

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang sangat mengkhawatirkan secara global, dengan jumlah orang yang menderita meningkat hingga dua kali lipat dalam tiga puluh tahun terakhir, mencapai 1,3 miliar orang. Meskipun target penurunan prevalensi telah diintensifkan sejak tahun 2010, efektivitas pengendaliannya pada periode 2010–2020 masih rendah, dengan hanya 21% penderita yang mencapai kontrol tekanan darah secara efektif (WHO, 2023). Signifikansi penanganan kondisi ini semakin kritical mengingat studi pemodelan memprediksi wilayah Asia Tenggara akan menghadapi tekanan beban kasus tertinggi hingga tahun 2040 (Boateng & Ampofo, 2023).

Sejalan dengan tren global tersebut, Indonesia juga menghadapi beban hipertensi yang tinggi. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, terdapat presentase orang dewasa yang berusia  $\geq 18$  tahun dan menderita penyakit hipertensi di Indonesia yang sudah mencapai 34,1%, yang diperoleh melalui pengukuran tekanan darah secara langsung. Tingginya prevalensi ini mengindikasikan bahwa hipertensi masih menjadi permasalahan bidang kesehatan yang signifikan dan memerlukan upaya pengendalian yang

berkelanjutan melalui pendekatan promotif, preventif, dan pengelolaan mandiri oleh penderita (Riskesdas, 2018).

Beban hipertensi di tingkat nasional tersebut juga tercermin di Provinsi Jawa Barat. Badan Pusat Statistik (2021) menunjukkan bahwa Jawa Barat termasuk provinsi dengan prevalensi hipertensi yang tinggi di Indonesia. Pada tingkat kabupaten, Kabupaten Garut berdasarkan laporan Open Data Jabar (2025) Dicatat sebagai salah satu wilayah dengan jumlah orang yang menderita hipertensi dan mendapatkan layanan kesehatan terbanyak di Provinsi Jawa Barat. Kondisi tersebut tercermin di wilayah kerja Puskesmas Limbangan, di mana berdasarkan studi pendahuluan peneliti pada 26 Januari 2026 di Dinas Kesehatan Kabupaten Garut, terjadi peningkatan jumlah kasus hipertensi pada periode 2024–2025 dari 2.517 menjadi 3.528 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Garut, 2025).

Dampak dari tingginya prevalensi hipertensi tidak hanya tercermin pada peningkatan angka kejadian, tetapi juga berimplikasi pada penurunan kondisi kesehatan dan kualitas hidup penderita. Hipertensi yang tidak dikelola secara optimal berkontribusi terhadap munculnya komplikasi sistemik yang memerlukan intervensi medis dalam jangka waktu panjang, sehingga berkontribusi terhadap peningkatan beban pelayanan kesehatan dan biaya perawatan. Selain itu, kondisi ini juga berdampak pada penurunan produktivitas penderita akibat keterbatasan aktivitas sehari-hari (WHO, 2023). Di Indonesia, pengendalian hipertensi masih menghadapi tantangan, salah satunya terkait rendahnya kepatuhan penderita dalam menjalani pengobatan

dan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, di mana sebagian penderita merasa sudah sehat sehingga tidak melakukan kontrol secara teratur (Risksdas, 2018).

Pengelolaan hipertensi tidak dapat hanya mengandalkan terapi farmakologis semata, mengingat keberhasilan pengendalian tekanan darah sangat dipengaruhi oleh kepatuhan dan keterlibatan aktif pasien dalam perawatan jangka panjang. Oleh karena itu, berbagai pendekatan nonfarmakologis dikembangkan sebagai bagian dari manajemen hipertensi, seperti modifikasi gaya hidup, pengaturan aktivitas fisik, dan terapi komplementer. Pendekatan ini dinilai penting karena bersifat suportif terhadap terapi medis serta mendorong kemandirian pasien dalam mengelola kesehatannya (Ojangba *et al.*, 2023).

