

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO), lansia itu adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok pada manusia yang telah masuk ke tahap akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut dengan *Anging Process* atau biasa disebut penuaan. Menurut UU nomor 13 Tahun 1998, Lansia yaitu individu baik perempuan atau laki-laki yang masih bisa bekerja maupun yang sudah tidak bisa beraktifitas yang telah berusia 60 tahun atau bahkan lebih. (Manafe & Berhimpon, 2022).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Ananda, 2022).

Sebagai negara berkembang, Indonesia mengalami *triple burden disease*, yaitu adanya kembali penyakit menular lama, munculnya penyakit menular baru, dan adanya peningkatan penyakit degeneratif. Terdapat berbagai macam faktor risiko penyakit degeneratif, salah satunya adalah hipertensi. Saat ini terdapat 600 juta penduduk dunia yang mengalami hipertensi, 3 juta diantaranya meninggal setiap tahunnya dan 7 dari 10 pasien belum

mendapatkan pengobatan yang layak (Mafaza, Wirjatmadi and Adriani, 2018). Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian secara global. Kejadian hipertensi terus meningkat setiap tahun, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Dewi, dkk. 2018)

Data Riskesdas tahun 2018 menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, sedangkan hipertensi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%), 65-74 tahun (63,2%). Penyakit terbanyak pada lanjut usia di Indonesia adalah penyakit hipertensi yang menempati posisi pertama dengan presentase umur 55-64 tahun, 55,2%, umur 65-74 tahun 63,2%, umur di atas 75 tahun semakin meningkat 69,5% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang, Kabupaten dan Kota yang memiliki angka tertinggi penderita hipertensi yaitu Kabupaten 50 Kota 33,5%, Kota Bukittingi 30,8%, Kota Padang 28,5%, Kota Solok 25%, dan Kabupaten Padang Pariaman 20,2% (Dinkes Kota Padang, 2019).

Data Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) kesehatan menyebutkan bahwa biaya pelayanan hipertensi mengalami peningkatan setiap tahunnya yaitu pada tahun 2016 sebesar 2,8 Triliun rupiah, tahun 2017 dan tahun 2018 sebesar 3 Triliun rupiah (Kemenkes RI, 2018).

Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) merupakan masalah kesehatan utama di negara maju maupun negara berkembang dan menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat (Kemenkes RI, 2018).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi disebut *silent killer* karena sifatnya asimtomatik adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang di tunjukan oleh angka sistolik dan angka diastole pada pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa cuff air raksa ataupun digital lainnya (Islani, 2021).

Meningkatnya angka kejadian dan kematian hipertensi dapat menurunkan kualitas hidup sehingga membutuhkan pengobatan dan perawatan baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Pengobatan farmakologis merupakan pengobatan dengan menggunakan obat-obatan yang dapat membantu menurunkan dan menstabilkan tekanan darah. Pengobatan non farmakologis digunakan sebagai pelengkap terhadap efek pengobatan obat anti hipertensi (Dalimartha et.al, 2008). Pengobatan non farmakologis yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi meliputi teknik mengurangi stres, penurunan berat badan, pembatasan alkohol, natrium dan tembakau, olahraga atau latihan, relaksasi, dan akupresur dan salah satunya pijat refleksi telapak kaki untuk menurunkan tekanan darah.

Pijat refleksi adalah suatu praktik memijat titik-titik tertentu pada tangan dan kaki yang dapat mempelancar aliran darah, menurunkan kadar

norefineprin, hormon kortisol, ketegangan otot, sehingga dapat menurunkan stres yang secara tidak langsung menurunkan tekanan darah. Disisi lain pijat refleksi juga bermanfaat untuk kesehatan yaitu mencegah berbagai penyakit, meningkatkan daya tahan tubuh, meringankan gejala migrain, membantu penyembuhan penyakit kronis, dan mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan (Wahyuni, 2014).

