

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.

Sehat menurut *World Health Organization* (WHO) adalah suatu keadaan sejahtera yang meliputi fisik, mental dan social yang tidak hanya bebas dari penyakit atau kecacatan. Sedangkan menurut Undang-Undang No. 36 Tahun 2009, yang dimaksud dengan sehat ialah keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk dapat hidup produktif secara social dan ekonomi. (Kemenkes RI, 2019).

Sakit menurut *World Health Organization* (WHO), yakni suatu keadaan yang disebabkan oleh bermacam-macam keadaan, bisa suatu kelainan, atau kejadian yang dapat menimbulkan gangguan terhadap susunan jaringan tubuh manusia, dari fungsi jaringan itu sendiri maupun fungsi keseluruhan dari anggota tubuhnya. Menurut Depkes RI seseorang dikatakan sakit apabila ia menderita penyakit menahun (kronis), atau gangguan kesehatan lain yang menyebabkan aktivitas kerja/kegiatannya terganggu (Kemenkes RI, 2014).

Tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah suatu gejala peningkatan tekanan darah yang berpengaruh pada sistem organ yang lain, seperti stroke untuk otak atau penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung dan otot jantung serta gagal ginjal (Ardiansyah, 2012).

Tekanan darah tinggi (hipertensi) ialah merupakan penyakit yang paling umum di masyarakat dan merupakan salah satu penyebab utama

kematian dini di seluruh dunia. Menurut *World Health Organization* (WHO), batas tekanan darah yang masih dianggap normal ialah kurang dari 130/85 mmHg. Bila tekanan darah sistolik nilainya di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg maka telah dianggap merupakan garis batas hipertensi. Hipertensi juga disebut sebagai *the silent killer* karena penyakit mematikan ini sering sekali tidak menunjukkan gejala atau tersembunyi (Riskesdas, 2013).

Organisasi kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) mengestimasi bahwa saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Dari perkiraan 1,13 miliar orang yang memiliki hipertensi, kurang dari 1 dari 5 yang terkontrol (WHO, 2019).

Menurut catatan Badan Kesehatan Dunia/*World Health Organization* (WHO) tahun 2011, Prevalensi hipertensi akan terus meningkat tajam diprediksikan pada tahun 2025 nanti sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun dan 1,5 juta kematiannya terjadi di Asia Tenggara, yang sepertiga populasinya menderita hipertensi. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dari tahun 2013 yaitu sebanyak 25,8 % menjadi sebesar 34,11%. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa angka prevalensi hipertensi di Provinsi Kalimantan Timur adalah sebesar 39,3% (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi di Kalimantan Timur menjadi penyakit terbanyak yang diderita terutama di Samarinda. Dari data Dinas Kesehatan Samarinda pada tahun 2016, terdapat 5.942 jiwa menderita hipertensi (Kemenkes RI, 2016).

Peningkatan prevalensi penderita hipertensi ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor risiko diantaranya usia, jenis kelamin, riwayat keturunan (genetik), obesitas, ras tertentu, lingkungan, gaya hidup, merokok, stres atau emosi, konsumsi alkohol berlebihan, peningkatan asupan garam, konsumsi lemak yang berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, dan status ekonomi, (Black & Hawks, 2009 ; Helelo, Gelaw, & Adane, 2014).

Penanganan hipertensi secara umum terdiri dari farmakologis dan non farmakologis. Penanganan secara farmakologis terdiri dari pemberian obat yang bersifat diuretik, simpatik, beta blocker dan vasodilator yang memperhatikan tempat, mekanisme kerja obat dan tingkat kepatuhan. Penanganan non farmakologis meliputi penurunan berat badan, olahraga secara teratur, diet rendah garam dan lemak, terapi komplementer. Jenis-jenis terapi komplementer sesuai Permenkes No.1109/Menkes/Per/IX/2007, antara lain diantaranya ialah dengan cara penyembuhan manual yaitu meliputi : chiropractic, healing touch, tui na, shiatsu, osteopati dan pijat. (Kemenkes RI, 2012).

Foot massage / pijat kaki adalah manipulasi jaringan ikat melalui pukulan, gosokan atau meremas untuk memberikan dampak pada peningkatan sirkulasi, memperbaiki sifat otot dan memberikan efek relaksasi (Potter & Perry, 2010). Terapi *foot massage* dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan denyut nadi, dan memberikan efek relaksasi bagi otot-otot yang tegang sehingga tekanan darah dan denyut nadi akan menurun dan mampu memberikan rangsangan yang mampu memperlancar aliran darah (Wahyuni, 2014).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Priyanka, dkk. (2015) dengan judul “*Assess The Effectiveness Of Foot Massage To Change In The Blood Pressure Among Patients With Hypertension In Selected Setting, Chennai*”, menunjukkan bahwa terdapat bukti statistik yang jelas menunjukkan bahwa pijat kaki adalah alternatif terbaik untuk mengurangi tingkat tekanan darah di antara pasien dengan hipertensi. Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani, dkk (2019) dengan judul “*Effect of Foot Massage on Decreasing Blood Pressure in Hypertension Patients in Bontomarannu Health Center*”, yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh intervensi pijat kaki pada penurunan tekanan darah dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan intervensi pijat kaki.

Berdasarkan fenomena masalah dan data diatas penulis tertarik untuk melakukan analisis *literature review* Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “Pengaruh *Foot Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi : *Literature Review*”.

B. Perumusan Masalah.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis menarik rumusan masalah dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini sebagai berikut : “Apakah ada pengaruh *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi”?.

C. Tujuan Penelitian.

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dalam bentuk *literature review* ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

D. Manfaat Penelitian.

Adapun manfaat yang diharapkan dari penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah sebagai berikut;

1. Manfaat Aplikatif.

a. Bagi pasien.

Diharapkan *foot massage* ini dapat digunakan secara mandiri oleh pasien dan keluarga yang menderita hipertensi sebagai alternatif pilihan cara non farmakologi untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi.

b. Bagi profesi perawat.

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat meningkatkan peran serta perawat dalam pemberian asuhan keperawatan dan dapat memberikan pilihan intervensi keperawatan dengan penerapan *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

c. Bagi tenaga kesehatan.

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini diharapkan bisa menjadi kajian dan pemecahan masalah pada pasien dengan hipertensi.

2. Manfaat Keilmuan.

a. Bagi penulis.

Diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan kemampuan penulis dalam melakukan analisis *literature review* terkhusus yang berhubungan dengan pengaruh *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada pasien dengan diagnosa medis hipertensi.

b. Bagi rumah sakit.

Diharapkan dapat dijadikan referensi sebagai salah satu intervensi yang dapat diterapkan dan membantu rumah sakit dalam pemecahan masalah pasien yang mengalami tekanan darah tinggi akibat hipertensi.

c. Bagi institusi pendidikan.

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah wacana kepustakaan serta menjadi rujukan bagi institusi pendidikan dalam melaksanakan proses pembelajaran terhadap mahasiswa mengenai intervensi keperawatan mandiri berdasarkan riset terbaru dalam hal ini tentang pelaksanaan *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada pasien yang mengalami hipertensi.

d. Bagi peneliti selanjutnya.

Diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan atau referensi bagi peneliti selanjutnya untuk pemecahan masalah terutama yang berkaitan dengan masalah tekanan darah tinggi pada pasien dengan diagnosa medis hipertensi.