

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Tekanan darah merupakan masalah terbesar di dunia yang penuh dengan stress seperti saat ini. Stress merupakan salah satu penyakit yang tidak memiliki gejala klinis yang jelas dan menurunkan kondisi kesehatan serta pertanda dari penyakit kardiovaskular yang lebih serius. Tekanan darah tinggi disebabkan penyumbatan arteri oleh timbunan lemak, kekurangan kalsium serat, metabolisme gula yang buruk dan kurang olahraga. (Jain, 2011)

Tekanan darah merupakan faktor yang sangat penting pada sistem sirkulasi. Terdapat dua macam kelainan tekanan darah yakni dikenal dengan hipertensi atau tekanan darah tinggi dan hipotensi atau tekanan darah rendah. Hipertensi telah menjadi penyakit yang menjadi perhatian diberbagai dunia, karena seringkali menjadi penyakit tidak menular nomer satu banyak negara. Menurut (WHO) (2013) memaparkan bahwa peningkatan tekanan darah/hipertensi merupakan salah satu faktor kematian global dan diperkirakan telah menyebabkan 9,4 juta kematian dan 7% dari beban penyakit yang diukur dalam Disability Adjust Life Year (DALY) pada tahun 2010. (Fitriani & Nilamsari, 2017)

Menurut Wijaya dan Putri (2013) hipertensi merupakan suatu keadaan di mana tekanan darah mengalami peningkatan lebih dari 140/90 mmHg dan terus mengalami peningkatan, dan hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yang membuat tekanan darah tidak dapat berjalan dengan normal. Usia menjadi salah satu faktor yang menentukan batas tekanan darah yang normal (Masriadi, 2016).

Hipertensi dapat memberikan dampak yang membahayakan keselamatan jiwa sehingga perlu mendapat perhatian khusus. Jika hipertensi ini tidak ditangani dengan baik, maka dapat berdampak pada kematian penderitanya. Hal demikian dikarenakan tekanan

darah menjadi sangat tinggi, dan hal tersebut dapat menimbulkan penyakit yang lebih berbahaya, seperti jantung koroner dan stroke (Santosa, Chasani & Pramudo, 2016).

Hipertensi dapat terjadi karena beberapa faktor, di antaranya faktor genetik, umur, jenis kelamin, etnis, stres hingga obesitas/kegemukan (Wijaya & Putri, 2013). Konsumsi garam maupun makanan yang mengandung kolesterol tinggi, kopi, dan kebiasaan merokok juga menjadi faktor penyebab terjadinya hipertensi. Hipertensi menjadi salah satu penyebab terjadinya gangguan jantung, gagal ginjal maupun penyakit kardiovaskular. Hipertensi pada kebanyakan kasus cenderung terdeteksi ketika menjalani pemeriksaan fisik untuk penyakit tertentu, sehingga hipertensi ini sering disebut “*silent killer*.”

Berdasarkan data WHO, diketahui bahwa hipertensi menjadi penyakit yang menyebabkan kematian sebanyak 7,5 (12,8%) di dunia, dan hal tersebut membuat hipertensi menjadi faktor penyebab kematian terbesar ketiga di dunia. Hipertensi menjadi penyebab terhadap 62% terjadinya kasus stroke, dan 49% terjadinya serangan jantung. Selain itu, sebanyak tujuh juta kematian premature tiap tahun dikarenakan hipertensi. Laporan yang diungkapkan World Health Statistics pada tahun 2012, menyebutkan bahwa sebanyak 51% kematian disebabkan oleh stroke, serta 45% penyakit jantung koroner dikarenakan hipertensi.

Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas, 2013), prevalensi hipertensi yang terjadi di Indonesia sebanyak 25,8% dialami oleh orang-orang berusia lebih dari 18 tahun. Cakupan nakes berkisar 36,8%, dan sebagai besar kasus hipertensi di Indonesia (63,2%) tidak terdiagnosis. Selain itu, prevalensi diabetes melitus, hipertiroid serta hipertensi pada perempuan cenderung lebih tinggi dibanding pada laki-laki.

Penyebab seseorang mengalami hipertensi salah satunya karena mengonsumsi garam terlalu banyak. Penyakit hipertensi yang tidak segera ditangani dapat menimbulkan serangan stroke, jantung, gagal ginjal, hingga kebutaan. Oleh karena itu, perlu penanganan

yang tepat dan efisien agar hipertensi ini tidak menyebabkan komplikasi lebih lanjut. Salah satu penanganan yang dapat dilakukan untuk hipertensi tanpa mengonsumsi obat-obatan yaitu dengan massase kaki.

Wulandari (2010) menjelaskan bahwa pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu farmakologis, dan non farmakologis. Pengobatan farmakologis merupakan pengobatan berupa deuretik, betabloker dan vasodilator yang dilakukan dalam jangka panjang hingga seumur hidup. Kelebihan obat kimia deuretik yaitu ketepatan dosis, karena dibuat zat aktif, namun efek samping yang ditimbulkan lebih besar dibanding dengan terapi non farmakologi. Harga obat deuretik juga lebih mahal, karena bahan baku yang digunakan berasal dari luar negeri (Triyanto, 2014).

