

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan distolik sedikitnya 90 mmHg (Nurarif, 2016). Hipertensi menjadi salah satu penyakit yang sering dijumpai di Indonesia. Faktor yang mempengaruhi tekanan darah tinggi adalah faktor genetik, jenis kelamin, usia, obesitas, konsumsi garam dan minuman alkohol. Dampak hipertensi pada pasien antara lain penyakit kardiovaskuler, stroke dan sebagainya. Upaya non farmakologi yang dapat dilakukan pada penderita hipertensi meliputi teknik mengurangi stress, penurunan berat badan, pembatasan alkohol, natrium, tembakau (kafein), olahraga, relaksasi, akiupressure, intervensi lain yang dapat dilakukan untuk menurunkan hipertensi adalah pijat kaki (Sari, 2014). Langkah pertama dalam perawatan hipertensi adalah terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Di dalam penelitian Sari (2014) di dapatkan tekanan darah sistole sebelum dilakukan perlakuan refleksi pijat kaki mempunyai rata-rata sebesar 172,60mmHg, tekanan darah sistole sesudah dilakukan perlakuan mempunyai rata-rata sebesar 148,00 mmHg, perbedaan tekanan darah sistole sebelum dan sesudah perlakuan refleksi pijat kaki mempunyai hasil yang signifikan.

Kejadian hipertensi di seluruh dunia mencapai lebih dari 1,3 milyar orang, yang mana angka tersebut menggambarkan 31% jumlah penduduk dewasa di dunia yang mengalami peningkatan sebesar 5,1% lebih besar dibanding prevalensi global (WHO, 2018). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2017 menunjukkan Hipertensi Provinsi Jawa Timur, persentase hipertensi sebesar 20,43% atau sekitar 1.828.669 penduduk, dengan proporsi laki-laki sebesar 20,83% (825.412 penduduk) dan perempuan sebesar 20,11% (1.003.257 penduduk), (Dinkes Propinsi Jawa Timur, 2017). Berdasarkan data rawat inap di Puskesmas Galis Pamekasan Bulan

Januari dan Pebruari Tahun 2020 sebanyak 16 pasien dan 25% atau sebanyak 6 pasien dengan diagnosa hipertensi, data diambil di Puskesmas Galis disamping lokasi berdekatan dengan peneliti dan juga pasien bersedia diberikan terapi pijat kaki sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian di lokasi tersebut. Pasien yang diteliti tidak pernah melakukan terapi alternatif lain, hanya terapi farmakologi.

Hipertensi muncul karena ada peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan distolik sedikitnya 90 mmHg, dampaknya jika hipertensi tidak diatasi maka akan timbul berbagai macam penyakit lainnya diantaranya stroke, diabetes, dan gagal ginjal. Organ yang terkait dengan penyakit fatal ini adalah jantung, saat jantung bekerja diperlukan tekanan untuk memompa. Ketika jantung berkontraksi, akan terjadi suatu gelombang tekanan cairan dalam arteri (pembuluh darah). Tekanan pada dinding arteri ini yang dikenal sebagai tekanan darah. Tubuh akan mengontrol tekanan darah, jika tekanan darah terlalu tinggi sistem saraf otonom akan melepaskan suatu zat neurotransmitter yang menyebabkan relaksasi otot hingga menurunkan tekanan darah. Ginjal yang mengeluarkan air dari darah untuk membantu pengaturan tekanan darah. Jika tekanan darah terhitung terlalu tinggi, maka hormon yang diproduksi tubuh untuk memacu ginjal mengeluarkan lebih banyak air dari darah juga akan meninggi.

Pengobatan hipertensi dilakukan dengan dua cara, yaitu pengobatan secara nonfarmakologis dan farmakologis. Pengobatan farmakologis dengan meminum obat antihipertensi. Pengobatan non farmakologis yaitu lebih menekankan pada perubahan pola makan dan gaya hidup seperti mengurangi konsumsi garam, mengendalikan berat badan, mengendalikan minum kopi, membatasi konsumsi lemak, berolahraga secara teratur, menghindari stress, terapi komplementer (terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi progresif, meditasi, akupunktur, akupresur,

aromaterapi, refleksiologi, dan bekam. Pijat menjadi pilihan karena tindakan ini aman bagi pasien karena bukan tindakan invasif dan mudah dilakukan oleh trafis (Lukman, 2020).

Pijat memberikan rangsangan berupa tekanan pada syaraf tubuh manusia. Biasanya, pemijatan akan memberikan tekanan pada titik tangan atau kaki. Rangsangan tersebut diterima oleh reseptor saraf (saraf penerima rangsangan). Rangsangan yang diterima ini akan diubah oleh tubuh menjadi “aliran listrik”. Aliran tersebut kemudian akan menjalar ke sumsum tulang belakang. Dari sumsum tulang belakang akan diteruskan ke bagian otak dan otot. Pijat refleksi membantu mengurangi gejala penyakit lever, ginjal, jantung, tekanan darah tinggi, dan hampir semua penyakit yang dikenal manusia (Lukman, 2020)

Pijat juga merupakan pengobatan holistik berdasarkan prinsip bahwa terdapat titik atau area pada kaki, tangan, dan telinga yang terhubung ke bagian tubuh atau organ lain melalui sistem saraf. Pijat di titik atau area tersebut akan merangsang pergerakan energi di sepanjang saluran saraf yang akan membantu mengembalikan homeostasis (keseimbangan) energi tubuh. Stres, cedera, atau gangguan penyakit dapat menyebabkan keseimbangan energi tubuh terganggu.

