

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Hipertensi atau yang biasa kita kenal dengan tekanan darah tinggi merupakan suatu kondisi masalah kesehatan yang paling banyak dan umum terjadi di dunia. Hipertensi merupakan kondisi medis yang sering kali dihubungkan dengan peningkatan tekanan darah yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi kesehatan serius. WHO mendefinisikan hipertensi (tekanan darah tinggi) yaitu sebagai suatu kondisi dimana tekanan di dalam pembuluh darah lebih dari 140/90 mmHg. Hipertensi disebut juga sebagai penyakit “*silent killer*” atau penyakit yang dapat membunuh penderitanya secara diam-diam atau perlahan, hal ini dikarenakan penyakit hipertensi sendiri tidak memiliki tanda gejala yang berat, sehingga kebanyakan sering diabaikan oleh penderitanya (Terapi et al. 2022). Namun, hipertensi tidak bisa dianggap sebagai penyakit yang biasa-biasa saja, perlu kita ketahui bahwa hipertensi yang tidak dikontrol dengan baik dapat menyebabkan penyakit kardiovaskuler yang lebih serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan juga gagal ginjal (Ainun, Kristina, and Leini 2021).

Hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, dimana terdapat 2 kategori faktor yaitu faktor yang tidak dapat diubah atau tidak dapat dimodifikasi dan juga faktor yang dapat diubah atau dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat diubah atau tidak dapat dimodifikasi contohnya genetik (keturunan) dan juga usia,

untuk faktor yang dapat diubah atau dapat dimodifikasi yaitu pola makan, kebiasaan atau riwayat merokok, aktivitas fisik (Rejo and Nurhayati 2021). Hal-hal tersebut biasa kita sebut dengan istilah gaya hidup. Gaya hidup ini dapat menjadi faktor tingginya angka kejadian hipertensi.

Menurut WHO (2023), sebanyak 1,28 miliar orang dewasa dengan usia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, yang mana sebanyak 2/3nya tinggal di negara yang memiliki penghasilan menengah ke bawah. Di dapatkan data bahwa negara dengan prevalensi hipertensi tertinggi yaitu wilayah Afrika dengan presentase 27% dan untuk negara yang memiliki prevalensi hipertensi terendah yaitu wilayah Amerika dengan presentase 18% . Indonesia berada di urutan keempat dengan kasus hipertensi tertinggi di dunia. Menurut Riskesdas 2018, didapatkan hasil sebesar 44,1% penderita hipertensi berada di wilayah Kalimantan dan untuk wilayah dengan presentase hipertensi terendah yaitu wilayah Papua dengan hasil 22,2%. Kemudian untuk kasus hipertensi sendiri di wilayah Jawa Tengah, khususnya di Kabupaten Semarang mengalami peningkatan, yang mana pada tahun 2013 prevalensi kejadian hipertensi berada pada presentase 26,4%, kemudian pada tahun 2018 prevalensi kejadian hipertensi mencapai presentase 37,6% (Dinkes Kota Semarang 2021).

Terdapat beberapa macam pengobatan hipertensi, yang pertama yaitu pengobatan dengan menggunakan obat-obat antihipertensi, seperti beta-blocker, diuretik, serta obat-obatan lainnya, namun hal ini jika dilakukan dalam jangka waktu yang lama akan berdampak pada kesehatan ginjal. Selain pengobatan

farmakologis juga dapat dilakukan pengobatan non-farmakologis yang dapat menjadi alternatif dalam penurunan tekanan darah seperti diet DASH, diet asupan sodium, *Mindfulness-based stress-reduction program* (MBSRP), pengurangan konsumsi alkohol, dan aktivitas fisik (Iqbal and Handayani 2022). Selain dari kedua pengobatan tersebut juga dapat dilakukan pengobatan suportif pada penderita hipertensi seperti terapi akupuntur, terapi meditasi dan yoga, terapi musik, terapi bekam basah dan juga terapi *massage* atau pijat (Trisnawati and Jenie 2019). *Hand and foot massage* pada penderita hipertensi dapat dilakukan sebagai salah satu terapi suportif, dimana terapi ini merupakan salah satu bentuk refleksiologi yang didasarkan pada titik-titik tertentu yang berhubungan dengan berbagai sistem tubuh. Stimulus yang dilakukan pada titik-titik tertentu tersebut dipercaya dapat membantu menyeimbangkan fungsi organ, memberikan rasa rileks dan juga dapat memperlancar sirkulasi darah dalam tubuh (Rahmadani Putri and Lazuardi 2023), selain itu terapi ini juga minim efek samping sehingga dapat digunakan dalam jangka waktu yang panjang. *Hand and foot massage* dapat menurunkan tekanan darah sistolik karena terapi ini dapat menstimulasi saraf parasimpatis yang berdampak pada penurunan denyut jantung dan juga curah jantung. Selain itu *hand and foot massage* dapat membantu menurunkan tekanan darah diastolik dikarenakan pijat dapat memberikan efek relaksasi otot polos pada pembuluh darah sehingga dapat memperbesar diameter pembuluh darah dan menurunkan resistensi vaskular perifer.

