

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis saat tekanan darah dalam arteri meningkat melebihi batas normal. Tekanan darah menunjukkan tingkat kekuatan dorongan darah pada permukaan pembuluh darah arteri saat darah dipompa oleh jantung. Seseorang dikatakan hipertensi apabila fase kontraksi atau sistolik lebih dari 140 mmHg atau fase relaksasi atau diastolik lebih dari 90 mmHg (Widjaja, 2009).

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian dini pada masyarakat di dunia dan semakin lama permasalahan tersebut semakin meningkat. *World Health Organization* (WHO) telah memperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 milyar orang di dunia menderita hipertensi setiap tahunnya (Setyanda, 2015). Berdasarkan data Statistik Kesehatan Dunia WHO tahun 2012, hipertensi menyumbang 51% kematian akibat stroke dan 45% kematian akibat jantung koroner (Kompas dalam Anggraini, 2013).

Menurut *American Heart Association* (AHA), penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun yang menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Hipertensi merupakan *silent killer* dimana gejala dapat bervariasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya. Gejala-gejalanya itu adalah sakit kepala atau rasa berat di tengkuk, vertigo, jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (*tinnitus*), dan mimisan (Kemenkes RI, 2013).

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2013 menunjukkan angka 26,5%, dimana sebaran penderita tertinggi berada di Provinsi Bangka

Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%), dan Jawa Barat (29,4%). Sementara angka prevalensi hipertensi di Provinsi Riau juga termasuk tinggi yaitu 20,9% dimana berdasarkan usia penderita paling banyak terjadi pada rentang usia 75 tahun ke atas yaitu sebesar 63,8% (Risikesdas, 2013).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru penyakit hipertensi menempati urutan ke-2 dari 10 penyakit yang terbesar. Tahun 2017 penderita hipertensi di seluruh puskesmas Kota Pekanbaru mencapai 23.885 orang, dari seluruh puskesmas Kota Pekanbaru, puskesmas Payung Sekaki menduduki urutan pertama yang menderita hipertensi yaitu 3.708 selanjutnya puskesmas Lima Puluh menempati posisi kedua penderita hipertensi yaitu 3.064 dan posisi yang ketiga di tempati oleh puskesmas Rumbai dengan penderita hipertensi sebanyak 1.784 orang dalam setahun (Dinas Kesehatan, 2017).

Faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah pada suatu waktu, antara lain aktivitas kerja, waktu istirahat (tidur), stress, posisi tubuh, kondisi pernapasan, olahraga dan makanan. Menurut faktor-faktor pemicu kemunculan hipertensi dapat dibedakan menjadi dua kelompok. Kelompok pertama adalah faktor-faktor yang tidak dapat dikontrol (genetik atau keturunan, jenis kelamin, dan umur). Kelompok kedua adalah faktor-faktor yang dapat dikontrol seperti kegemukan, kurang aktivitas fisik, merokok, pola konsumsi garam (Widjadja, 2009).

Hipertensi yang tidak terkontrol dan tidak mendapat penanganan yang baik akan menyebabkan komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, diabetes, gagal ginjal dan kebutaan. Stroke menyumbang (51%) dan Penyakit Jantung Koroner sebanyak (45%) merupakan penyebab kematian tertinggi. Selain itu kerusakan organ target akibat komplikasi Hipertensi tergantung kepada besarnya peningkatan tekanan darah dan lamanya kondisi tekanan darah tidak terdiagnosis dan tidak diobati. Organ-organ tubuh yang menjadi

target antara lain otak, mata, jantung, ginjal, dan dapat juga berakibat kepada pembuluh darah arteri perifer itu sendiri (Depkes RI, 2017).

