

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup modern yang dianut kebanyakan orang cenderung membuat orang-orang menyukai sesuatu yang instan, akibatnya mereka cenderung menyukai hal yang instan, yang menyebabkan menurunnya aktivitas fisik dan gemar mengonsumsi makanan yang instan dan berpengawet yang memiliki kandungan natrium yang tinggi, gaya hidup modern tidak jarang membuat orang tertekan atas segala rutinitas harian sehingga dapat menimbulkan stress, kebiasaan merokok serta kebiasaan mengonsumsi kafein yang berlebihan tanpa disadari orang-orang hal tersebut dapat memicu timbulnya berbagai penyakit termasuk hipertensi.

Hipertensi artinya penyakit darah tinggi yaitu suatu keadaan yang kronis ditandai seperti meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras buat mengedarkan keseluruhan tubuh melalui pembuluh darah. hal ini bisa mengganggu aliran darah ,menghambat pembuluh darah,bahkan menyebabkan penyakit degenerative, berlanjut sampai kematian (Ratnawati, 2019). Hipertensi juga merupakan pembunuh diam-diam, karena meningkatkan tekanan darah dan dapat menyebabkan kematian mendadak dan dengan demikian risiko komplikasi yang lebih besar. Di seluruh dunia, hipertensi merupakan masalah besar dan serius yang, selain prevalensinya yang tinggi, akan meningkat di masa mendatang karena

tingkat keganasannya yang tinggi dalam bentuk kecacatan permanen dan kematian mendadak.(Ardiansyah, 2019).

Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2018 sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi, artinya sepertiga penduduk dunia akan terdiagnosis tekanan darah tinggi. Jumlah penderita hipertensi meningkat dari tahun ke tahun dan diperkirakan 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi pada tahun 2025 dan 10,44 juta orang diperkirakan meninggal setiap tahun akibat hipertensi dan komplikasinya. (Kemenkes, 2019) Berdasarkan hasil pengukuran, prevalensi hipertensi pada usia 18 tahun adalah 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%) dan terendah di Papua (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), 45-54 tahun (45,3%) dan 55-64 tahun (55,2%). Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 31,7%, artinya hampir sepertiga penduduk berusia 18 tahun ke atas menderita tekanan darah tinggi. Berbagai faktor yang terkait dengan genetika dan gaya hidup, seperti kurangnya aktivitas fisik, asupan makanan tinggi garam dan lemak, serta kebiasaan merokok dan minum, semuanya berkontribusi pada lonjakan kejadian hipertensi. (Rikesdas,2018).

Angka tekanan darah tinggi di Kalimantan Timur adalah 39,9% berdasarkan pembacaan tekanan darah dan hanya berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan. Menurut Kabupaten/Kota, prevalensi hipertensi berdasarkan tekanan darah berkisar antara 34,42%-48,50%, dengan prevalensi tertinggi di Kutai Barat dan terendah di Bangtang. Sementara itu, prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan dan/atau

minum obat hipertensi berkisar antara 9% hingga 13%. Mengingat prevalensi pengukuran tekanan darah di kabupaten dan kota di Kalimantan Timur berdasarkan prevalensi hipertensi menurut diagnosis atau pengobatan, ada perbedaan besar dalam prevalensi secara umum. Data tersebut menunjukkan banyak kasus hipertensi di Kaltim yang tidak tertangani dengan baik. (Rikesdas,2018). Tekanan darah tinggi adalah kondisi yang penyakit di Samarinda. Dari Januari hingga September 2018, terdapat 48.849 pasien hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang paling banyak diderita dan terhitung sebagai hipertensi sejak tahun 2015 dengan jumlah penderita hipertensi mencapai 37.163. (BPS, Kota Samarinda, 2019).

Intervensi yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi meliputi kontrol farmakologis dan nonfarmakologis. Kontrol farmakologis dicapai dengan pemberian obat antihipertensi sedangkan kontrol non-farmakologis dapat dicapai dengan berhenti merokok, mengurangi asupan alkohol yang berlebihan, mengurangi asupan garam dan lemak, meningkatkan asupan buah dan sayuran, penurunan berat badan yang berlebihan dan aktivitas fisik. (Muttaqin, 2009). Menurut Faridah, dan Shinta (2019) Menurut hasil penelitian, kategori tekanan darah menurun. Responden memiliki tekanan darah yaitu hipertensi derajat I 140-159 mmHg / 90-99 mmHg, sebelum refleksi kaki dan tekanan darah normal <85 mmHg setelah pijat refleksi kaki. Berdasarkan penelitian diatas peneliti tertarik mengambil Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) untuk meneliti terapi refleksi pijat kaki menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan diatas maka rumusan masalah pada *literature riviw* dapat dirumuskan sebagai berikut:
Apakah Ada Pengaruh pemberian *foot massage* pada pasien dengan tekanan darah tinggi (Hipertensi)?

C. Tujuan Masalah

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dalam bentuk *literature riviw* ini bertujuan untuk melakukan Analisis Pengaruh pemberian terapi refleksi pijat kaki pada pasien dengan tekanan darah tinggi (Hipertensi).

D. Manfaat Penelitian

Penulisan KIAN ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam dua aspek yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Aplikatif
 - a. Manfaat Bagi Perawat

Hasil kajian pustaka ini akan menjadi masukan bagi perawatan mandiri pengelolaan hipertensi yang dialami pasien pijat refleksi untuk menurunkan hipertensi..

2. Manfaat Keilmuan
 - a. Bagi Penulis

Dapat menambah dan memberikan masukan positif untuk pengembangan ilmu keperawatan dan dapat dijadikan bahan untuk melaksanakan Pengaruh pemberian terapi refleksi pijat kaki pada pasien dengan tekanan darah tinggi (Hipertensi).

b. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengetahui Pengaruh pemberian terapi refleksi pijat kaki pada pasien dengan tekanan darah tinggi (Hipertensi).

c. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan masukan kepada rumah sakit tentang pengaruh pemberian terapi refleksi pijat kaki pada pasien dengan tekanan darah tinggi (Hipertensi).

d. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan dan digunakan sebagai acuan dalam melaksanakan proses pembelajaran terhadap mahasiswa mengenai Pengaruh pemberian terapi refleksi pijat kaki pada pasien dengan tekanan darah tinggi (Hipertensi).