

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan keadaan kenaikan tekanan darah diatas batas toleransi dan mengakibatkan kesakitan dan kematian. Tekanan darah di bagi menjadi 2 jenis yaitu sistolik 140/90mmHg yaitu blood pressure yang dipompa jantung dan diastolik 90 adalah tekanan yang kernbali ke jantung (Yanti et al., 2019)

Hipertensi perlu mendapat perhatian khusus karena dampaknya membahayakan keselamatan jiwa. Hipertensi yang tidak tertangani dengan baik dapat berujung pada kematian karena tekanan darah yang sangat tinggi yang dipicu oleh hipertensi. Penyakit jantung koroner dan stroke merupakan teman dekat hipertensi (Pramudo, 2016)

Menurut WHO pada tahun 2012 paling sedikit terdapat 839jt kasus hypertension, diantara penderitanya mayoritas pada wanita sekitar 30% dibandingkan dengan pria 29%. kasus *hypertension* terdapat kenaikan sekitar 80% terutama pada negara-negara yang sedang berkembang (Trianto, 2014).

Hipertensi wilayah Asia tercatat 38,4 juta pada tahun 2000 dan diprediksi akan terus naik menjadi 67,4 juta orang di tahun 2025. Dari data Riskesdas 2018 yang diambil, prevalensi pasien hipertensi terdapat kenaikan sebesar 8,31% (Kemenkes RI, 2018). Di kalimantan timur sendiri prevalensi pasien hipertensi berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk usia >18 tahun menempati urutan ke 3 setelah Daerah Istimewa Yogyakarta dan berdasarkan diagnosis dokter atau

minum obat anti hipertensi pada penduduk usia >18 tahun menempati urutan ke 2 setelah sulu (RISKESDAS 2018).

Dampak dari hipertensi apabila tidak dikontrol dengan baik, dapat menimbulkan kerusakan organ tubuh, baik secara langsung maupun tidak langsung, kerusakan organ-organ target yang umum ditemui pada pasien hipertensi adalah jantung, yang terdiri dari, hipertensi ventrikel kiri, angina atau infark otak yang bisa mengakibatkan stroke atau *transient ischemic attack*, penyakit ginjal kronis, penyakit arteri perifer, retinopati, miokardium gagal jantung (Setyaningrung, Permana, & Yuniarti 2018).

Hipertensi terjadi karena volume darah yang dipompa jantung meningkat sehingga mengakibatkan bertambahnya volume darah di pembuluh arteri. Pada sebagian penderita penyakit, peningkatan tekanan darah diakibatkan oleh penyakit ginjal. Pada umumnya, hipertensi tidak mempunyai penyebab yang spesifik. Diperkirakan sekitar 90 persen pasien hipertensi termasuk dalam kategori hipertensi primer. Beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi adalah genetika (keturunan), *obesitas*, stress lingkungan, jenis kelamin (*gender*), penambahan usia, asupan garam berlebih, gaya hidup yang kurang sehat, obat-obatan, akibat penyakit lain (Sutanto 2010).

Pengobatan hipertensi ada dua jenis yaitu dengan farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan farmakologis dalam jangka panjang bahkan seumur hidup, dapat diberikan seperti *diuretik*, *betabloker* dan *vasodilator* (Wulandari, 2010). Obat kimia *deuretik* memiliki kelebihan yaitu mempunyai ketepatan dalam dosis karena dibuat zat aktif, akan tetapi, kelemahannya adalah memiliki efek samping yang lebih besar dibandingkan dengan terapi non farmakologi.

Selain itu, harganya pun mahal, hal ini disebabkan karena bahan bakunya masih didatangkan dari luar negeri (Triyanto, 2014)

Terapi relaksasi diperlukan pada penderita hipertensi agar membuat pembuluh darah menjadi relaks sehingga akan terjadi *vasodilatasi* yang menyebabkan tekanan darah kembali turun dan normal. Untuk membuat tubuh menjadi relaks dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti terapi musik klasik, yoga, teknik nafas dalam, dan terapi masase (Suarni, 2019)

Sejumlah studi menunjukkan bahwa terapi masase/pijat yang dilakukan secara teratur dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar hormone stress cortisol, menurunkan kecemasan sehingga tekanan darah akan turun dan fungsi tubuh semakin membaik (Yanti et al., 2019)

Massase refleksi adalah pijat dengan melakukan penekanan pada titik syaraf di kaki, tangan atau bagian tubuh lainnya untuk memberikan rangsangan bio-elektrik pada organ tubuh tertentu yang dapat memberikan perasaan rileks dan segar karena aliran darah dalam tubuh menjadi lebih lancar (Yanti et al., 2019)

Selain massage punggung terdapat pula akupresur yang dapat menurunkan tekanan darah. Manfaat akupresur antara lain membantu dalam pengelolaan stres, menenangkan ketegangan syaraf, dan meningkatkan relaksasi tubuh. Teknik terapi ini menggunakan jari tangan yang dilakukan pada titik yang berhubungan dengan penyakit hipertensi. Pijatan-pijatan pada titik tertentu dalam terapi akupresur dapat merangsang gelombang saraf sehingga mampu melancarkan aliran darah, merelaksasikan spasme, dan menurunkan tekanan darah (Hartono, 2012).

Apabila pembuluh darah yang relaks akan terjadi vasodilatasi pembuluh darah sehingga akan menyebabkan tekanan darah turun dan kembali normal. Untuk membuat tubuh menjadi relaks dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti terapi musik, tarik nafas dalam, dan terapi masase (Suarni, 2019)

Terdapat beberapa teknik terapi masase yang dapat dilakukan yaitu: masase leher, masase kepala, masase kaki, dan masase punggung (Yanti et al., 2019).

Hasil penelitian (Saputro, 2013) di RSUD Ungaran tentang pemberian masase punggung terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi diperoleh $p = 0,000$ ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa masase punggung berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Ungaran. Hasil penelitian ini sejalan dengan kebenaran teori yang menyebutkan bahwa terapi (masase) dapat merangsang jaringan otot, menghilangkan toksin, merilekskan persendian, meningkatkan aliran oksigen, menghilangkan ketegangan otot sehingga berdampak terhadap penurunan tekanan darah (Pinasthika, 2018). Hal tersebut dibuktikan dengan respon keseluruhan responden mengalami penurunan tekanan darah serta menyatakan perasaan lebih rileks dan bugar setelah dilakukan terapi masase punggung.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada Pengaruh Akupresur dan Pijat Punggung Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi dengan literatur literatur yang sudah ada?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dalam bentuk literature review ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pengaruh Akupresur dan Pijat Punggung Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu mengidentifikasi jurnal yang terkait dengan tema Pengaruh Akupresur dan Pijat Punggung Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi.
- b. Mampu menelaah jurnal yang terkait dengan Pengaruh Akupresur dan Pijat Punggung Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Rumah sakit

Penelitian ini sebagai bahan masukan manajemen/pengambil kebijakan untuk terus mendukung terlaksananya pemberian asuhan keperawatan secara komperhensif dan bisa dijadikan bahan pertimbangan untuk menjadikan Akupresur dan Pijat Punggung Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan memberikan masukan bagi perawat akan pentingnya akupresur dan pijat punggung dijadikan sebagai salah satu tindakan keperawatan dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi serta diharapkan perawat mampu memaksimalkan peranannya

sebagai pemberi asuhan dan pendidik bagi pasien dengan memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif guna menciptakan mutu keperawatan yang optimal.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi atau masukan dalam melakukan penelitian lainnya yang berhubungan dengan akupresur dan pijat punggung terhadap penurunan tekanan darah pada pasien