

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Lansia didefinisikan oleh *Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD) Labour Force Statistics (2022)* sebagai seseorang dengan usia 65 tahun dan selanjutnya. Di Indonesia, lansia dikategorikan sebagai seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun dan selebihnya (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Usia lanjut secara biologis akan mengalami proses penuaan yang mengakibatkan penurunan fungsi fisiologis dan psikologis, serta meningkatkan risiko timbulnya penyakit. Selain itu, proses penuaan dapat menyebabkan lansia memiliki penyakit degeneratif dan kompleks (*World Health Organization, 2022*). Salah satu penyakit degeneratif yang sering dialami oleh lansia adalah hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang paling sering dimiliki orang didunia ini termasuk lansia. Hipertensi adalah kondisi meningkatnya tekanan darah dimana nilai sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg (WHO, 2021).

Hipertensi bukanlah suatu penyakit yang menular, namun dapat menjadi penyebab kematian terbanyak dibandingkan gabungan penyakit lainnya di dunia (Hasnawati, 2021). Menurut Waryantini, Amelia dan Harisman (2021), hipertensi adalah salah satu penyakit berbahaya di antara penyakit lainnya yang saat ini menempati urutan ketiga sesudah kanker dan kardiovaskular. Hipertensi yang terjadi secara berkepanjangan akan mengakibatkan sistem organ dan sirkulasi yaitu jantung dan otak yang mendapat suplai darah menjadi tegang dan meningkatkan faktor risiko terjadinya penyakit stroke ataupun penyakit kardiovaskular lainnya (Mufarokhah, 2020).

Menurut WHO (2021) 1,13 triliun manusia didunia ini memiliki hipertensi dimana setidaknya satu dari empat pria dan satu dari lima wanita memiliki kondisi tersebut. Diperkirakan 1,28 miliar populasi berusia 30-79 tahun didunia menderita hipertensi dimana sebagian besar (67%) berasal dari negara berpenghasilan

menengah dan rendah. Sementara itu, menurut data Kemenkes RI (2019) prevalensi hipertensi di Indonesia yaitu sebesar 63.309.620 orang (34,11%) dengan kelompok usia 45-54 tahun sebanyak 45,3% dan lebih dari 55 tahun sebanyak 55,2%. Berdasarkan lokasi penyebarannya, angka hipertensi ditemukan paling tinggi di Kalimantan Selatan (44,1%) dan terendah berada di Papua (22,2%). Wilayah DKI Jakarta menempati posisi ke-9 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi terbanyak yakni 34,43%. Di wilayah Jakarta Timur jumlah kasus hipertensi diperkirakan mencapai 2.163.132 kasus. Hal tersebut menempatkan Jakarta Timur pada peringkat pertama dengan kasus hipertensi terbanyak dibandingkan dengan kota lainnya se-DKI Jakarta. Berdasarkan data dari puskesmas setempat dan kader wilayah RW 008 dari total 113 lansia sebanyak 78 lansia tercatat memiliki masalah kesehatan hipertensi.

Dari total 34,11% penderita hipertensi di Indonesia sebanyak 32,3% penderita tidak rutin konsumsi obat dan 13,3% penderita tidak konsumsi obat sama sekali. Alasan tertinggi dari tidak konsumsi obat adalah penderita merasa bahwa dirinya sehat (59,8%). Hal ini menunjukkan bahwa angka kesadaran sebagian besar penderita hipertensi akan bahaya penyakit ini masih rendah dan mayoritas tidak mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi sehingga tidak mendapat pengobatan yang tepat. Selain itu, menurut Zhou *dkk* (2021) terdapat setidaknya 700 juta penderita hipertensi yang tidak diobati. Studi yang dilakukan oleh Oliveros *dkk* (2020) dan Benetos, Petrovic dan Strandberg (2019) mempelajari mengenai epidemiologi hipertensi pada lansia selama satu dekade menunjukkan hasil bahwa hipertensi yang tidak teratasi terutama pada lansia dapat meningkatkan peluang munculnya masalah kesehatan yang serius seperti gagal jantung, stroke infark miokard, gagal ginjal hingga kematian. Selain itu, berdasarkan studi yang dilakukan oleh Chantakeeree *dkk* (2022) dan Zheng *dkk* (2021) hipertensi dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya, dimana penderita hipertensi yang tinggal di daerah perkotaan memiliki kualitas hidup lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang di pedesaan. Faktor-faktor yang mempengaruhi perbedaan tersebut dapat berupa latar belakang pendidikan yang menyebabkan minimnya pengetahuan yang dimiliki terkait hipertensi, status ekonomi yang rendah dan tidak adanya transportasi untuk mengakses pelayanan

kesehatan menyebabkan penderita hipertensi memiliki status kesehatan yang rendah yang berakibat pada kualitas hidup lansia yang rendah.

Terdapat beberapa cara pengobatan untuk dapat mencegah hipertensi yang tidak terkontrol dan mencegah terjadinya faktor risiko penyakit lain muncul. Pertama, cara farmakologis yakni dengan konsumsi obat secara rutin dan non farmakologis yaitu dengan mengubah pola hidup tidak sehat, memperhatikan asupan nutrisi dan melakukan aktivitas fisik ringan yang dapat membantu menurunkan tekanan darah. Namun merubah gaya hidup yang sudah dijalani menahun bukanlah suatu hal yang mudah. Oleh sebab itu, terdapat intervensi berupa terapi komplementer. Terapi komplementer merupakan terapi yang dapat dilakukan seiring dengan berjalannya terapi pengobatan farmakologis. Terapi komplementer mengambil pendekatan holistik dalam merawat pasien, dimana perawat berperan mendukung pasien seutuhnya dengan menggabungkan kebutuhan fisik, emosional dan spiritual (*National Health Scotland, 2019*). Beberapa terapi komplementer yang telah terbukti menurunkan tekanan darah yakni teknik akupuntur, akupressur, pijatan bekam atau tanaman toga (Trisnawati dan Jenie, 2019).

