

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia atau disebut juga dengan lansia adalah seseorang yang usianya memasuki 60 tahun. Banyak perubahan yang terjadi pada lansia mempunyai seperti kulit mengendur, rambut beruban, perubahan sistem sensori seperti penurunan daya ingat, penurunan kemampuan pendengaran dan penglihatan, serta akan terjadi perlambatan aktivitas (Tesda *et al.*, 2023). Proses menua ialah suatu proses yang terjadi pada lansia dimana adanya penurunan atau perubahan baik secara fisik, psikis, maupun sosial. Salah satu perubahan fisik pada lansia seiring dengan proses menua adalah perubahan pada sistem kardiovaskular yang berdampak pada berkembangnya penyakit degenerative. Berdasarkan hasil pengukuran, penyakit yang sering diderita oleh lansia adalah hipertensi, radang sendi, dan stroke (Widyaningrum *et al.*, 2023).

Hipertensi merupakan gangguan kardiovaskuler yang menjadi penyebab utama kematian di dunia setiap tahunnya (Niswah *et al.*, 2022). Menurut *American Heart Association* (2020) hipertensi adalah suatu kondisi ketika tekanan darah sistolik lebih dari 130 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 80 mmHg. Pada umumnya hipertensi tidak menimbulkan tanda dan gejala yang khusus, dimana penderita baru mengetahui terdiagnosa penyakit hipertensi setelah terjadi komplikasi untuk

itu hipertensi sering disebut dengan *silent killer* (Hijriani & Chairani, 2023).

Saat ini salah satu target global pada penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% dari tahun 2010-2030. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi dimana sebagian besar bertempat tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah yang salah satunya negara Indonesia (WHO, 2021). Di Indonesia hipertensi mengalami peningkatan, dimana pada tahun 2013 hipertensi berada di angka 25.8% meningkat secara signifikan menjadi 34.11% di tahun 2018 (RISKESDAS, 2018).

Semakin bertambah umur semakin tinggi terjadinya peningkatan kejadian hipertensi (Infodatin Lanjut Usia (Lansia), 2022). Menurut RISKESDAS (2018) prevelensi hipertensi pada lansia mengalami peningkatan pada kelompok usia 45-54 tahun (45,3%), usia 55-64 tahun (55,2%), 65-74 tahun (63,2%), dan 75 tahun keatas (69,5%). Prevelensi hipertensi di Sumatera Barat sebesar 25,1% dan khusus di Kota Padang berada pada peringkat ke-18 yaitu sebesar 21,7%. Selain itu, data dari Dinas Kesehatan Kota Padang (2023) menunjukkan bahwa penderita hipertensi di Kota Padang mencapai 165.555 orang.

Hipertensi jika tidak ditangani dapat berdampak ke penyakit kronis seperti kerusakan ginjal, serangan jantung, stroke, gleukoma, disfungsi ereksi, demensia, dan alzheimer (Lestari *et al.*, 2023). Untuk itu hipertensi dapat dikendalikan dengan dua cara, yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologi merupakan terapi yang menggunakan obat-obatan untuk menurunkan dan menstabilkan tekanan darah (Ervianda *et al.*, 2023). Terapi non farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap untuk mendapatkan efek pengobatan pada saat obat anti hipertensi diberikan (Wahyudin, 2021) dengan menerapkan pola hidup sehat seperti penurunan berat badan, mengurangi asupan garam, mengurangi konsumsi alcohol, berhenti merokok dan melakukan olahraga atau aktivitas fisik. Aktivitas fisik dapat dikombinasikan dengan beberapa terapi terapi pelengkap seperti akupuntur, akupresur, tanaman tradisional bekam, dan pijat / *massage* (Lestari *et al.*, 2023).

Terapi *foot massage* atau disebut juga dengan pijat kaki merupakan salah satu terapi non farmakologis yang aman dan mudah diberikan dan dapat menurunkan tekanan darah. Dengan melemaskan jaringan lunak tubuh, lebih banyak darah dan oksigen yang dapat mencapai daerah yang mengalami kekakuan serta dapat mengurangi nyeri. Tujuan dari *foot massage* ini adalah untuk menurunkan tekanan darah, mengurangi kegiatan jantung dalam memompa, mengurangi mengerutnya dinding-dinding pembuluh nadi sehingga

tekanan pada dinding-dinding pembuluh darah berkurang dan aliran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah menurun (Tesda *et al.*, 2023).