Dari berbagai pendekatan tersebut, terapi komplementer menjadi alternatif yang relevan untuk dikembangkan dalam praktik keperawatan. Salah satu bentuk terapi komplementer yang berpotensi membantu pengendalian tekanan darah adalah akupresur. Terapi ini dilakukan melalui pemberian tekanan pada titik-titik tertentu yang berkaitan dengan mekanisme regulasi fisiologis tubuh, sehingga dapat meningkatkan relaksasi, memperbaiki sirkulasi darah, dan membantu menurunkan tekanan darah (Zubaidah *et al.*, 2021). Keunggulan terapi akupresur terletak pada sifatnya yang non-invasif, aman, serta relatif mudah dipahami dan dilakukan secara mandiri oleh pasien di rumah setelah memperoleh edukasi yang memadai. Kondisi ini menjadikan akupresur sebagai alternatif terapi yang praktis dan ekonomis, khususnya bagi

penderita hipertensi yang memiliki keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan secara rutin (Aminuddin *et al.*, 2020). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa akupresur dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga bisa digunakan sebagai bagian dari pengelolaan mandiri. (Saputra *et al.*, 2023).

Meskipun akupresur memiliki potensi dalam membantu pengendalian tekanan darah, implementasinya di masyarakat belum berjalan secara optimal. Hal ini disebabkan oleh berbagai kendala, terutama terkait dengan keterbatasan pengetahuan pasien mengenai lokasi titik akupresur yang tepat serta teknik penekanan yang benar. Sebagian pasien cenderung hanya melakukan pijat umum tanpa memahami titik saraf yang spesifik (Aminuddin *et al.*, 2020). Kondisi ini diperburuk oleh dominasi metode edukasi lisan yang memiliki keterbatasan retensi ingatan, di mana pasien dapat melupakan 40% hingga 80% informasi medis segera setelah penyuluhan berakhir (Lyu *et al.*, 2024). Oleh karena itu, diperlukan media edukasi yang efektif untuk mendukung pasien dalam memahami serta menerapkan terapi akupresur secara mandiri dengan teknik yang tepat dan sesuai prosedur.

Berdasarkan kondisi tersebut, pelaksanaan akupresur secara mandiri menjadi relevan sebagai bagian dari strategi pemberdayaan pasien dalam pengelolaan hipertensi jangka panjang. Hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengendalian berkelanjutan, sehingga intervensi yang hanya bergantung pada kunjungan fasilitas kesehatan belum cukup untuk menjamin stabilitas tekanan darah (WHO, 2023). Akupresur dipilih

untuk dilakukan secara mandiri karena bersifat non-invasif, relatif aman, mudah dipelajari, serta memungkinkan pasien melakukan terapi secara rutin di rumah setelah mendapatkan edukasi yang tepat (Aminuddin *et al.*, 2020; Zubaidah *et al.*, 2021). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa praktik self-acupressure efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi (Yasa *et al.*, 2024). Pendekatan akupresur mandiri sejalan dengan teori Self-Care dari Dorothea Orem yang menekankan kemampuan individu dalam melakukan perawatan diri untuk mempertahankan kesehatan. Dalam konteks ini, perawat berperan sebagai edukator dan fasilitator yang memberikan dukungan agar pasien mampu melakukan teknik akupresur secara mandiri dan benar (Orem, 2001).

Kemampuan pasien dalam melakukan perawatan diri tersebut menjadi penting karena pengendalian tekanan darah yang optimal berperan dalam mempertahankan kondisi fisik dan mencegah terjadinya komplikasi. Hipertensi yang tidak terkontrol diketahui meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular yang dapat berdampak pada penurunan kapasitas aktivitas dan kualitas hidup (WHO, 2023). Oleh karena itu, meskipun penelitian ini berfokus pada luaran klinis berupa perubahan tekanan darah, intervensi yang diberikan tetap diarahkan untuk mendukung kemandirian pasien dalam pengelolaan hipertensi.

Untuk mendukung proses edukasi tersebut, diperlukan media yang mampu membantu pasien memahami dan mempraktikkan teknik akupresur secara tepat. Salah satu media edukasi yang berpotensi mendukung

keberhasilan pelaksanaan terapi akupresur secara mandiri adalah penggunaan video animasi. Media ini memungkinkan penyampaian informasi prosedural secara lebih jelas melalui kombinasi *audio* dan *visual*, sehingga dapat membantu pasien memahami urutan tindakan dan titik penekanan akupresur dengan lebih tepat. Tinjauan sistematis oleh Hansen *et al.*, (2024) menunjukkan bahwa penggunaan media animasi dapat menurunkan beban kognitif serta meningkatkan daya ingat pasien terhadap instruksi medis. Dalam penelitian ini, video animasi diposisikan sebagai media pendukung yang berfungsi membantu pasien melakukan terapi akupresur secara mandiri dengan teknik yang benar, bukan sebagai intervensi utama. Meskipun berbagai penelitian telah melaporkan bahwa terapi akupresur efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah (Aminuddin *et al.*, 2020; Zubaidah *et al.*, 2021), kajian mengenai penerapan akupresur mandiri yang disertai pendampingan edukasi melalui video animasi masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh intervensi akupresur mandiri dengan pendampingan edukasi video animasi terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan di atas, masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut : apakah ada pengaruh intervensi akupresur mandiri dengan pendampingan edukasi video animasi terhadap tekanan darah pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limbangan?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh intervensi akupresur mandiri dengan pendampingan edukasi video animasi terhadap tekanan darah pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limbangan.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limbangan yang meliputi usia, jenis kelamin, status pekerjaan, tingkat aktivitas fisik, dan indeks massa tubuh (IMT).
- b. Mengidentifikasi rata-rata tekanan darah sistolik pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limbangan sebelum dilakukan intervensi akupresur mandiri dengan pendampingan edukasi video animasi.
- c. Mengidentifikasi rata-rata tekanan darah diastolik pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limbangan sebelum dilakukan intervensi akupresur mandiri dengan pendampingan edukasi video animasi.
- d. Mengidentifikasi rata-rata tekanan darah sistolik pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limbangan sesudah dilakukan intervensi akupresur mandiri dengan pendampingan edukasi video animasi.
- e. Mengidentifikasi rata-rata tekanan darah diastolik di wilayah kerja Puskesmas Limbangan pada pasien hipertensi sesudah dilakukan

intervensi akupresur mandiri dengan pendampingan edukasi video animasi.

- f. Menganalisis perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah dilakukan intervensi akupresur mandiri dengan pendampingan edukasi video animasi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limbangan.
- g. Menganalisis perbedaan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah dilakukan intervensi akupresur mandiri dengan pendampingan edukasi video animasi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Limbangan.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini dapat berperan dalam memperluas landasan teoritis dalam ilmu keperawatan, khususnya pada bidang keperawatan medikal bedah dan keperawatan komplementer. Hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan ilmiah mengenai efektivitas terapi akupresur sebagai intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki implikasi terhadap meningkatnya kemandirian masyarakat dalam manajemen kesehatan

secara mandiri (*self-management*), khususnya dalam mengontrol tekanan darah melalui teknik akupresur yang benar. Media video animasi memudahkan masyarakat memahami dan mengingat prosedur terapi dibandingkan metode lisan konvensional, sehingga meminimalkan kesalahan dalam penekanan titik akupresur. Selain itu, intervensi ini menjadi alternatif terapi komplementer yang praktis dan ekonomis untuk membantu menurunkan risiko komplikasi serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

b. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan memberi kontribusi bagi institusi pelayanan kesehatan, khususnya Puskesmas, dalam mengembangkan dan memperluas penerapan intervensi nonfarmakologis bagi pasien hipertensi. Video animasi dapat dimanfaatkan sebagai alat bantu edukasi kesehatan agar informasi teknik akupresur tersampaikan secara konsisten dan akurat. Dengan demikian, institusi dapat mengoptimalkan program pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui pemberdayaan masyarakat berbasis media edukasi yang aplikatif.

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian**

No	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil
1.	Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi	Adi Saputra, Sintiya Halisy Pebriani, Abdul Tafdhila, Abdul Syafe'i (2023)	<i>Quasy Experimental (one group pretest-posttest)</i> . Sampel: 20 responden di Asy-Syaafi Holistic Center.	Terdapat penurunan signifikan pada tekanan darah sistolik ( $p=0,000$ ) dan diastolik ( $p=0,002$ ). Rata-rata sistolik turun dari 154 mmHg ke 141 mmHg.
2.	Terapi Akupresur Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi	Arfiyan Sukmadi, La Ode Alifariki, Ida Mardhiah Arfini Kasman A, Heriviyatno J Siagian (2021)	<i>Quasi-experimental (one group pre &amp; post-test)</i> . Sampel: 15 responden penderita hipertensi.	Rata-rata sistolik turun dari 164,02 ke 144,38 mmHg. Rata-rata diastolik turun dari 95,94 ke 87,46 mmHg ( $p < 0,05$ ).
3.	Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Setelah Diberikan Terapi Akupresur	Aminuddin, Yulianus Sudarman, Moh Syakib (2020)	<i>Quasi Experiment (One group Pre-post test)</i> . Sampel: 30 responden di Puskesmas Mamboro.	Uji <i>Wilcoxon</i> menunjukkan nilai $p=0,000$ . Sistolik turun 10,34 mmHg dan diastolik turun 6,34 mmHg secara rata-rata.
4.	<i>Self-administered Acupressure at The Taichong Point Reduces Blood Pressure in Hypertensive Patients</i>	I Dewa Putu Gede Putra Yasa, I Wayan Sukawana, I Wayan Surasta, & I Gusti Ayu Ari Rasdini(2024)	<i>Pre-eksperimental (one-group pretest-posttest)</i> dengan 38 responden	Penurunan tekanan darah signifikan ( $p < 0,0001$ ) Akupresur mandiri pada titik <i>Taichong</i> secara substansial menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi primer

No	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil
5.	<i>The Effectiveness of Acupressure Therapy in Lowering Blood Pressure in patients with hypertension</i>	Zubaidah, Insana Maria, Rusdiana, Iis Rusdiana, Pusparina, Raihana Norfitri (2021)	<i>Pre-experimental design (Pre-Post test One Group) dengan consecutive sampling. Sampel: 15 responden.</i>	Hasil uji <i>Paired T-Test</i> menunjukkan p-value 0,003 (Sistolik) dan 0,002 (Diastolik), membuktikan efektivitas akupresur.
6.	<i>Self-Acupressure to Lower Blood Pressure on Older Adults with Hypertension</i>	Agus Citra Dermawan, Santun Setiawati, & Raden Siti Maryam (2019)	<i>quasi-experimental dengan pre-test dan post-test 36 responden di Puskesmas Cilincing.</i>	Terdapat perbedaan signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik di kelompok intervensi sebelum dan sesudah dilakukan <i>self-acupressure</i> ( <i>p-value</i> = 0,000).
7.	Efektivitas Media Video Animasi Penyuluhan Kesehatan Tentang Inspeksi Visual Asam Asetat (IVA) Terhadap Minat Wanita Usia Subur (WUS) Dalam Deteksi Dini Kanker Serviks	Putri Yosepin Hutagalung, Sri Utami, Herlina (2023)	<i>Quasi eksperimen dengan desain pretest-posttest pada wanita usia subur. Intervensi menggunakan media video animasi.</i>	Video animasi efektif meningkatkan minat WUS melakukan pemeriksaan IVA ( $p < 0,05$ ).
8.	<i>Effectiveness of Social Media &amp; Animation Video Based Education Increasing Knowledge and Self Care Activity of Type 2 Diabetes Mellitus</i>	Khaira Rizki, Yadi Putra, Ulfa Mahira (2024)	<i>Quasi eksperimen pretest-posttest pada 97 pasien DM tipe 2 menggunakan edukasi video animasi berbasis media sosial. Analisis: uji Wilcoxon dan Paired T-Test.</i>	Video animasi meningkatkan pengetahuan dan aktivitas perawatan diri secara signifikan ( $p < 0,05$ ).

No	Judul Penelitian	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil
9.	Efektivitas Penggunaan Media Video Animasi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Masyarakat mengenai Tuberkulosis Paru	Azzah Nur Muthiah, Rosni Lubis, Eros Siti Suryati, Wahyudin Rajab, Herlyssa (2025)	<i>Pre-eksperimental</i> dengan desain <i>one group pretest-posttest</i> pada masyarakat menggunakan media video animasi. Analisis: uji <i>Wilcoxon</i> dan <i>Chi-Square</i> .	Video animasi meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat tentang TB Paru ( $p < 0,05$ ).
10.	Efektivitas Media Penyuluhan Video Animasi dan Leaflet terhadap Pengetahuan dan Kadar Hemoglobin pada Siswi dengan Anemia	Sartono, Ahmad Sadiq, Devy Kartika Sari (2024)	<i>Quasi eksperimen</i> dengan desain <i>pretest-posttest group design</i> pada 70 siswi anemia yang dibagi menjadi kelompok video animasi dan leaflet. Analisis menggunakan uji <i>t</i> .	Video animasi lebih efektif meningkatkan pengetahuan dibanding leaflet ( $p < 0,05$ ).