# BAB I

# PENDAHULUAN

## Latar Belakang

Penyakit hipertensi merupakan Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi masalah serius karena prevalensi penyakit ini terus meningkat setiap tahunnya. Hipertensi sering juga disebut sebagai *The Silent Killer* karena penyakit ini merupakan pembunuh tersembunyi, di mana orang yang menderita penyakit hipertensi tidak mengetahui dirinya terkena hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darah nya atau pada saat sudah terjadi komplikasi, dan komplikasi yang ditimbulkan akibat hipertensi yaitu stroke, pada hipertensi kronik, infark miokard, dan gagal ginjal jika terjadi kerusakan akibat tekanan yang tinggi pada kapiler-kapiler ginjal.

Hipertensi sangat berbahaya bagi kesehatan, dengan tidak adanya tanda dan gejala yang ditimbulkan akan menjadi ancaman bagi penderita. Dengan demikian, penderita harus memeriksakan kesehatan nya secara rutin agar tidak menimbulkan berbagai komplikasi yang nantinya akan mengancam jiwa penderita.

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia sebanyak 34,1% angka ini meningkat 8,3% dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2013. Hipertensi lebih banyak diderita oleh perempuan (36,85%) dibandingkan dengan laki-laki (31,34%), pada wilayah perkotaan penyakit hipertensi lebih tinggi (34,43%) dibandingkan dengan pedesaan (33,73%), dan seiring dengan pertambahan umur pada kelompok usia 55-64 tahun empat kali lebih tinggi mengalami hipertensi dibandingkan dengan kelompok usia 18-24 tahun.

Prevalensi hipertensi di Jawa Barat pada tahun 2019 sebesar 39,6% mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya 2018 yaitu 34,5%. Berdasarkan pemeriksaan tekanan darah di Provinsi Jawa Barat, hipertensi banyak terjadi pada umur > 60 tahun (17,2%) (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2020 dalam Jurnal Wahyudin, 2021). Menurut Hasil Laporan Dinkes Kabupaten Cirebon (2018) di Puskesmas Kabupaten Cirebon Tahun 2018 jumlah kasus Hipertensi Primer (Essensial) di kunjungan rawat jalan Puskesmas sebanyak 58.271 (4,12%) dari semua kasus yang berkunjung ke rawat jalan Puskesmas. Tahun 2017 sebanyak 61.802 (4,35%). Berdasarkan laporan Program PTM dengan penatalaksanaan program dilaporkan kasus Hipertensi sebanyak 55.666 dari jumlah yang dilakukan pengukuran sebanyak 341.808 (Suhaeni, 2018).

Prevalensi hipertensi berdasarkan dari beberapa data yang sudah disebutkan di atas akan terus meningkat setiap tahunnya, dengan demikian dapat dilihat hipertensi bukan hanya disebabkan oleh faktor genetik, tetapi juga dapat ditimbulkan dari beberapa faktor lain, seperti gaya hidup yang tidak sehat, kebiasaan merokok, olahraga yang tidak rutin, konsumsi makanan yang tinggi garam, lemak dan juga faktor usia.

Hipertensi perlu mendapatkan perhatian khusus dan penanganan yang komprehensif mulai dari usaha preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif. Penanganan komprehensif ini bertujuan untuk memperlancar aliran darah di dalam tubuh sehingga gangguan penyakit hipertensi termasuk penyerta dan komplikasinya dapat di minimalisir. Pelaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu pelaksanaan secara farmakologis dan non farmakologis. Pelaksanaan farmakologis yaitu meminum obat anti hipertensi. Sedangkan pelaksanaan secara non farmakologis yaitu merubah pola makan dan gaya hidup seperti membatasi konsumsi garam, kopi, lemak, menjaga berat badan, olahraga, tidak stres, dan terapi komplementer salah satunya pijat refleksi kaki (Yonata & Pratama, 2016).