Terapi pijat kaki dapat meningkatkan aliran darah, kompresi pada otot merangsang aliran darah vena dalam jaringan subkutan dan mengakibatkan retensi darah menurun dalam pembuluh perifer dan peningkatan drainase getah bening. Selain itu juga dapat menyebabkan pelebaran arteri yang meningkatkan suplai darah ke daerah yang sedang dipijat, juga dapat meningkatkan pasokan darah dan meningkatkan efektivitas kontraksi otot serta membuang sisa metabolisme dari otot-otot sehingga membantu mengurangi ketegangan pada otot, merangsang relaksasi dan kenyamanan sehingga dapat tekanan darah dalam kondisi normal (Ariyani, 2015)

Pada penelitian Lukman tahun 2020 menunjukkan Pijat refleksi kaki menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Tekanan darah yang turun terjadi pada sistolik dan diastolik, baik

pada hipertensi primer, sekunder, serta pada lansia.. Peneliti kemudian membandingkan hasil Rerata tekanan darah sistolik sebelum dan setelah tindakan pijat refleksi berturut-turut 148,44 ( $\pm$  4,527) dan 143,50 ( $\pm$  8,633). Sementara rerata tekanan darah diastolik sebelum dan setelah adalah 95,72 ( $\pm$  2,886) dan 91,06 ( $\pm$  5,252). Hasil ini membuktikan terdapat perbedaan antara mean posttest antara tekanan darah kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada penelitian ini pijat dapat menurunkan tekanan darah, namun reponden masih dalam kategori hipertensi.

Pada penelitian Udani tahun 2016 menunjukkan ada pengaruh yang bermakna pada tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pijat. Hal tersebut dapat terjadi diperkirakan karena memberikan efek relaksasi dari pijat pada tangan dan kaki (ekstremitas) yang diberikan selama 15 menit pada penderita hipertensi di UPTD Panti Tresna Werdha, durasi pemberian pijat dianggap terlalu singkat sehingga ditemukannya pengaruh yang kurang maksimal bermakna padahasil penelitian. Hal ini juga dikarenakan frekuensi pemberian intervensi hanya 1 kali sehingga dianggap terlalu singkat, dimana efek dari relaksasi yang akan ditimbulkan dari tindakan pijat perlu ada modifikasi terapi yang lain sehingga dapat memberikan perbedaan sebelum dan setelah pemberian pijat dengan obat hipertensi dan dapat terlihat secara signifikan.

Berdasarkan masalah yang terjadi diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Studi Kasus Pelaksanaan Pijat Kaki Untuk Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi Di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan.

## **1.2 Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diambil pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Bagaimana Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi sebelum diberikan pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan ?

2. Bagaimana respon pasien dengan Hipertensi saat pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan?
3. Bagaimana Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi sesudah diberikan pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan ?

### **1.3 Objektif**

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diambil pertanyaan penelitian sebagai berikut :

1. Mengidentifikasi Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi sebelum diberikan pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan
2. Mengidentifikasi respon pasien dengan Hipertensi saat pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan
3. Mengidentifikasi Tekanan Darah Pada Pasien Pasien Dengan Hipertensi sesudah diberikan pelaksanaan Pijat Kaki di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan

### **1.4 Manfaat Penelitian**

1. Secara Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan sebagai penambahan informasi ilmiah tentang pengaruh pijat kaki terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Praktisi

Memberi informasi ilmiah tentang profil pasien hipertensi di Ruang Rawat Inap Puskesmas Galis Pamekasan yang dapat digunakan sebagai acuan dalam peningkatan

pelayanan dan perbaikan kinerja dalam penanganan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan metode pijat kaki.

b. Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan

Dapat digunakan oleh tenaga kesehatan dan peneliti lain untuk memberikan perhatian lebih dan solusi dalam penanganan tekanan darah dalam rangka menurunkan angka morbiditas dan mortalitas akibat hipertensi

c. Bagi Pasien

Dengan penelitian ini diharapkan dengan perlakuan pijat kaki pada pasien hipertensi dapat memberikan kenyamanan serta tujuan yang diharapkan pasien bisa tercapai yaitu menurunkan tekanan darah.

d. Bagi Puskesmas

Diharapkan dengan hasil penelitian ini dapat meningkatkan mutu pelayanan Puskesmas dengan pelayanan manajemen penanganan tekanan darah dengan pemberian terapi non farmakologi salah satunya dengan pijat kaki.