

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Definisi sehat menurut kesehatan dunia (WHO) tahun 2018 adalah suatu keadaan sejahtera yang meliputi fisik, mental dan sosial yang tidak hanya bebas dari penyakit atau kecacatan. Maka secara analogi kesehatan jiwa pun bukan hanya sekedar bebas dari gangguan tetapi lebih kepada perasaan sehat, sejahtera dan bahagia (*well being*), ada keserasian antara pikiran, perasaan, perilaku, dapat merasakan kebahagiaan dalam sebagian besar kehidupannya serta mampu mengatasi tantangan hidup sehari-hari.

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di dunia, karena hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia (WHO, 2018).

Penyakit tidak menular ini sering disebut “The silent killer” atau “pembunuh senyap” karena muncul tanpa keluhan, sehingga diperkirakan 46% penderitanya tidak sadar sedang mengalami hipertensi (Kemenkes RI, 2018).

Penyakit 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, 2016).

Penyakit tekanan darah tinggi atau hipertensi juga merupakan salah satu jenis penyakit pembunuh paling dahsyat didunia saat ini. Usia merupakan salah satu factor risiko hipertensi yang lebih banyak dijumpai bahwa penderita penyakit tekanan darah tinggi atau hipertensi pada usia senja (Anggraeni, 2017).

Hipertensi dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu hipertensi primer dan sekunder. 90% dari semua kasus hipertensi adalah primer. Tidak ada penyebab yang jelas tentang hipertensi primer, namun ada beberapa teori yang menunjukkan bahwa faktor genetik dan perubahan hormon bisa menjadi faktor pendukung. Hipertensi sekunder merupakan hipertensi yang diakibatkan oleh penyakit tertentu (Baradero, Dayrit & Siswadi, 2017).

Komplikasi hipertensi meningkat setiap tahunnya. WHO pada tahun 2013, menyebutkan bahwa di dunia terdapat 17.000 orang per tahun meninggal akibat penyakit kardiovaskuler dimana 9.400 orang diantaranya disebabkan oleh komplikasi dari hipertensi. Prevalensi hipertensi dunia mencapai 29.2% pada laki-laki dan 24.8% pada perempuan (WHO, 2018). Prevalensi hipertensi ini akan terus meningkat dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29 % orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan pertimbangan pada pemilihan terapi yang secara fisiologis dapat berpengaruh terhadap sirkulasi darah, maka terapi komplementer yang tepat diberikan oleh perawat adalah foot massage (Trisnowiyanto, 2016). Terapi komplementer adalah terapi yang digunakan sebagai tambahan untuk terapi konvensional yang direkomendasikan oleh penyelenggaraan pelayanan kesehatan individu (Potter & Perry, 2017).

Penulis telah melakukan pengkajian terhadap 1 orang pasien selama 2 Minggu sejak dimulainya praktik klinik stase elektif dengan penyakit hipertensi didapatkan hasil tekanan darah meningkat, dan turun ketika diberi obat hipertensi pasien hanya dengan berkolaborasi pemberian obat dari dokter. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan tindakan nonfarmakologi yaitu terapi pijat refleksi kaki dimodifikasi aroma

terapi lavender untuk menurunkan tekanan darah.

Tekanan darah yang selalu tinggi adalah salah satu faktor risiko untuk stroke, serangan jantung, gagal jantung dan aneurisma arterial dan merupakan penyebab utama gagal jantung kronis (Marya, 2016). Pada sebagian besar penderita hipertensi tidak menimbulkan gejala meskipun secara tidak sengaja beberapa gejala terjadi bersamaan dan dipercaya berhubungan dengan tekanan darah tinggi (padahal sesungguhnya tidak). Gejala yang dimaksud adalah sakit kepala, pendarahan dari hidung, pusing, wajah kemerahan dan kelelahan yang bisa saja terjadi baik pada penderita hipertensi, maupun pada seseorang dengan tekanan darah yang normal (Maryanto, 2017).

Beberapa penanganan untuk mengatasi hipertensi yaitu dengan pengobatan farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan secara farmakologis yaitu dengan mengkonsumsi obat anti hipertensi, sedangkan non farmakologis yang dapat dilakukan adalah olahraga, tidak merokok, tidak minum alkohol, menghindari stress, terapi air, terapi batu giok, terapi bekam, terapi herbal, meditasi dan terapi pijat refleksi (Dalimartha, 2016). Refleksi kaki dapat memberikan rangsangan relaksasi yang mampu memperlancar aliran darah dan cairan tubuh pada bagian-bagian tubuh yang berhubungan dengan titik saraf kaki yang dipijat. Sirkulasi darah yang lancar akan memberikan efek relaksasi sehingga tubuh mengalami kondisi seimbang (Gala, 2015). Pada prinsipnya, pijat yang dilakukan pada penderita hipertensi adalah untuk memperlancar aliran energi didalam tubuh sehingga gangguan penyakit hipertensi termasuk penyerta dan komplikasinya dapat diminimalisir. Ketika semua jalur energi terbuka dan aliran energi tidak lagi terhalang oleh ketegangan otot dan hambatan lain maka risiko hipertensi dapat ditekan (Gala, 2015). Penatalaksanaan yang telah dikemukakan diatas bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dengan

