung iskemik atau berkurangnya aliran darah ke miokardium (otot jantung) yang menyebabkan nyeri dada bagian tengah (IHME, 2019). Stroke dan penyakit jantung iskemik juga

menduduki peringkat teratas penyakit yang mengakibatkan kelumpuhan. Itulah sebabnya hipertensi harus diwaspadai, karena akibat hipertensi dapat terjadi gangguan pada keseimbangan fisiologi tubuh, yang dapat berujung pada stroke dan serangan jantung.

Maka dari itu untuk mencegah terjadinya komplikasi, Perawat sebagai salah satu petugas kesehatan menjalankan peran nya hal yang dapat dilakukan secara komprehensif baik secara promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. (febryanto et dkk, 2019). Adapun peran perawat dalam promotif yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya komplikasi, yaitu memberikan pendidikan kesehatan kepada klien tentang pengertian, etiologi, manifestasi klinis, klasifikasi, dan komplikasi dari hipertensi. Peran perawat dalam upaya preventif yaitu mengurangi konsumsi garam, tidak merokok dan menghindari asap rokok, diet dengan gizi seimbang, mempertahankan berat badan ideal dan menghindari alkohol. Peran perawat dalam upaya kuratif yaitu perawat berkolaborasi dengan dokter dalam pemberian farmakologi, sebagai penanganan awal yaitu dengan pemberian obat antihipertensi seperti amlodpine, catopril, metmorfin serta perawat dapat menganjurkan pengobatan non farmakologi atau komplementer salah satunya dengan memberikan terapi foot massage. Peran perawat pada upaya rehabilitatif yaitu dengan memberikan asuhan pasca pembedahan yaitu dengan mengganti balutan. Untuk peran rehabilitatif, klien biasanya memerlukan rehabilitasi seperti terapi fisik, terapi wicara, dan terapi okupasi. Selain itu, rehabilitasi psikologis, seperti berbagi rasa, motivasi, dan terapi perjalanan, diperlukan untuk mencegah penderita merasa tidak berguna dan membebani keluarga. (Widyarani, 2020).

Foot Massage merupakan terapi komplementer yang aman dan mudah, terapi ini dilakukan pada telapak kaki dimana merupakan ujung saraf yang dapat dirangsang dengan pijatan lembut. Manfaat *Foot Massage* adalah meredakan nyeri pada tubuh, memperlancar aliran darah, meningkatkan daya tahan tubuh, menurunkan kadar hormon kortisol, merelaksasikan otot, membantu mengatasi stress, menurunkan ketegangan otot dan mendatangkan rasa nyaman, sehingga dapat menurunkan tekanan darah dan juga dapat mengurangi ketergantungan

terhadap obat-obatan. (Wahyudin, 2021). *Foot Massage* bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, mengurangi aktivitas jantung saat memompa dan mengurangi penyempitan dinding arteri halus sehingga tekanan pada dinding pembuluh darah menurun dan aliran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah menurun (Patria, 2019).

Penelitian terkini menunjukkan bahwa *Foot Massage* efektif menurunkan tekanan darah. Penelitian pada sekelompok orang dewasa penderita hipertensi, menunjukkan bahwa *Foot Massage* efektif menurunkan tekanan darah sebelum dan sesudah pengobatan (Patria, 2019). Penelitian lain terhadap lansia yang mendapat *Foot Massage* juga menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik lebih banyak dibandingkan dengan lansia yang tidak mendapat intervensi (Wahyudin, 2021). Melakukan *Foot Massage* yang dilakukan secara rutin sesuai standar operasional prosedur yang diberikan, telah memberikan dampak baik bagi penderita hipertensi. penderita hipertensi dilaporkan merasa lebih rileks, mampu melakukan aktivitas, nyaman tanpa mengeluh nyeri, kekakuan otot berkurang, dan tekanan darah sistolik dan diastolik stabil. Penelitian lain dilakukan oleh Wahyudin (2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik menurun dari 174,5 mmHg menjadi 149,5 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik menurun dari 98 mmHg menjadi 91 mmHg. Hasil statistik uji T tidak berpasangan (independent sample t-test) diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), artinya terdapat perbedaan pengaruh foot massage terhadap tekanan darah sistol dan diastol . penderita hipertensi yang diberikan intervensi foot massage dan yang tidak mendapatkan intervensi di kelurahan Karamat kota sukabumi. (Wahyudin, 2021)

