

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahap akhir dari fase kehidupan. Peningkatan angka harapan hidup penduduk dunia dari 66 tahun menjadi 73 tahun menunjukkan bahwa jumlah populasi lansia cenderung terus bertambah, seiring dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang kesehatan yang memungkinkan manusia hidup lebih lama dan mengatasi berbagai penyakit degeneratif (WHO, 2023). Proporsi penduduk lanjut usia di Indonesia juga semakin meningkat setiap tahunnya. Keberadaan usia lanjut ditandai dengan umur harapan hidup yang semakin meningkat dari tahun ke tahun, hal tersebut membutuhkan upaya memelihara dan meningkatkan kesehatan masa tua yang sehat, bahagia, bugar dan produktif (Nuriyati & Nahardian, 2021).

Seiring bertambahnya usia, seseorang akan mengalami proses menua. Proses penuaan merupakan kondisi biologis yang bersifat alamiah dan tidak dapat dihindari, ditandai dengan menurunnya fungsi organ tubuh, baik secara fisik, mental, sosial, maupun psikologis (Ramayanti & Etika, 2022). Penuaan adalah proses seumur hidup yang dimulai tidak hanya pada waktu tertentu, tetapi pada awal kehidupan. Penuaan merupakan proses alamiah, artinya seseorang melewati tiga tahap dalam hidupnya yaitu masa kanak-kanak, dewasa dan tua (Mawaddah & Wijayanto, 2020).

Seseorang yang sudah lanjut usia banyak terjadi penurunan kondisi fisik maupun biologis, kondisi psikologis, kondisi sosial dan kondisi kesehatan. Dengan bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses penuaan sehingga Penyakit tidak menular (PTM) banyak muncul pada lanjut usia (Setya et al., 2024). Penyakit tidak menular (PTM) atau disebut penyakit degeneratif adalah tipe penyakit yang muncul akibat perubahan fungsi sel-sel pada tubuh yang memengaruhi fungsi organ sehingga mengakibatkan gangguan metabolisme tubuh (Busetta & Bono, 2021). Penyakit tidak menular yang banyak diderita oleh sebagian besar orang antara lain penyakit jantung, stroke, hipertensi, diabetes, kanker, dan penyakit ginjal kronis. Di antara penyakit-penyakit tersebut, hipertensi dan diabetes merupakan penyakit yang paling banyak menyerang lansia di Indonesia dan mempunyai angka kesakitan dan kematian yang tinggi (Rosdewi NN et al., 2020).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh lansia. Hipertensi berbanding lurus dengan penuaan, pembuluh darah kehilangan kelenturannya seiring bertambahnya usia, sehingga tekanan darah sistolik meningkat seiring bertambahnya usia (Niswah et al., 2022). Hipertensi atau tekanan darah tinggi yang menyebabkan penebalan dinding pembuluh darah sehingga menyebabkan aterosklerosis dan kejang pada pembuluh darah di otak, emboli serebral dan pembekuan darah di otak menyebabkan hipoksia jaringan otak. Hipertensi atau tekanan darah tinggi terjadi ketika tekanan darah seseorang melebihi batas normal, yaitu tekanan

sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (Ramadhan & Setyowati, 2021).

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian tertinggi di dunia. Hal ini disebabkan oleh kemampuannya memicu berbagai komplikasi serius, seperti stroke, penyakit jantung iskemik, dan gagal ginjal (Ahmad, 2020). Stroke dan penyakit jantung iskemik sendiri merupakan dua kondisi yang menempati peringkat teratas sebagai penyebab utama kecacatan dan kematian secara global. Hipertensi sebagai salah satu faktor risiko utama kedua penyakit tersebut perlu mendapatkan perhatian khusus, karena dapat mengganggu keseimbangan fisiologis tubuh yang pada akhirnya meningkatkan risiko terjadinya stroke maupun serangan jantung (Berner-Rodoreda et al., 2023).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2021 menyatakan bahwa lebih dari 1,28 miliar orang di dunia menderita hipertensi, dan hampir dua pertiga di antaranya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (WHO, 2021). Tren global yang mengkhawatirkan menunjukkan bahwa beban hipertensi terus meningkat. Pada tahun 2022, didapatkan data dari *World Heart Federation* memperkirakan bahwa lebih dari 1,3 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, yang sejalan dengan angka tahun sebelumnya dan menekankan beban global yang berkelanjutan (World Heart Federation, 2025). Data dari (WHO, 2023) memperkuat hal ini dengan menyatakan bahwa jumlah penderita hipertensi dewasa (usia 30-79 tahun) mencapai 1,5

miliar, dan menegaskan status hipertensi sebagai masalah kesehatan global yang terus membesar, Hipertensi juga menyebabkan hampir 8 juta orang meninggal diseluruh dunia, dan hampir 1,5 juta orang meninggal di Wilayah Asia Tenggara pada setiap tahun (WHO, 2021).