Pijat refleksi kaki memiliki pengaruh untuk memperlancar aliran darah dan cairan tubuh pada bagian-bagian tubuh yang berhubungan dengan titik saraf kaki yang dipijat. Sirkulasi darah yang lancar akan memberikan efek relaksasi sehingga tubuh mengalami kondisi seimbang. Manfaat lain dari pijat refleksi kaki adalah mencegah berbagai penyakit, meningkatkan daya tahan tubuh, membantu mengatasi stress, membantu penyembuhan penyakit kronis, menurunkan tekanan darah dan mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan. Teknik-teknik dasar yang sering dipakai dalam pijat refleksi diantaranya; teknik menekan dan menahan pada titik saraf kaki yang dipijat. (Wahyuni, 2014 dalam Jurnal Aryanto dkk, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian Rezky, dkk (2015) di Wilayah Kerja Puskesmas Lima Puluh Pekanbaru menyatakan bahwa adanya perubahan tekanan darah dari pelaksanaan pijat refleksi kaki yang dilakukan pada kategori lansia awal (46-55 tahun) sebanyak 30 responden dengan mayoritas jenis kelamin perempuan sebanyak 25 orang . Responden dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi (kelompok yang diberikan pelaksanaan) dan kelompok kontrol (kelompok yang tidak diberikan pelaksanaan). Tindakan dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan durasi 15 menit. Hasil yang diperoleh rata-rata tekanan darah sistole sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat refleksi kaki pada kelompok intervensi adalah 158,66 mmHg menjadi 152,37 mmHg. Hasil lain diperoleh rata-rata tekanan darah diastole sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat refleksi adalah 94,17 mmHg menjadi 90,73 mmHg.Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Umamah & Shinta (2019) di Wilayah Karangrejo Timur Wonokromo Surabaya yang menyatakan bahwa pijat refleksi kaki efektif untuk penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang dilakukan pada 18 orang. Responden dengan jenis kelamin perempuan 12 orang dan jenis kelamin 6 orang dengan usia 36-59 tahun . Tekanan darah yang sebelum diberikan di berikan pijat refleksi kaki yaitu 140-159 mmHg/90-99 mmHg sedangkan sesudah diberikan pijat refleksi kaki yakni menjadi <130 mmHg/<85 mmHg, intervensi ini dilakukan selama 3 kali dalam 1 minggu dengan durasi 10 menit setiap tindakan. Hal tersebut diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyudin (2021) dengan jumlah 40 responden kategori lansia berusia 60-70 tahun yaitu 19 orang, untuk kategori jenis kelamin perempuan yaitu 12 orang sedangkan pada responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 11 orang, intervensi ini dilakukan selama 3 minggu sebanyak enam sesi dengan lama pemijatan selama 30 menit dilakukan dua kali seminggu. Hasil dari setelah dilakukannya pijat refleksi kaki ini dapat mengurangi nyeri dan bahkan bisa menurunkan tekanan darah dengan hasil yang didapat sebelum dilakukannya intervensi adalah 174,5 mmHg/98 mmHg sedangkan hasil yang didapat sesudah intervensi adalah 149 mmHg/91 mmHg.

Kesimpulan dari tiga hasil penelitian di atas menunjukkan responden dengan jenis kelamin perempuan yang banyak mengalami hipertensi. Dengan demikian, penulis ingin mengetahui respon dari penderita hipertensi dengan jenis kelamin perempuan setelah dilakukannya pijat refleksi kaki.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis perlu untuk melakukan studi kasus yang berjudul “Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penderita Hipertensi Pada Keluarga Tn. D dan Tn. A di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangjawa Kabupaten Cirebon”.

## Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut, dapat dirumuskan permasalahan yaitu “Bagaimana Pelaksanaan Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penderita Hipertensi Pada Keluarga Tn. D dan Tn. A di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangjawa Kabupaten Cirebon?”

## Tujuan Penelitian

### Tujuan Umum

### Setelah melakukan studi kasus penulis mampu melaksanakan Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penderita Hipertensi Pada Keluarga Tn. D dan Tn. A di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangjawa Kabupaten Cirebon.

### Tujuan Khusus

Setelah melakukan studi kasus pada penderita hipertensi dengan fokus pada intervensi pijat refleksi kaki penulis dapat :

1. Mengidentifikasi respon sebelum dilakukan terapi pijat refleksi kaki terhadap penderita hipertensi pada keluarga Tn. D dan Tn. A di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangjawa Kabupaten Cirebon.
2. Mengetahui respon setelah dilakukan terapi pijat refleksi kaki terhadap penderita hipertensi pada keluarga Tn. D dan Tn. A di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangjawa Kabupaten Cirebon.
3. Membandingkan respon di antara dua penderita hipertensi pada keluarga Tn. D dan Tn. A dengan diberikannya terapi pijat refleksi kaki.

## Manfaat Penelitian

### Manfaat Teoritis

### Hasil studi kasus laporan penelitian ini diharapkan dapat berguna dalam mengembangkan ilmu pengetahuan keperawatan tentang Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penderita Hipertensi Pada Keluarga Tn. D dan Tn. A di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangjawa Kabupaten Cirebon.

### Manfaat Praktis

1. Bagi Penderita/Keluarga

Hasil studi kasus dari pelaksanaan terapi pijat refleksi kaki ini dapat menjadi sarana untuk menambah pengetahuan bagi penderita dan keluarga, sehingga penderita dan keluarga dapat menerapkan terapi ini agar tekanan darah dalam batas normal.

1. Bagi Puskesmas

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat digunakan oleh program penanganan hipertensi melalui terapi non farmakologis seperti pijat refleksi kaki untuk penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangjawa.

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan sebagai bahan bacaan dan masukan yang dapat dimanfaatkan sebagai acuan dalam proses pembelajaran khususnya pada intervensi keperawatan pada penderita hipertensi.

1. Bagi Penulis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat berguna sebagai ilmu pengetahuan dan pengalaman yang berharga untuk menambah wawasan mengenai intervensi keperawatan yaitu penerapan pijat refleksi kaki untuk penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangjawa.