

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Lanjut usia adalah bagian proses tumbuh kembang. Pada lansia mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial. Salah satu contoh kemunduran fisik pada lansia adalah rentannya lansia terhadap penyakit, khususnya penyakit degeneratif yaitu hipertensi. Hipertensi dikenal juga dengan sebutan tekanan darah tinggi, hipertensi ini terjadi apabila peningkatan tekanan darah sistol dan diastol secara konsisten di atas 140/90 mmHg (Potter & Perry, 2010). Hipertensi dapat menyerang berbagai kalangan dimasyarakat dari tingkat sosial tinggi hingga menengah kebawah selain itu, meningkatnya usia pada seseorang beresiko untuk menderita hipertensi akan semakin besar dan karena pengaruh usia seseorang terhadap kemunculan stres juga sering terjadi. Pada lansia yang mengalami hipertensi biasanya mengalami peningkatan kekakuan pembuluh darah arteri dan energi di dalam tubuh tidak lancar (Muttaqin, 2014).

Meningkatnya prevalensi kasus hipertensi di beberapa Negara berkembang akibat meningkatnya kemakmuran negara, perubahan gaya hidup terutama kota besar sebagaimana penelitian epidemiologi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan angka insidensi dan prevalensi hipertensi di berbagai penjuru dunia. Menurut WHO (2011) ada 1 milyar orang di dunia menderita hipertensi dan dua per-tiga diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah – sedang prevalensi hipertensi diperkirakan akan terus meningkat, dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di

seluruh dunia menderita hipertensi. Presentase hipertensi di provinsi Jawa Timur (2016) sebesar 13,47% atau sekitar 935.736 penduduk dengan proporsi laki – laki sebesar 13,78% (387,913 penduduk) dan perempuan sebesar 13,25% (547.823 penduduk).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 04 September 2018 di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya sebanyak 128 lansia sedangkan yang mengalami tekanan darah tinggi sebanyak 40 lansia.

Penyebab hipertensi pada orang dengan lanjut usia adalah terjadinya perubahan – perubahan pada elastisitas dinding aorta menurun, katub jantung menebal dan menjadi kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun 1% setiap tahun sesudah berumur 20 tahun kemampuan jantung memompa darah menurun menyebabkan menurunnya kontraksi dan volumenya, kehilangan elastisitas pembuluh darah, hal ini terjadi karena kurangnya efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi, meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer. Adapun faktor – faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi pada lansia antara lain stress, merokok, minum alkohol, obesitas, minum kopi, konsumsi garam kurang dari 2300 mg per hari atau kurang dari 1500 mg pada penderita hipertensi (Aminuddin, 2015).

Penatalaksanaan hipertensi secara umum dilakukan dengan dua cara yaitu secara farmakologis dan non – farmakologis. Pengobatan farmakologis saat ini dapat dijadikan pilihan alternatif karena biayanya relatif murah, tidak ada bahaya efek samping. Pada saat obat anti – hipertensi diperlukan, pengobatan non – farmakologi dapat digunakan sebagai pelengkap untuk

mendapatkan efek pengobatan yang lebih baik yaitu penatalaksanaan non – farmakologis salah satunya adalah dengan pijat refleksi kaki.

Pijat refleksi kaki atau sering disebut dengan pijat refleksiologi adalah jenis pengobatan yang mengadopsi kekuatan dan ketahanan tubuh sendiri, dengan cara memberikan sentuhan pijatan pada lokasi dan tempat yang sudah dipetakan sesuai pada zona terapi (Pamungkas, 2010). Menurut peneliti Marisna (2017) dilakukan studi tekanan darah tinggi dapat dikurangi dengan pijat refleksi kaki dimana terapi ini dapat mengalami perubahan tekanan darah tinggi dari penelitian ini dijelaskan bahwa penderita hipertensi setelah diberikan intervensi tekanan darah bisa menurunkan tekanan darah sistole dan diastole, menurunkan kadar hormon stres kortisol membuat rasa rileks pada tubuh sehingga tekanan darah dapat menurun dan memperbaiki fungsi tubuh. Pijat melancarkan peredaran darah, rangsangan yang ditimbulkan terhadap reseptor saraf juga mengakibatkan pembuluh darah melebar secara refleks sehingga melancarkan aliran darah yang sangat berpengaruh bagi kesehatan (Hadibroto, 2006).

Hasil penelitian yang dilakukan Nugroho IA (2012) menyimpulkan bahwa pijat refleksi kaki bisa menurunkan tekanan darah pada tekanan sistolik 135 mmHg dan diastolik 80 mmHg pada hasil perhitungan menggunakan perhitungan U – Test yang mengatakan bahwa hasil penelitiannya adalah ada hubungan pijat refleksi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Teknik pemijatan berdampak terhadap lancarnya sirkulasi aliran darah, menyeimbangkan aliran energi didalam tubuh serta mengendurkan ketegangan otot. Meskipun teknik pemijatan tidak akan

berdampak banyak pada penderita hipertensi berat, tetapi beberapa penelitian telah membuktikan bahwa masase dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan dan sedang (Dalimartha, 2008).

Berdasarkan keterangan perawat yang bekerja di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya belum ada intervensi teknik pijat refleksi kaki oleh perawat dalam memberikan asuhan keperawatan. Pada lansia yang mengalami hipertensi biasanya mengalami peningkatan kekakuan pembuluh darah arteri dan energi di dalam tubuh tidak lancar, maka dibutuhkan terapi non farmakologis yaitu dengan cara pijat refleksi kaki dimana pijat ini akan dapat memberikan perasaan rileks dan segar .Sebaiknya memilih pengobatan secara herbal atau terapi pijat refleksi kaki agar terhindar dari efek samping obat yang mengandung bahan kimia dan hindari konsumsi garam berlebih, jauhi rokok dan alkohol, olahraga teratur, hindari stress dan mengkonsumsi makanan dengan pola gizi yang seimbang, oleh karena itu peneliti ingin meneliti pemberian pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah tinggi pada lansia di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya.

1.2. Pertanyaan Penelitian

Apakah pemberian pijat refleksi kaki dapat mengalami perubahan tekanan darah tinggi pada lansia ?

1.3. Objektif

- 1) Mengidentifikasi tekanan darah tinggi sebelum dilakukan teknik pijat refleksi kaki
- 2) Mengidentifikasi respon lansia dalam pelaksanaan terapi pijat refleksi kaki dalam perubahan tekanan darah tinggi

- 3) Mengidentifikasi tekanan darah tinggi sesudah dilakukan teknik pijat refleksi kaki

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjelaskan bahwa teknik pijat refleksi kaki dapat mengalami perubahan hipertensi sehingga dapat digunakan sebagai kerangka dalam pengembangan ilmu keperawatan dalam penerapan fisik yang berhubungan dengan perubahan tekanan darah tinggi.

1.4.3. Manfaat Praktis

- 1) Bagi Institusi Pelayanan

Pelaksanaan hasil pijat refleksi kaki diharapkan sebagai sumbangan pikiran serta bahan evaluasi bagi tenaga kesehatan di UPTD Griya Werdha sebagai ujung tombak pelayanan tingkat dasar untuk menerapkan therapy non farmakologis yang efektif dalam perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi.

- 2) Bagi Lansia

Dari hasil penelitian diharapkan pasien dapat mengetahui kegunaan dan manfaat pijat refleksi kaki dan mampu melaksanakan pijat refleksi kaki

- 3) Penelitian Keperawatan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai informasi tambahan maupun data awal untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pemberian pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi