

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal dalam jangka waktu yang lama. Jika diukur dengan tensimeter hasil pengukuran tekanan darahnya menunjukkan 140/80 mmHg (Sunanto, 2009). Menurut World Health Organization (WHO) (2012) dalam Purwanto, 2012) hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat di dunia dan berkaitan erat dengan pola perilaku hidup masyarakat. Sampai saat ini hipertensi masih tetap menjadi masalah karena beberapa hal, antara lain meningkatkan prevalensi hipertensi, masih banyak pasien hipertensi yang belum mendapatkan pengobatan maupun yang sudah diobati tetapi tekanan darah belum mencapai target, serta adanya penyakit penyerta dan komplikasi berupa kerusakan organ target, terutama pada jantung dan pembuluh darah yang memperburuk prognosis pasienhipertensi.

Menurut WHO (2012) dalam (Purwanto, 2012) angka kejadian hipertensidiseluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% penghuni bumi mengidap penyakit hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% ditahun 2025 dari 172 juta mengindap penyakit hipertensi 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara sedang berkembang, termasuk Indonesia. Berdasarkan riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur 18 tahun sebesar 25,8% tertinggi di Bangka Belitung (30,9%), diikuti Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) dari jumlah penduduk, dan Jawa Barat (29,4%). Kaliman
14 Timur adalah Provinsi ketiga yang penduduknya cukup banyak mengalami penyakit hipertensi dan harus segera ditangani.

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya pada tahun 2022 dan 2023 hipertensi pada urutan ke empat darisepuluh besar penyakit. Pada tahun 2022 jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Tasikmalaya adalah 68.119 jiwa. Pada tahun 2023 (Juli-Desember) jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Tasikmalaya adalah 69.235 jiwa.

Peningkatan curah jantung dapat terjadi karena adanya peningkatan denyut jantung, volume sekuncup dan peningkatan curah jantung. Dalam meningkatkan curah jantung, sistem saraf simpatis akan merangsang jantung untuk berdenyut lebih kencang, juga meningkatkan volume sekuncup dengan cara vasokonstriksi selektif pada organ perifer, sehingga darah yang kembali ke jantung lebih banyak (Muttaqin, 2009). Apabila hal tersebut terus menerus maka otot jantung akan menebal (Hipertrofi) dan mengakibatkan fungsinya sebagai pompa menjadi terganggu. Jantung akan mengalami dilatasi dan kemampuan kontraksinya berkurang, akibat lebih lanjut adalah terjadi payah jantung, *infark miokardium* atau gagal jantung (Muhammadun, 2010).

Beberapa faktor dapat menyebabkan terjadinya hipertensi yaitu gaya hidup dengan pola makan yang salah, jenis kelamin, latihan fisik, makanan, stimulant (zat-zat yang mempercepat fungsi tubuh) serta stress (Marliani, 2007). Stress berkaitan dengan hipertensi, Prasetyorini (2012) menyatakan bahwa adanya pengaruh yang signifikan antara tingkat stress terhadap komplikasi pada penderita hipertensi. Menurut Kozier (2010) stress akan menstimulasi sistem saraf simpatis yang meningkatkan curah jantung dan vasokonstriksi arteriol yang kemudian meningkatkan tekanan darah. Penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi sangat berperan untuk dapat mengelola stress dengan baik.

Prinsip penatalaksanaan hipertensi adalah dengan menurunkan tekanan darah dan mencegah terjadinya komplikasi (Guyton, 2007). Penggunaan obat anti hipertensi terbaru dari golongan Angiotensin II *Receptor Blocker* (ARB), misal telmisartan dan irbesartan, juga perlu dipertimbangkan untuk menangani kasus hipertensi. Sangat baik terutama bila dikombinasikan dengan golongan diuretic (Hct). Hal pertama yang harus diperhatikan adalah modifikasi gaya hidup. Faktor kardiovaskuler yang bisa dicegah sebaiknya dihindari, misalnya dengan tidak merokok, mengurangi berat badan bila obesitas, rutin berolahraga, mengontrol kadar lemak dan gula darah serta mengurangi penggunaan garam.

Hipertensi dapat dikontrol dengan terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi non farmakologi adalah terapi pengobatan tanpa menggunakan obat-obatan. Departemen kesehatan mencatat ada 20 jenis pengobatan komplementer, terbagi dalam pendekatan ramuan (aromatherapy, shins), dengan pendekatan rohani dan supranatural (meditasi, yoga, reiki) dan dengan keterampilan (pijat refleksi) (azwar, 2006).

Pijat refleksi adalah terapi yang bersifat holistik. Manfaat pijat terasa pada tubuh, pikiran, dan jiwa. Pijat melancarkan peredaran darah dan aliran getah bening. Efek langsung yang bersifat mekanis dari tekanan secara dramatis meningkatkan tingkat aliran darah. Rangsangan yang ditimbulkan terhadap reseptor saraf juga mengakibatkan pembuluh darah melebar secara refleks sehingga melancarkan aliran darah yang sangat berpengaruh bagi kesehatan (Hadibroto, 2009).