Tingginya angka prevalensi setiap tahun menunjukkan bahwa hipertensi memerlukan penatalaksanaan yang benar. Wirakusumah (2012), mengatakan pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis. Pengobatan farmakologis merupakan pengobatan dengan menggunakan obat-obatan yang dapat membantu menurunkan serta menstabilkan tekanan darah. Pengobatan farmakologis memiliki efek samping yaitu dapat memperburuk keadaan penyakit atau efek fatal lainnya. Hal ini dikarenakan respon terhadap suatu jenis obat pada setiap orang berbeda. Efek samping yang mungkin timbul adalah sakit kepala, pusing, lemas dan mual (Susilo & Wulandari, 2011). Salah satu alternatif yang tepat untuk menurunkan tekanan darah tanpa ketergantungan obat dan efek samping adalah dengan menggunakan non-farmakologis. Pengobatan non-farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap untuk mendapatkan efek pengobatan pada saat obat anti-hipertensi diberikan (Dalimartha, et.al, 2008).

Pengobatan hipertensi bukan hanya menggunakan obat-obatan saja, metode pengobatan komplementer dengan terapi pijat refleksi dapat menjadi pilihan alternative yang baik dari segi manfaat dan keamanannya. Pijat refleksi adalah terapi noninvasif yang membantu mengurangi stress, penurunan berat badan, pembatasan alkohol, natrium, olahraga, relaksasi, dan pijat refleksi merupakan intervensi yang bisa dilakukan pada saat terapi hipertensi (Muttaqin, 2009). Penelitian Putri (2009) dengan judul “Efektivitas Massage Kaki dengan Minyak Esensial Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Dusun XI Desa Buntu Bedimbar Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang” dapat disimpulkan bahwa pijat refleksi mampu menurunkan tekanan darah dimana sebelum diberikan terapi tekanan darah penderita 165/105 mmHg dan nilai tekanan darah sesudah diberikan terapi adalah 162/104 mmHg.

Hasil studi pendahuluan di terapi Choyang Kota Pekanbaru terdapat 91 orang yang menderita hipertensi dari bulan Januari sampai febuari 2018, hasil wawancara yang dilakukan dengan 5 orang penderita di terapi Choyang mengatakan bahwa terdapat perubahan penurunan tekanan darah yang ditandai sakit kepala berkurang, mata berkunang-kunang berkurang dan tengkuk tidak sakit lagi.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti melihat pijat refleksi mempunyai potensi dalam menurunkan tekanan darah, disamping itu juga pijat refleksi terhitung murah dan aman bagi penderita hipertensi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang **“Pengaruh Pijat Refleksi Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Terapi Choyang Kota Pekanbaru”**.

B. Rumusan Masalah

Angka kejadian hipertensi terus meningkat dengan tajam, bila tidak dilakukan upaya penanggulangan maka penderita hipertensi akan semakin meningkat pula. Hipertensi dapat dicegah apabila diimbangi dengan gaya hidup yang sehat seperti pola makan yang sehat dan latihan. Salah satu cara yang bisa dilakukan untuk menurunkan tekanan darah adalah melakukan pijat refleksi. Selain tes ini jarang dilakukan, tes ini juga menggunakan alat yang sederhana. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian **“Pengaruh Pijat Refleksi Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Terapi Choyang Kota Pekanbaru”**.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pijat refleksi terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Terapi Choyang Kota Pekanbaru.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum diberikan terapi pijat refleksi terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Terapi Choyang Kota Pekanbaru.
- b. Mengidentifikasi tekanan darah sesudah diberikan terapi pijat refleksi terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Terapi Choyang Kota Pekanbaru.
- c. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat refleksi terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Terapi Choyang Kota Pekanbaru.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Hasil penelitian dapat dijadikan salah satu pengobatan alternatif untuk menurunkan dan mengontrol tekanan darah.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Dapat dijadikan sebagai *evidence base partice* dan salah satu pilihan untuk terapi komplementer bagi penderita hipertensi.

3. Bagi Tempat Penelitian

Dapat dijadikan salah satu eviden atau bukti tentang keefektifan pijat refleksi dalam menurunkan tekanan darah sehingga cakupan pemberian pijat refleksi bisa lebih ditingkatkan.

4. Penelitian Selanjutnya

Dapat digunakan sebagai dasar acuan atau sumber referensi untuk penelitian selanjutnya.