Selain terapi *hand and foot massage*, minyak sereh dapat dijadikan sebagai pelengkap dalam intervensi *hand and foot massage* yang digunakan untuk menurunkan stres dan kecemasan. Minyak sereh dapat digunakan oleh penderita hipertensi karena aromanya dapat memberikan rasa tenang dari rasa stress, kecemasan hingga depresi (Louisa, Hartanto, and Sylvia 2020). Terapi suportif *massage* dengan menggunakan minyak sereh dapat digunakan sebagai tindakan atau pengobatan yang diberikan kepada penderita hipertensi guna menurunkan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik

Menurut studi penelitian yang telah dilakukan sebelumnya terdapat perbedaan tekanan darah pada penderita hipertensi ketika diberikan terapi *foot massage* atau pijat kaki. Selaras dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Ervianda, Hermawati, and Yuningsih 2023) dengan judul penelitian “Penerapan *Foot Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di RSUD Kabupaten Karanganyar”, dimana dalam jurnal penelitian ini diperoleh hasil yang menyatakan bahwa terdapat penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi ketika diberikan terapi *foot massage*.

Selain itu, menurut penelitian yang telah dilakukan oleh (Rini 2020) dengan judul penelitian “Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Lavender dan *Hand Massage* Terhadap Perubahan Kecemasan, Tekanan Darah dan Kortisol pada Pasien Hipertensi” dijelaskan bahwa selain intervensi *hand massage* aromaterapi juga berpengaruh terhadap tekanan darah, hal ini dikarenakan aromaterapi dapat memberikan efek yang menenangkan sehingga klien bisa merasa lebih rileks.

Perpaduan antara pijatan *hand massage* dengan pelengkap minyak sereh dapat menjadi terapi suportif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu petugas Puskesmas Getasan menyatakan bahwa kasus hipertensi masih menjadi kasus yang banyak dialami oleh masyarakat. Data hipertensi yang tercatat di Puskesmas Getasan mencapai 632 orang, yang mana terbagi menjadi 9 kelurahan yaitu kelurahan Getasan (118 orang), Wates (87 orang), Tolokan (58 orang), Ngrawan (35 orang), Manggihan (32 orang), Batur A (80 orang), Batur B (80 orang), Kopeng (124 orang) dan juga Nogosaren (18 orang). Dari data diatas dapat diketahui jika sebagian besar populasi responden yang menderita hipertensi di kelurahan Kopeng. Berdasarkan hasil dari studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada 10 orang di wilayah kerja Puskesmas Getasan khususnya di Desa Kopeng di dapatkan data bahwa di wilayah tersebut memang terdapat kasus hipertensi baik pada usia produktif maupun pada lansia, baik laki-laki maupun perempuan. Pelaksanaan ini menggunakan alat *sphygmomanometer* digital untuk mengukur tekanan darah. Dari pengecekan tersebut didapatkan hasil 8 orang memiliki tekanan darah yang cukup tinggi yaitu dengan kisaran 160/90 mmHg, dimana sebagian besar dari penderita tersebut karena adanya faktor keturunan dan juga gaya hidup yang kurang sehat. Selain itu masyarakat disana mengatakan bahwa untuk mengatasi hipertensi dengan menggunakan rebusan daun seledri, buah pir, dan lain-lain.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Terapi *Hand and Foot Massage* dengan Minyak

Sereh terhadap Tekanan Darah pada penderita Hipertensi di Puskesmas Getasan”, hal ini dikarenakan belum ada penelitian khusus terkait terapi suportif tersebut.

## B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh pemberian terapi *hand and foot massage* dengan minyak sereh terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Getasan?

## C. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi suportif *hand and foot massage* dengan minyak sereh terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Getasan.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tekanan darah (sistolik dan diastolik) sebelum intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol
- b. Untuk mengetahui tekanan darah (sistolik dan diastolik) sesudah intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol
- c. Untuk mengetahui perbedaan tekanan darah (sistolik dan diastolik) sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi
- d. Untuk mengetahui perbedaan tekanan darah (sistolik dan diastolik) sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok kontrol

- e. Untuk menganalisis pengaruh terapi suportif *hand and foot massage* dengan minyak sereh terhadap tekanan darah (sistolik dan diastolik) pada penderita hipertensi di Puskesmas Getasan

#### D. Manfaat

##### **1. Bagi Penderita Hipertensi**

Untuk memberikan informasi mengenai manfaat terapi suportif *hand and foot massage* dengan minyak sereh sebagai pengobatan non-farmakologis dalam mengontrol tekanan darah.

##### **2. Bagi Puskesmas Getasan**

Diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu acuan dalam memberikan edukasi maupun pelayanan kepada penderita hipertensi yang datang ke Puskesmas Getasan terkait manajemen tekanan darah dengan terapi suportif

##### **3. Bagi Peneliti**

Untuk menambah pengetahuan peneliti dalam mengembangkan kemampuan dan melakukan penelitian terkait pengaruh pemberian terapi suportif *hand and foot massage* dengan minyak sereh terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Getasan.

##### **4. Bagi Ilmu Keperawatan**

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu keperawatan dalam bidang keperawatan dengan memberikan bukti ilmiah mengenai terapi *hand and foot massage* dengan minyak sereh terhadap tekanan darah.