

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia merupakan seseorang yang usianya memasuki 60 tahun. Perubahan yang banyak terjadi pada lansia mempunyai karakteristik seperti kulit mengendur, rambut beruban, perubahan sistem sensori seperti penurunan daya ingat, penurunan kemampuan pendengaran dan penglihatan, serta akan terjadi perlambatan aktivitas (Mawaddah, 2020). Proses menua adalah suatu proses yang alami terjadi pada lanjut usia dan membawa pengaruh serta perubahan yang menyeluruh pada aspek fisik, sosial, psikologis ekonomi dan juga peranan sosial dalam masyarakat (Vitaliati, 2018). Semakin bertambah usia maka semakin menurun kekuatan dan daya tahan tubuh seseorang sehingga dapat mengakibatkan kerentanan dan mudah terserang penyakit (Sutinah, 2017). Terdapat penyakit yang sangat erat hubungannya dengan proses menua, yaitu: gangguan sirkulasi darah, seperti hipertensi, kelainan pembuluh darah, gangguan pembuluh darah di otak dan ginjal (Az Zaura et al., 2023).

Hipertensi adalah suatu kondisi ketika tekanan darah sistolik lebih dari 130 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 80 mmHg (*American Heart Association*, 2020). Hipertensi merupakan gangguan kardiovaskuler yang menjadi penyebab utama kematian di dunia setiap tahunnya (Niswah et al., 2022). Hipertensi sering juga disebut sebagai “*the silent killer*” karena

penyakit ini merupakan pembunuh tersembunyi, dimana orang yang menderita hipertensi tidak mengetahui dirinya terkena hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya atau pada saat sudah terjadi komplikasi (Hijriani & Chairani, 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 penyakit hipertensi terus meningkat didunia pada saat ini terdapat kurang lebih 1,13 miliar orang menderita hipertensi, pada tahun 2025 diperkirakan akan meningkat hingga mencapai 1,5 miliar dan salah satu target global pada penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% dari tahun 2010-2030. Menurut RISKESDAS (2018) di Indonesia 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%). Peningkatan angka morbiditas hipertensi meningkat 50% pada umur diatas 50 tahun dan Prevalensi hipertensi diprediksi akan terus meningkat dengan perkiraan tahun 2025 di Indonesia akan mencapai 31,7% (Kemenkes RI, 2018). 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.

Dampak dari hipertensi yang tidak terkontrol akan menyebabkan penyakit jantung koroner, stroke, gagal jantung, gagal ginjal, retinopati (kerusakan retina), penyakit pembuluh darah tepi (P2PTM Kemenkes RI, 2020). Hipertensi disebabkan adanya perubahan struktur pada pembuluh darah

sehingga pembuluh darah menjadi lebih sempit dan dinding pembuluh darah menjadi kaku. Kekakuan pembuluh darah disertai dengan penyempitan dan kemungkinan terjadinya pembesaran *plague* dapat menghambat peredaran darah, akibatnya tekanan darah mengalami peningkatan (Suciana et al., 2020).

faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah yaitu ada 2 yang pertama faktor yang tidak dapat dikontrol antara lain: genetik, usia dan jenis kelamin. Kemudian yang kedua faktor yang dapat di kontrol antara lain pola hidup tidak sehat misalnya, kebiasaan mengkonsumsi makanan/minuman tinggi natrium, pola makan yang berlebihan, kebiasaan mengkonsumsi minuman beralkohol dan merokok (Iswati, 2022). Menurut Moulia *et al.*, 2017 obesitas menjadi faktor risiko penyakit degeneratif yang berhubungan dengan meningkatnya jaringan adiposa di tubuh, selain itu stress juga dapat mempengaruhi peningkatan tekanan darah.

Hipertensi perlu mendapatkan perhatian khusus dan penanganan yang komprehensif mulai dari usaha preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif (Arianto, 2018). Penatalaksanaan untuk mengontrol tekanan darah tinggi ada dua cara yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan secara farmakologis dilakukan dengan pemberian obat antihipertensi. Efek samping bila obat antihipertensi dikonsumsi tidak sesuai dengan aturan minum obat yaitu berupa kehilangan indra perasa, kehilangan nafsu makan, batuk kering kronis, pusing, sakit kepala, lelah, gangguan tidur atau insomnia, dan detak jantung cepat. Penatalaksanaan secara non farmakologis dengan terapi komplementer antara lain bekam, akupunktur, akupresure dan terapi

pijat/*massage*. Terapi pijat dapat dilakukan dengan mudah, tidak memiliki efek samping dan memperlancar peredaran darah antara lain terapi pijat kaki (*foot massage*) (Awaliyah & Mochartini, 2022).

Foot Massage adalah salah satu terapi komplementer yang menggabungkan berbagai tehnik dalam keperawatan seperti tehnik relaksasi, sentuhan, dan tehnik distraksi dengan memijat pada area kaki dengan pijatan lembut menggunakan tangan (Hirza Ainin Nur, 2024). Pemberian *foot massage* pada jaringan lunak area kaki tidak dilakukan pada titik-titik tertentu, tetapi tetap memiliki hubungan dengan bagian tubuh lain. Setelah diberikan *foot massage* maka tubuh akan lebih rileks, rasa cemas dan rasa sakit berkurang serta fisik menjadi lebih nyaman. Hal ini membuat aliran darah dan energi dalam tubuh menjadi lebih lancar dan ketegangan otot tidak menghalangi jalur energi, sehingga dapat menurunkan risiko peningkatan tekanan darah (Iswati, 2022). 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 (Az Zaura et al., 2023).

Pemberian Intervensi *foot massage* 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. 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 endorphen, memberikan umpan balik dengan melepaskan asetilkolin dan histamin melalui impuls saraf aferen untuk tubuh beraksi melalui mekanisme reflek 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 arterioli dan vena, menurunkan resistensi pembuluh darah perifer dan dengan demikian menurunkan tekanan darah (Niswah *et al.*, 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Az Zaura *et al.*, 2023). menunjukan 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) menunjukan 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. S ditemukan terdapatnya masalah yaitu hipertensi tidak terkontrol tekanan darah. Didapatkan hasil tekanan darah Ny. S adalah 160/90 mmHg, nadi 68 x/menit suhu 36 °C, dan pernapasan 18x/menit. Ny. S mengatakan Jika terjadi kenaikan tekanan darah gejala yang dirasakan yaitu badan terasa lelah dan kepala terasa pusing dan terkadang terdapat kaku kuduk, Ny. S tidak meminum obat secara teratur Ny.S saat ini mengkonsumsi obat hipertensinya 2 hari sekali terkadang 3 hari sekali. dan Pada Tn Y juga didapatkan masalah yaitu hipertensi yang tidak terkontrol Didapatkan hasil tekanan darah Tn. Y adalah 170/90 mmHg, nadi 74 x/menit suhu 36 °C, dan pernapasan 19x/menit. Saat dilakukan pengkajian, Tn. Y mengatakan terkadang merasa sakit kepala, badan terasa lemas dan terkadang berat kuduk.

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

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada karya ilmiah akhir ini adalah mahasiswa mampu memberikan Asuhan Keperawatan Pada Lansia dengan Hipertensi dan Penerapan Terapi *Foot Massage* Terhadap Upaya Penurunan 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 Lansia

C. Manfaat

1. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil karya ilmiah ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi, sebagai acuan edukasi, dan perawatan tambahan untuk menurunkan dan menstabiilkan 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*.