Dari hasil perhitungan yang dilakukan di ruang IGD Nurhayati Garut diagnose pasien hipertensi dari bulan Januari- Mei 2025 berjumlah 228 orang menderita hipertensi (Data Laporan Pasien Ruang Instalasi Gawat Darurat Nurhayati Garut). Berdasarkan data studi pendahuluan yang dilakukan penulis terhadap 4 orang responden yang menderita hipertensi yang dilakukan wawancara dari tanggal 01-03 Juli 2025. Dari 4 responden yang mengalami hipertensi ringan hingga berat mengakui pemberian terapi non farmakologi yang sudah dilakukan adalah dengan teknik relaksasi nafas dalam. Namun pijat refleksi kaki yang dapat menurunkan tekanan darah belum banyak diketahui atau dipopulerkan sebagai bentuk upaya perawat dalam pelayanan kesehatan.

Dalam sebuah penelitian yang diteliti oleh Rindang Azhari Rezky dkk (2015) dengan judul “Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer”, setelah dilakukan penelitian tentang pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa sebagian besar umur yang menderita hipertensi

berada rentang 46-55 tahun (46,7%), mayoritas berjenis kelamin perempuan (83,3%), paling banyak berpendidikan SMP (36,7 %), sebagian tidak bekerja (63,3%). Hasil uji statistik pada kelompok eksperimen dengan menggunakan *uji Dependent T Test* diperoleh *p value* sistol 0,000 dan *p value* diastole 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini berarti terdapat pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Peneliti kemudian membandingkan hasil *post test* antara kelompok kontrol dengan menggunakan uji *Independent T Test* diperoleh hasil nilai *p value* sistol 0,009 dan diastole 0,012 ($p < 0,05$). Hasil ini membuktikan terdapat perbedaan antara *mean post test* antara tekanan darah kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada penelitian ini pijat refleksi dapat menurunkan tekanan darah, namun responden masih dalam kategori hipertensi.

Selama praktik klinik penulis memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan melaksanakan peran perawat sebagai pemberi asuhan keperawatan (*care provider*), peneliti dan pembaharu. Peran perawat dalam pemberi asuhan keperawatan adalah dengan melakukan intervensi keperawatan mandiri dan kolaborasi. Pelaksanaan peran perawat sebagai peneliti diantaranya adalah penulis menerapkan intervensi keperawatan yang didasarkan pada hasil penelitian atau berdasarkan pembuktian (*evidence based*) dan melaksanakan peran pembaharu dalam upaya meningkatkan asuhan keperawatan pada pasien dengan kegawat daruratan sistem kardiovaskuler.

Berdasarkan masalah dan data diatas sebagai bentuk laporan pelaksanaan kegiatan praktik klinik, maka dengan ini penulis menyusun laporan tentang analisis praktik klinik keperawatan penurunsn tekanan darah pada pasien hipertensi dengan terapi refleksi pijat kaki di ruang IGD RSUD Nurhayati, Garut

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah: “Bagaimanakah gambaran analisis

pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan intervensi refleksi pijat kaki terhadap penurunan tekanan darah di Ruang Instalasi Gawat Darurat Nurhayati Garut tahun 2025?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIA-N) ini bertujuan untuk melakukan analisis terhadap kasus kelolaan dengan pasien Hipertensi dengan intervensi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah di Ruang IGD Nurhayati Garut.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis kasus kelolaan dengan diagnosa medis pasien Hipertensi
- b. Menganalisis intervensi pijat refleksi kaki yang diterapkan secara kontinu pada pasien kelolaan dengan diagnosa medis pasien Hipertensi.

1.4 Manfaat Penelitian

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIA-N) ini diharapkan dapat bermanfaat dalam dua aspek, yaitu :

1.4.1 Manfaat Aplikatif

1. Bagi Pasien

Teknik pijat refleksi kaki ini dapat digunakan secara mandiri oleh pasien untuk menurunkan tekanan darah yang dialami.

2. Bagi perawat

Agar mampu melakukan tindakan Asuhan Keperawatan secara komperhensif terhadap diagnosa pasien Hipertensi . dapat menambah ilmu pengetahuan, menjadi salah satu acuan untuk meningkatkan kualitas asuhan keperawatan, serta memperkuat dukungan bagi perawat dalam pelaksanaan teknik pijat refleksi kaki sebagai intervensi keperawatan mandiri dalam masalah penurunan

tekanan darah.

3. Bagi Tenaga Kesehatan Lain

Teknik refleksi pijat kaki ini sebagai salah satu bentuk teknik relaksasi yang dapat diterapkan pada pasien dalam menurunkan tekanan darah.

1.4.2 Manfaat Keilmuan

a. Bagi Penulis

Menambah ilmu pengetahuan dan wawasan dalam penerapan aplikasi yang digunakan dalam penelitian, terutama mengetahui pengaruh teknik refleksi pijat kaki terhadap penurunan tekanan darah pada pasien Hipertensi

b. Bagi Rumah Sakit

Hasil penulisan ini diharapkan dapat meningkatkan peran serta perawat dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi khususnya dalam pelaksanaan teknik refleksi pijat kaki sebagai intervensi keperawatan mandiri.

c. Bagi Pendidik

Memberikan rujukan bagi institusi pendidikan dalam melaksanakan proses pembelajaran bagi mahasiswa dengan melakukan intervensi berdasarkan riset-riset terkini dalam hal ini tentang pelaksanaan teknik refleksi pijat kaki sebagai intervensi keperawatan mandiri dalam penurunan tekanan darah.

d. Pasien dan Keluarga

Untuk meningkatkan pengetahuan keluarga pasien mengenai perawatan pada pasien yang sakit terutama pada penderita sakit Hipertensi.