mengurangi kegiatan jantung memompa dan mengurangi mengerutnya dinding-dinding pembuluh nadi halus sehingga tekanan pada dinding-dinding pembuluh darah berkurang dan aliran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah akan menurun (Rezky, 2015).

Pijat refleksi adalah suatu praktik memijat titik-titik tertentu pada tangan dan kaki. Manfaat pijat refleksi untuk kesehatan sudah tidak perlu diragukan lagi. Salah satu khasiatnya yang paling populer adalah untuk mengurangi rasa sakit pada tubuh. Manfaat lainnya adalah mencegah berbagai penyakit, meningkatkan daya tahan tubuh, membantu mengatasi stress, membantu penyembuhan penyakit kronis, dan mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan (Wahyuni, 2016).

Namun, belum banyak yang mengetahui bahwa terapi aromaterapi lavender dapat menurunkan tekanan darah. Aromaterapi lavender adalah suatu tanaman dengan aroma relaksasi yang mampu membantu dalam penurunan tekanan darah. Komponen utama lavender adalah salah satu cara pengobatan penyakit dengan menggunakan bau-bauan yang umumnya berasal dari tumbuh-tumbuhan serta berbau harum, gurih, dan enak yang disebut minyak asiri. Aroma terapi suatu cara perawatan tubuh dan penyembuhan penyakit dengan minyak essensial (essential oil) (Andria, 2017).

Aromaterapi juga terkadang digunakan sebagai salah satu alat relaksasi. Gaya hidup pada zaman sekarang yang setiap harinya sibuk dan memiliki waktu yang terbatas menjadikan waktu bersantai sangat jarang didapatkan. Terapi dengan aroma dapat sebagai salah satu cara efektif untuk relaksasi, menghilangkan stres dan menenangkan pikiran serta dapat menurunkan tekanan darah (Hastianingsih, 2016). Aromaterapi juga dijadikan sebagai pengharum ruangan di dalam ruangan untuk dijadikan relaksasi sehari-hari.

Kelebihan minyak lavender dibanding minyak esensial lain adalah kandungan racunnya yang relative sangat rendah, jarang menimbulkan alergi dan merupakan salah satu dari sedikit, minyak esensial yang dapat digunakan langsung pada kulit (Chien, 2017).

Pada orang yang berusia diatas 50 tahun, tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg lebih berisiko terjadinya penyakit kardiovaskular bila dibandingkan dengan tekanan darah diastolik, namun pada tahun 2008 terdapat sekitar 40% orang dewasa di seluruh dunia berusia 25 tahun ke atas didiagnosa mengalami hipertensi. Angka kejadian hipertensi begitu meningkat, dari sekitar 600 juta jiwa pada tahun 1980 menjadi 1 milyar jiwa pada tahun 2008 (WHO, 2016).

Hari Hipertensi Sedunia diperingati setiap tanggal 17 Mei. Tahun 2021 ini, peringatan World Hypertension League mengangkat tema “Measure Your Blood Pressure Accurately, Control It, Live Longer” yang berfokus pada peningkatan kesadaran mengenai hipertensi terutama di negara-negara dengan ekonomi menengah ke bawah (World Hypertension League, 2021). Selain itu, tema Hari Hipertensi Sedunia juga menekankan pentingnya pengukuran tekanan darah dengan metode yang akurat.

Hipertensi dikenal oleh masyarakat awam dengan sebutan “darah tinggi” karena kondisi ini memang mengindikasikan tingginya tekanan darah. Tekanan darah sendiri dapat dibagi menjadi tekanan sistol (tekanan di pembuluh darah saat jantung memompa darah) dan diastol (tekanan di pembuluh darah saat jantung dalam keadaan istirahat). Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan sistol terukur ≥ 140 mmHg atau tekanan diastol terukur ≥ 90 mmHg (WHO, 2019).

Hipertensi merupakan kondisi medis dengan prevalensi tinggi. Kasus hipertensi global diestimasi sebesar 22% dari total populasi dunia. Sekitar 2/3 dari penderita

hipertensi berasal dari negara ekonomi menengah ke bawah (Kemenkes, 2019). Pada tahun 2015 diperkirakan bahwa 1 dari 4 laki-laki dan 1 dari 5 perempuan menderita hipertensi (WHO, 2019). Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 didapati bahwa prevalensi hipertensi mencapai angka 34,11% pada penduduk >18 tahun.