Berdasarkan hasil penelitian Di wilayah Jakarta Selatan dengan Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan sampel 1 orang yang dilakukan selama 3 hari berturut – turut selama 30 menit dengan 12 langkah pada setiap kaki dengan durasi 15 menit pada kaki kanan

dan 15 menit pada kaki kiri. Hasil setelah pemberian *Foot Massage* terdapat penurunan tekanan darah dari hari pertama sampai hari ketiga, rata-rata tekanan sistolik turun sebesar 6,4 mmHg dan diastolic turun sebesar 5mmHg. Hal tersebut menunjukkan adanya keefektifan *Foot Massage* terhadap penurunan tekanan darah. Melalui penelitian ini, *Foot Massage* menjadi alternatif solusi terhadap upaya penurunan tekanan darah secara non-farmakologi. (Amira. H, 2023)

Setelah dilakukan penatalaksanaan keperawatan berupa terapi *foot massage* selama 3hari berturut turut dengan durasi 10-15 menit setiap kali tindakan, maka didapatkan hasil bahwa terapi *foot massage* secara rutin dapat menurunkan tekanan darah klien. Hal ini dibuktikan dengan pengukuran tekanan darah yang dilakukan pada hari ketiga didapatkan hasil terjadinya penurunan tekanan darah sebanyak 18 mmHg pada tekanan darah sistolik dan 10mmHg pada tekanan darah diastolik, serta klien juga mengatakan bahwa kakinya terasa lebih nyaman dan rileks. (Zaura,T ,2023)

Berdasarkan data diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Asuhan Keperawatan Dengan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan darah Tinggi Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Pondok Ranggon Kecamatan Cipayung Jakarta Timur”

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah Asuhan Keperawatan dengan menerapkan Terapi *Foot Massage* dalam penurunan tekanan darah tinggi pada klien Hipertensi di kecamatan Cipayung?

1.3 Tujuan Studi Kasus

1.3.1 Tujuan Umum

Menggambarkan asuhan keperawatan dengan pemberian Terapi *Foot Massage* terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada klien dengan Hipertensi di Kelurahan Pondok Ranggon Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada klien dengan Hipertensi.
- b. Memprioritaskan diagnosa keperawatan pada klien dengan Hipertensi.
- c. Menyusun rencana tindakan pada klien dengan Hipertensi.
- d. Melakukan tindakan keperawatan pada klien dengan Hipertensi.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada klien dengan Hipertensi.
- f. Mendokumentasikan asuhan keperawatan.
- g. Membandingkan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan tindakan keperawatan *Foot Massage* kepada pasien Hipertensi

1.4 Manfaat Studi Kasus

1.4.1 Pelayanan dan Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam meningkatkan kemampuan dan kemandirian pasien serta keluarga melalui pemberian terapi *Foot Massage* dalam penurunan tekanan darah tinggi pada klien Hipertensi.

1.4.2 Bagi Perkembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Menambah wawasan ilmu dan teknologi terapan bidang keperawatan dalam menurunkan tekanan darah tinggi pada klien hipertensi dengan menerapkan terapi *Foot Massage*

1.4.3 Penulis

Memperoleh pengalaman serta pengetahuan dalam mengaplikasikan prosedur terapi *Foot Massage* pada asuhan keperawatan pada klien Hipertensi

1.5 Ruang Lingkup

Pada penyusunan karya tulis ilmiah ini penulis memberikan ruang lingkup penelitian, yaitu Asuhan Keperawatan dengan menerapkan terapi *Foot Massage* terhadap tekanan darah pada klien hipertensi di Kecamatan Cipayung Jakarta Timur pada bulan Mei