

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Berdasarkan survey *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2015-2018, menunjukkan bahwa penderita hipertensi di dunia mencapai 1,3 miliar, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Penderita hipertensi semakin meningkat setiap tahunnya, di perkirakan pada tahun 2025 mencapai 1,5 miliar menderita hipertensi dengan perkiraan 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi setiap tahunnya (Ainun et al., 2021).

Komplikasi akibat hipertensi yang tidak lekas ditangani yakni kerusakan jantung, henti jantung, stroke, dan juga kematian. Komplikasi hipertensi menimbulkan 9,4% kematian di segala dunia setiap tahunnya. Hipertensi menimbulkan paling tidak 45% kematian sebab penyakit jantung serta 51% kematian sebab penyakit stroke. Kematian dengan penyebab kendala kardiovaskuler paling utama penyakit I asomot serta stroke diperkirakan hendak bertambah menggapai 23,3 juta kematian pada tahun 2030 (Gide et al., 2020)

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah sistole lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan diastole lebih dari 90 mmHg (Gide et al., 2020). Hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi 2 macam yaitu hipertensi esensial dan non esensial, Hipertensi esensial merupakan tekanan darah tinggi yang saat ini belum diketahui penyebabnya secara pasti. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi esensial terdiri dari faktor I asomot, stress, dan psikologi, faktor lingkungan, aktivitas fisik (Putra, 2018)

Hipertensi dapat disertai gejala maupun tanpa gejala yang memberi ancaman terhadap I asomotor secara terus-menerus. Gejala yang sering muncul berupa nyeri kepala atau rasa berat pada tengkuk vertigo, merasa selalu berdebar-debar, merasa mudah Lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging, serta dapat mengalami mimisan. Penderita hipertensi diperlukan adanya kepatuhan perawatan diri meliputi diet rendah garam,

mengurangi konsumsi alkohol, tidak merokok, olahraga atau Latihan fisik (Ainurrafiq et al., 2019).

Penatalaksanaan hipertensi meliputi terapi farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi atau penggunaan obat anti hipertensi seperti captopril, amlodhiphine, dan obat-obatan lainnya yang dapat menjadi pilihan, penatalaksanaan hipertensi kedua yaitu non-farmakologi dengan mengurangi asupan garam, diet, olahraga, berhenti merokok, dan *massage therapy* yang salah satunya adalah pijat kaki atau *foot massage* (Iswati, 2022).

Foot massage adalah salah satu terapi komplementer yang saat ini digunakan untuk hipertensi, *Massage* merupakan terapi paling efektif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, karena dapat menimbulkan efek relaksasi pada otot-otot yang kaku sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah menurun secara stabil. (Ardiansyah. & Huriah, 2019)

Foot massage juga mempunyai efek meningkatkan sirkulasi, mengeluarkan sisa metabolisme, meningkatkan rentang sendi, mengurangi rasa sakit dan memberikan rasa nyaman pada pasien. *Foot massage* bertujuan untuk menurunkan tekanan darah. mengurangi kegiatan jantung dalam memompa. dan mengurangi mengerut dinding-dinding pembuluh nadi halus sehingga tekanan darah pada dinding-dinding pembuluh darah berkurang dan aliran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah akan menurun (Ainun et al., 2021).

Foot massage juga terbukti bisa menurunkan stress psikologis, sehingga terapi ini bisa memberikan efek relaksasi pasien hipertensi. Pasien dengan hipertensi cenderung mengalami kenaikan tekanan darah yang bisa disebabkan oleh faktor psikologis yang akan merangsang pengeluaran hormon stress cortisol sehingga tekanan darah meningkat. Secara fisiologis terapi *foot massage* mempunyai pengaruh secara langsung terhadap elastisitas dinding pembuluh darah, *foot massage* merupakan teknik manipulasi jaringan lunak melalui tekanan dan Gerakan.

Teknik ini dapat dilakukan pada seluruh tubuh maupun bagian tertentu salah satunya kaki (Chanif & Khoiriyah, 2016).

Menurut penelitian Rindang Azhari Rezky, Yesi Hasneli,(2017) bahwa *foot massage* dapat menurunkan tekanan darah sistol sebesar 23,5 mmHg dan Diastol sebesar 8,42 mmHg setelah dilakukan *foot massage* didapatkan beberapa orang mengatakan badan lebih ringan dan sakit kepala berkurang. Refleksi ini dapat memberikan rangsangan relaksasi yang mampu memperlancar aliran darah dan cairan tubuh pada bagian-bagian tubuh yang berhubungan dengan titik syaraf kaki yang dipijat. Sirkulasi darah yang akan memberikan efek relaksasi sehingga tubuh mengalami kondisi seimbang.

Menurut peneliti Ainun et al., (2021) hasil pemeriksaan pada peserta yang hipertensi dan rutin melaksanakan terapi *foot massage* mengalami penurunan dan cenderung stabil. *Massage* memberikan relaksasi yang dalam dikarenakan sistem syaraf simpatis yang mengalami penurunan aktivitas dan dapat mengakibatkan penurunan tekanan darah, *message* juga merupakan suatu bentuk latihan pasif yang mampu meningkatkan sirkulasi darah pada tubuh.

Penelitian yang dilakukan Indriani, Y, W & Irawan, A, (2020) *foot massage* dapat dilaksanakan selama 15-30 menit sebanyak 3x dalam 1 minggu terbukti berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah, cara non farmakologis yang mudah dan aman untuk merendahkan tekanan darah pada penderita hipertensi caranya yaitu *foot massage*. Memotivasi pasien hipertensi untuk menjaga dan melakukan pengontrolan tekanan darah kepada petugas kesehatan dengan teratur.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di kp. Selajambu RW 05 terdapat pasien hipertensi. Pasien Ny.N sudah memiliki riwayat penyakit hipertensi sejak 10 tahun yang lalu. Ny. N mengatakan sebelum mengalami hipertensi jarang berolahraga.

Berdasarkan uraian latar belakang, penulis tertarik untuk mengambil judul “Penerapan *Foot Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Karawang Desa Warnasari Kecamatan Sukabumi Kabupaten Sukabumi”.

B. Tujuan Penulisan Karya Tulis Ilmiah

1. Tujuan Umum

Tujuan penulisan karya Tulis Ilmiah ini untuk mengetahui penerapan *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas karawang Desa warnasari Kecamatan Sukabumi kabupaten sukabumi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi terhadap penurunan tekanan darah.
- b. Mampu merumuskan Diagnosa keperawatan pada pasien hipertensi terhadap penurunan tekanan darah.
- c. Mampu mendeskripsikan rencana keperawatan pada pasien hipertensi terhadap penurunan tekanan darah.
- d. Mampu mendeskripsikan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi terhadap penurunan tekanan darah.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi terhadap penurunan tekanan darah.
- f. Mamapu membandingkan konsep dan kenyataan pada pasien hipertensi terhadap penurunan tekanan darah.

C. Manfaat Penulisan

1. Bagi Penulis

Diharapkan penulisan ini dapat memberikan penerapan *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas Karawang Desa warnasari Kecamatan Sukabumi kabupaten Sukabumi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari penulisan ini dapat dijadikan sumber pengetahuan dan wawasan bagi dalam pemberian asuhan keperawatan dalam