Manfaat pemberian intervensi *foot massage* adalah dapat meningkatkan relaksasi pasien dan mencegah resiko penurunan curah jantung dibuktikan dengan terjadinya perbaikan tekanan darah dan frekuensi nadi. Gerakan pijatan pada kulit, jaringan otot, jaringan ikat dan periosteum dapat merangsang reseptor yang terletak di daerah tersebut. Impuls dilakukan oleh saraf aferen menuju sistem saraf pusat, yang kemudian dengan memproduksi hormon endorfin, memberikan umpan balik dengan melepaskan asetilkolin dan histamin melalui impuls saraf aferen untuk tubuh beraksi melalui mekanisme refleksi vasodilatasi pembuluh darah, hal ini akan mengurangi aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis. Peningkatan aktivitas saraf parasimpatis menimbulkan penurunan denyut jantung (*heart rate*) dan denyut nadi (*pulse rate*) dan mengaktifkan respon relaksasi, dan penurunan aktivitas saraf simpatis meningkatkan vasodilatasi arteriol dan vena, menurunkan resistensi pembuluh darah perifer dan dengan demikian menurunkan tekanan darah (Niswah *et al.*, 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Lestari *et al.*, 2023) menunjukkan hasil bahwa terapi *foot massage* berpengaruh terhadap tekanan darah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ainun *et al* (2021)

mengenai terapi *foot massage* untuk menurunkan dan menstabilkan tekanan darah pada penderita hipertensi didapatkan hasil setelah pemberian terapi *foot massage* selama 3 hari berturut-turut mampu merilekskan otot kaki sehingga lebih ringan untuk melangkah, efektivitas *foot massage* mengalirkan sirkulasi darah ke persendian, mengalirkan oksigen, mengendurkan ketegangan otot sehingga memperlancar aliran darah ke jantung dan menstabilkan tekanan darah. Penelitian ini juga berbanding lurus dengan Hakiki & Rakhmawati (2023) menunjukkan hasil bahwa terapi *foot massage* dilakukan untuk membuat tubuh nyaman dan rileks sehingga tekanan darah dapat terkontrol dengan efek samping yang kecil.

Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan kepada Ny. N ditemukan terdapatnya masalah pada Ny. N yaitu hipertensi ditandai tidak terkontrol tekanan darah. Didapatkan hasil tekanan darah Ny. N adalah 161/85 mmHg, nadi 76 x/menit suhu 36 °C, dan pernapasan 17x/menit. Ny. N mengatakan kepala terasa sakit dan terkadang terdapat kaku kuduk biasanya Ny. N mengolesi freshcare dan langsung beristirahat. Ny. N mengatakan jarang meminum obat hipertensi dan tidak pernah melakukan kontrol ke puskesmas sejak 1 tahun yang lalu mengetahui adanya penyakit hipertensi. Ny. N mengatakan tidak ada pantangan dalam makanan dan minum Ny. N masih suka mengkonsumsi makanan bergaram, bersantan dan meminum kopi. Ny. N jarang berolahraga, Ny. N ke puskesmas hanya saat sakit saja.

Berdasarkan studi pendahuluan ini, peneliti tertarik untuk membuat karya ilmiah akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan pada Ny. N dengan Hipertensi Melalui Penerapan *Foot Massage* untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang”.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada karya ilmiah akhir ini adalah mahasiswa mampu Memberikan Asuhan Keperawatan yang komprehensif Pada Ny. N Dengan Hipertensi Melalui Penerapan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada karya ilmiah akhir ini adalah, mahasiswa mampu :

- a. Melakukan pengkajian pada pasien hipertensi.
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada pasien hipertensi.
- c. Merumuskan intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan tekanan darah yang tidak stabil.
- d. Melakukan implementasi pada pasien hipertensi dengan penerapan terapi *foot massage*.

- e. Melakukan evaluasi pada pasien hipertensi dengan tekanan darah yang tidak stabil dan penerapan terapi *foot massage*.
- f. Menganalisis pengaruh pemberian terapi *foot massage* terhadap pasien Ny. N.

C. Manfaat

1. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil karya ilmiah ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi, sebagai acuan edukasi, dan perawatan tambahan untuk menurunkan dan menstabilkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil karya ilmiah ini dapat digunakan sebagai bahan informasi dalam pemberian asuhan keperawatan dalam menangani tekanan darah yang tidak stabil pada pasien hipertensi serta dapat memaksimalkan efektivitas medis dalam merawat pasien.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil karya ilmiah akhir ini dapat digunakan sebagai bahan edukasi dan referensi bagi yang melakukan penelitian lebih lanjut tentang terapi *foot massage*.