Prevalensi hipertensi pada Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 secara nasional sebesar 30,8%. Wilayah tertinggi prevalensi di Indonesia adalah Kalimantan Tengah yaitu 40,7% dan terendah adalah Maluku Utara 22,0%. Distribusi prevalensi hipertensi menurut kelompok usia menunjukkan bahwa kelompok usia 65–74 tahun memiliki prevalensi tertinggi, yaitu 57,8%, diikuti oleh kelompok usia 75 tahun ke atas dengan prevalensi 64,0% dan Kelompok usia 15–24 tahun memiliki prevalensi terendah, yaitu 9,3% (SKI, 2023). Provinsi Sumatera Barat menempati peringkat ke-29 terkait angka penderita hipertensi se-Indonesia dengan Prevelensi hipertensi di Sumatera Barat sebesar 24,1% dan khusus di Kota Padang yaitu sebesar 35,6%. Selain itu, data dari Dinas Kesehatan Kota Padang (2023) menunjukkan bahwa penderita hipertensi di Kota Padang mencapai 168.130 orang.

Peningkatan prevalensi hipertensi menjadi perhatian karena berkaitan dengan komplikasi serius seperti stroke, infark miokard, dan gagal ginjal. Risiko ini dapat dicegah melalui pengelolaan tekanan darah yang baik, seperti rutin memantau tekanan darah, mengonsumsi obat antihipertensi, menjaga pola makan sehat, menghindari rokok dan alkohol, rutin berolahraga, serta mengelola stres (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Hipertensi dapat dikendalikan melalui terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis meliputi penggunaan obat seperti *benazepril*, *captopril*, *enalapril*, *metildopa*, *clonidine*, dan *amlodipine*. Sementara itu, terapi nonfarmakologis mencakup diet rendah garam dan lemak, pola makan sehat, olahraga rutin, relaksasi, terapi herbal, serta terapi pijat seperti terapi *massage* punggung, terapi *hand massage*, terapi *massage* tengkuk, dan terapi *foot massage* yang dapat membantu menurunkan dan menstabilkan tekanan darah (Ranasinghe et al., 2025).

Terapi *Foot massage* merupakan terapi komplementer yang efektif untuk dapat membantu menurunkan tekanan darah melalui mekanisme relaksasi dan pengurangan aktivitas sistem saraf simpatik (Putri et al., 2023). Pijat kaki juga dapat secara efektif mengurangi stres dan kecemasan serta meningkatkan kualitas tidur yang penting untuk menjaga stabilitas tekanan darah (Cabral et al., 2022). Penerapan pijat kaki dapat meningkatkan kelancaran aliran balik darah ke jantung, melebarkan pembuluh darah, merangsang aktivitas parasimpatis, dan pada akhirnya menimbulkan respon relaksasi yang menurunkan tekanan darah dan menstabilkan aliran darah kembali ke jantung (Sari et al 2022).

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. Pijatan pada kulit, jaringan otot, jaringan ikat, dan periosteum menstimulasi reseptor. Impuls saraf aferen menuju otak memicu

pelepasan endorfin, yang selanjutnya memicu pelepasan asetilkolin dan histamin. Proses ini mengaktifkan refleksi vasodilatasi, mengurangi aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan saraf parasimpatis untuk menurunkan denyut jantung (*heart rate*) dan nadi (*pulse rate*) (Niswah et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh (Hakiki et al. 2023) menunjukkan hasil bahwa terapi pijat kaki berpengaruh terhadap tekanan darah pada pasien dimana sebelum diberikan terapi pijat kaki sebesar 158/98 mmHg dan setelah diberikan terapi pijat kaki sebesar 144/89 mmHg. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ainun & Leini, 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.

Berdasarkan dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 28 April 2025 kepada Ny. D ditemukan terdapatnya masalah pada Ny. D yaitu hipertensi ditandai tidak terkontrol tekanan darah. Didapatkan hasil tekanan darah Ny. D adalah 160/98 mmHg, nadi 78 x/menit suhu 36°C, dan pernapasan 18x/menit. Ny. D mengatakan mengeluh bagian kuduk yang terasa kaku, sakit kepala dan pusing. Ny. D mengatakan jarang minum obat hipertensi dan jarang melakukan kontrol ke puskesmas. Ny. D baru

terdiagnosis hipertensi sejak 1 tahun yang lalu. Ny. D masih suka mengonsumsi makanan bergaram dan bersantan. Ny. D juga jarang berolahraga, Ny. D akan memeriksakan penyakitnya jika gejala kambuh.

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

2. Tujuan Khusus

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

- a. Melakukan pengkajian pada Ny. D dengan Hipertensi melalui Penerapan *Foot Massage* untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada Ny. D dengan Hipertensi melalui Penerapan *Foot Massage* untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang

- c. Merumuskan intervensi keperawatan pada Ny. D dengan Hipertensi melalui Penerapan *Foot Massage* untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang
- d. Melakukan implementasi pada Ny. D dengan Hipertensi melalui Penerapan *Foot Massage* untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang
- e. Melakukan evaluasi pada Ny. D dengan Hipertensi melalui Penerapan *Foot Massage* untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang
- f. Untuk Mengetahui pengaruh pemberian terapi *foot massage* terhadap Ny. D dengan Hipertensi melalui Penerapan *Foot Massage* untuk Menurunkan Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang

C. Manfaat

1. Bagi Institusi Pendidikan

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 efektifitas medis dalam merawat pasien.