Hal ini sejalan dengan penelitian Rindang & Yesi (2015), di Pekanbaru menyatakan bahwa pemberian terapi pijat refleksi telapak kaki efektif untuk menurunkan tekanan darah dengan p-value 0,001 yang artinya ada pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. Sependapat dengan hasil penelitian Hartati & Suratih (2017), pemberian terapi pijat refleksi telapak kaki efektif dalam menurunkan tekanan darah dengan $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan diterima yang artinya ada pengaruh pemberian pijat refleksi telapak kaki. Pemberian pijat refleksi telapak kaki semakin efektif didukung dengan melibatkan peran serta perawat untuk menerapkan pijat refleksi telapak kaki kepada anggota lansia yang mengalami hipertensi.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Lukman & Sumitro (2020) menjelaskan bahwa Hasil penelitian melibatkan 10 orang laki-laki dan 8 orang perempuan, pada tabel 1 dipaparkan bahwa rerata usia responden 54,22 ($\pm 7,216$) dengan rerata lama menderita hipertensi 3,78 ($\pm 1,865$) tahun. 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) (Tabel 2). Hasil penelitian ini menunjukkan tindakan pijat refleksi kaki berpengaruh terhadap tekanan darah baik sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi. Hasil tersebut mendukung penelitian yang menerangkan bahwa terapi pijat refleksi kaki berpengaruh terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi primer rentang usia 46 – 55 (46,7%), pada penderita hipertensi sekunder¹⁶, terapi pijat refleksi kaki efektif menurunkan tekanan darah pada lansia. Hasil penelitian perbandingan menunjukkan pijat refleksi lebih efektif dibanding hipnoterapi.

Berdasarkan pengkajian data awal yang dilakukan pada tanggal 22 sampai 27 Juli 2024 dipanti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin terdapat jumlah lansia semuanya ada 73 orang lansia. Didapatkan 19 orang lansia yang mengalami tekanan darah tinggi salah satunya Tn.N dan 53 orang lansia lainnya mengalami tekanan darah normal. Lansia tersebut tidak mengetahui tentang terapi nonfarmakologis untuk menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi melalui terapi pijat refleksi kaki di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik serta studi dokumentasi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalahnya yaitu bagaimana asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah hipertensi melalui

terapi pijat refleksi kaki di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu mengaplikasikan asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi melalui terapi pijat refleksi kaki di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian keperawatan yang komprehensif pada lansia dengan hipertensi melalui terapi pijat refleksi kaki di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024
- b. Mampu menegakkan diagnosa keperawatan pada lansia dengan hipertensi melalui terapi pijat refleksi kaki di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024
- c. Mampu membuat intervensi keperawatan pada lansia dengan hipertensi melalui terapi pijat refleksi kaki di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024
- d. Mampu melaksanakan Implementasi keperawatan pada lansia dengan hipertensi melalui terapi pijat refleksi kaki di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024
- e. Mampu melaksanakan evaluasi pada lansia dengan hipertensi melalui terapi pijat refleksi kaki di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024

- f. Mampu melakukan dokumentasi keperawatan pada lansia dengan hipertensi melalui terapi pijat refleksi kaki di Panti Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2024

D. Manfaat

1. Bagi Institusi Pendidikan

Laporan ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi program studi keperawatan untuk pengembangan ilmu pengetahuan dibidang pendidikan kesehatan. Selain itu diharapkan dapat digunakan sebagai acuan diperpustakaan sehingga berguna untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai masalah hipertensi pada lansia.

2. Bagi Lansia

Lansia yang hipertensi diharapkan bisa mendapatkan pendidikan kesehatan yang tepat, sehingga dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi lansia dalam menurunkan tekanan darah yang tinggi.

3. Bagi Penulis selanjutnya

Laporan ilmiah ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan acuan dan referensi bagi peneliti dan penulis selanjutnya yang akan melakukan penelitian lebih lanjut terkait masalah kesehatan pada lansia hipertensi dengan intervensi terapi pijat reflesi kaki.

4. Bagi Profesi Keperawatan

Laporan ilmiah ini dapat menjadi alternative pemberian asuhan keperawatan lansia dengan tekanan darah yang tinggi dengan memberikan intervensi secara nonfarmakologis salah satunya yaitu terapi pijat refleksi kaki.