Chumiawati, Martini & Wahyuni (2016) mengungkapkan bahwa terapi massase atau pijat yang secara teratur dilakukan dapat menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik. Selain itu, terapi juga dapat menurunkan kadar hormon stres cortisol, dan menurunkan kecemasan, sehingga tekanan darah dapat turun serta membaiknya fungsi tubuh. Massase refleksi merupakan terapi pijat yang dilakukan dengan memberikan penekanan pada titik-titik syaraf di kaki, tangan maupun bagian tubuh lainnya, sehingga dapat memberikan rangsangan bio-eletrik pada tubuh (Trionggo, 2013). Terapi tersebut ditujukan untuk memberikan perasaan yang rileks akan terjadi vasodilatasi pembuluh darah, sehingga aliran darah di dalam menjadi lebih lancar dan tekanan darah kembali normal. Tubuh yang rileks dapat diperoleh dengan beberapa cara, seperti terapi menarik nafas dalam, terapi musik, serta terapi masase (Muttaqin, 2009).

Terapi masase dapat dilakukan dengan beberapa teknik, yaitu masase pada leher, kepala, kaki hingga punggung (Saputro, 2013). Terapi masase atau terapi pijat pada kaki yaitu terapi yang dilakukan dengan memanipulasi otot-otot serta jaringan tubuh menggunakan tekanan, menggosok dan virasi atau getaran yang dilakukan dengan jari

tangan, sikut, kaki alat manual maupun elektrik sehingga dapat memperbaiki kondisi kesehatan (Nurgiwati, 2015). Jika jaringan lunak dalam tubuh melemas, maka akan lebih banyak darah serta oksigen untuk dapat mencapai area yang terkena dampak serta mengurangi nyeri. Seseorang yang dapat menyiapkan sentuhan sebagai stimulus rileks akan muncul respon relaksasi (Dalimartha, 2012). Masase pada otot kaki dapat memperlancar sirkulasi darah, sehingga secara bertahap dapat mengendurkan ketegangan pada otot kaki, dan dapat memperlancar aliran darah ke jantung serta menurunkan tekanan darah (Widowati, 2015).

Fitri (2015) melakukan penelitian terkait masase kaki untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, dan hasilnya menunjukkan bahwa 20 responden menderita hipertensi primer. Masase kaki yang dilakukan kepada penderita hipertensi ini juga secara signifikan memiliki hubungan dengan penurunan tekanan darah, baik pada tekanan darah sistol ($p=0,004$) maupun pada tekanan darah diastol ($p=0,005$). Selain itu, seluruh responden juga merasakan kepuasan terhadap intervensi masase kaki yang diberikan kepadanya.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Bagaimana tekanan darah pada kelompok kontrol sebelum dilakukan masase kaki?
2. Bagaimana tekanan darah pada kelompok intervensi sebelum dilakukan masase kaki?
3. Bagaimana tekanan darah pada kelompok kontrol sesudah dilakukan massase kaki ?
4. Bagaimana tekanan darah pada kelompok intervensi sesudah dilakukan massase kaki ?
5. Bagaimana perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan massase kaki pada kelompok kontrol ?

6. Bagaimana perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan massase kaki pada kelompok intervensi ?
7. Apakah terdapat pengaruh massase kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas mertoyudan, Magelang ?

C. TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini memiliki tujuan umum dan tujuan khusus yang diuraikan sebagai berikut.

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tekanan darah penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Mertoyudan, Magelang sebelum dan sesudah diberikan masase kaki.

2. Tujuan khusus

Penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Mengetahui tekanan darah pada kelompok kontrol sebelum dilakukan masase kaki pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Mertoyudan, Magelang.
- b. Mengetahui tekanan darah pada kelompok intervensi sebelum dilakukan massase kaki pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Mertoyudan, Magelang
- c. Mengetahui tekanan darah pada kelompok kontrol sesudah dilakukan masase kaki pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Mertoyudan, Magelang.
- d. Mengetahui tekanan darah pada kelompok intervensi sesudah dilakukan massase kaki pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Mertoyudan, Magelang
- e. Mengetahui perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan masase kaki pada kelompok kontrol di wilayah kerja psukesmas Mertoyudan, Magelang
- f. Mengetahui perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan massase kaki pada kelompok intervensi di wilayah kerja puskesmas Mertoyudan, Magelang

- g. Mengetahui pengaruh massase kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi diwilayah kerja puskesmas Mertoyudan, Magelang.

D. MANFAAT PENELITIAN

Penelitian ini dapat memberikan manfaat secara praktis dan juga untuk pengembangan ilmu yang diuraikan sebagai berikut.

1. Manfaat praktis

a. Bagi responden

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan bagi penderita hipertensi mengenai pentingnya masase kaki terhadap penurunan hipertensi. Sehingga dapat dilakukan secara mandiri.

b. Bagi tempat penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi tempat pelayanan kesehatan, dalam hal ini puskesmas, untuk dapat memberikan terapi masase kepada penderita hipertensi.

2. Manfaat pengembang keilmuan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi perbandingan dan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya di bidang keperawatan, maupun pengaplikasian asuhan keperawatan.