Seseorang akan lebih rentan mengalami hipertensi apabila terdapat anggota keluarga dengan riwayat penyakit hipertensi. Selain itu, seseorang berusia di atas 65 tahun dan mempunyai penyakit bawaan seperti diabetes dan gangguan ginjal juga berisiko lebih tinggi mengalami hipertensi. Faktor risiko hipertensi yang bisa kita kontrol dapat hadir dari pola makan yang tidak sehat, gaya hidup sedenter, konsumsi rokok dan alkohol, serta obesitas. (WHO, 2019).

Hipertensi juga dikenal sebagai salah satu “silent killer” yang kerap tidak disadari oleh penderitanya karena tidak bergejala. Akan tetapi, gejala seperti pusing, mimisan, detak jantung tidak normal, pandangan kabur, dan telinga yang berdenging dapat terjadi apabila hipertensi sudah pada tahap yang lebih parah. Apabila tidak terkontrol, hipertensi berpotensi menimbulkan sakit dada, serangan jantung, stroke, bahkan kematian mendadak. Oleh karena itu, pemeriksaan tekanan darah rutin sangat krusial untuk dilakukan sebagai upaya pencegahan hipertensi dan penyakit-penyakit yang mungkin timbul akibatnya.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan di lingkungan Mangkuraja 1 Tenggarong dengan melakukan penelitian pada pasien menderita hipertensi.

Sesuai data yang ada di mana jumlah penderita yang mengalami penyakit hipertensi masih tinggi, maka penulis tertarik untuk mengaplikasikan hasil riset tentang intervensi inovasi terapi pijat refleksi kaki dimodifikasi aromaterapi lavender dalam pengelolaan kasus yang dituangkan dalam Karya Tulis Ilmiah (KIAN) dengan judul “Analisis Praktik

Keperawatan pada pasien dengan tentang intervensi inovasi terapi pijat refleksi kaki dimodifikasi aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi ”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dipaparkan di atas maka penulis menarik rumusan masalah dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini sebagai berikut : “Bagaimanakah gambaran Analisis Praktik Keperawatan pada pasien dengan intervensi inovasi terapi pijat refleksi kaki dimodifikasi aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi?” .

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir-Ners (KIA-N) ini bertujuan untuk melakukan analisa terhadap kasus kelolaan dengan pasien hipertensi dengan intervensi inovasi Terapi Pijat Refleksi Kaki kombinasi Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah.

2. Tujuan Khusus

a. Penulis mampu menganalisa masalah keperawatan dengan konseptori terkait hipertensi dengan metode penulisan.

1) Pengkajian pada pasien hipertensi di lingkungan Mangkuraja 1 Tenggarong

2) Diagnosa Keperawatan (SDKI), (SLKI) dan (SIKI)

3) Implementasi Keperawatan Inovasi Lingkungan Mangkuraja 1 Tenggarong

4) Evaluasi Intervensi Inovasi Lingkungan Mangkuraja 1 Tenggarong

b. Penulis mampu menganalisa intervensi inovasi terapi pijat refleksi kaki dimodifikasi aromaterapi lavender.

- c. Penulis mampu memberikan alternative pemecahan masalah yang dapat dilakukan terkait dengan penyakit Hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Aplikatif

- a. Karya Ilmiah Ners ini diharapkan dapat digunakan bagi perawat untuk menggunakan intervensi inovasi terapi pijat refleksi kaki dimodifikasi aromaterapi lavender dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.
- b. Melakukan intervensi inovasi terapi pijat refleksi kaki dimodifikasi aromaterapi lavender diharapkan dapat diaplikasikan oleh pasien maupun keluarga pasien sebagai salah satu alternatif awal respon gejala- gejala peningkatan tekanan darah yang dapat muncul sewaktu- waktu akibat berbagai faktor.
- c. Penulis mampu menganalisa intervensi inovasi terapi pijat refleksi kaki dimodifikasi aromaterapi lavender.
- d. Penulis mampu memberikan alternative pemecahan masalah yang dapat dilakukan terkait dengan penyakit Hipertensi.

2. Manfaat Teoritis

- a. Karya ilmiah ini dapat menjadi dasar dalam mengembangkan pelayanan asuhan keperawatan yang berfokus terhadap terapi alternatif/nonfarmakologi sebagai peningkatan kualitas pelayanan keperawatan.
- b. Penelitian ini diharapkan mampu dijadikan acuan pembelajaran mengenai respon fisiologis tubuh tidak seimbang sehingga dapat diberikan tindakan keperawatan secara tepat dan efisien.