Terapi komplementer yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah terapi *foot reflexology*. *Foot reflexology* merupakan prosedur perawatan non-invasif dan telah lama dilakukan di Thailand (Kotruchin *dkk*, 2021). Menurut Smith *dkk* (2018) *foot reflexology* adalah teknik menekan bagian kaki tertentu dengan lembut yang memicu respon fungsional dalam tubuh. Teknik memijat di area kaki ini dapat dilakukan dengan berbagai media yaitu tangan atau benda seperti kayu, plastik atau karet. Prinsip dari *reflexology* adalah area kaki terhubung dengan organ lain melalui sistem saraf, sehingga tekanan yang diberikan pada area kaki akan merangsang pergerakan energi di sepanjang jalur saraf (Listiani dan Hartanti, 2021).

Metode *reflexology* ini direkomendasikan oleh Departemen Pengobatan Tradisional dan Alternatif Thailand karena menggunakan teori zona dan teori Meridian (Departemen Pengobatan Tradisional dan Alternatif Thailand, 2019). Teori meridian dalam pengobatan Tiongkok tradisional menggambarkan mekanisme *Blood Pressure* dan *Heart Rate*-lower menggunakan istilah "Qi" yang

diyakini sebagai bagian penting yang membentuk bagian dari setiap makhluk hidup. Dalam penelitian ini titik *foot reflexology* yang diberikan adalah titik Taichong. Penekanan yang diberikan pada titik Taichong area kaki membuat ‘Qi’ mengalir dengan lancar, sehingga menurunkan tekanan darah (Jing *dkk*, 2022) (Embong *dkk*, 2015). Hal tersebut dibuktikan oleh studi yang dilakukan oleh Lin *dkk* (2016) yang menunjukkan bahwa penekanan pada titik Taichong lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah baik sistolik maupun diastolic dibandingkan dengan titik lain. Selain itu, titik tersebut mampu menstimulasi fungsi kerja organ hati serta kelenjar adrenal sehingga mampu menurunkan tekanan darah maupun nadi.

*Foot Reflexology* memiliki banyak manfaat terhadap tubuh karena dapat membantu mengembalikan homeostasis energi tubuh (Listiani dan Hartanti, 2021). Selain itu, terapi komplementer ini dapat meningkatkan produksi hormon endorfin dan sekresi ensefalon yang berfungsi untuk mengendalikan rasa sakit dan melancarkan sirkulasi darah (Arianto, 2018). Manfaat lainnya adalah terapi ini mampu menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi. Penurunan tekanan darah akibat *foot reflexology* terjadi karena terstimulasinya sistem saraf yang membuat tubuh rileks. Tubuh yang rileks menyebabkan peningkatan produksi hormon endorphin di otak dan menurunkan produksi hormon kortisol, akibatnya aliran darah dan sistem pompa jantung lebih terkontrol (Nizar, Farida dan Murniati, 2021). Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Kotruchin *dkk*, (2021) yang menunjukkan terjadinya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik serta nadi pada pasien hipertensi akibat *foot reflexology*. Studi lain yang dilakukan oleh Jing *dkk* (2022), Mohamed dan Abdalla (2018) dan Lin *dkk* (2016) menunjukkan bahwa *foot reflexology* mampu memberikan dampak positif yaitu penurunan tekanan darah, nadi, rasio pernapasan dan meningkatkan saturasi oksigen. Selain itu, menurut studi yang dilakukan oleh McCullough *dkk* (2018) dan Soheili *dkk* (2017), yang membuktikan bahwa *foot reflexology* efektif dalam membantu menurunkan tingkat stress dan memberikan dampak positif pada penurunan tekanan darah. Beragamnya manfaat dan tingginya tingkat keberhasilan *foot reflexology* dari setiap penelitian tersebut menyebabkan terapi

ini disarankan agar dapat dimasukkan kedalam rencana asuhan keperawatan bagi penderita hipertensi (Saputra, Mulyadi dan Mahathir, 2020).

Dalam mengatasi permasalahan hipertensi, pemerintah telah memberikan upaya penanganan hipertensi dari tingkat promotif hingga kuratif. Pemerintah juga menciptakan PROLANIS (Program Penyelenggaraan Penyakit Kronis) guna mencegah atau memperlambat komplikasi yang disebabkan oleh penyakit kronis seperti hipertensi. Selain itu, Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) menyebutkan bahwa biaya penanganan hipertensi mengalami kenaikan setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2019). Namun upaya tersebut dianggap masih kurang optimal karena dalam studi yang dilakukan oleh Khoe *dkk* (2020) menunjukkan hanya sekitar 0,02% populasi berisiko tinggi hipertensi yang memanfaatkan layanan tersebut. Rendahnya angka kesadaran masyarakat Indonesia terkait hipertensi menjadi bukti bahwa upaya-upaya pemerintah belum sepenuhnya terserap oleh masyarakat.

Berdasarkan uraian diatas, disinilah peran perawat sebagai pemberi asuhan keperawatan berbasis keluarga sangat dibutuhkan untuk menjadi penghubung antara stakeholder dengan masyarakat guna penanganan hipertensi terserap kepada masyarakat terutama lansia serta mendampingi perawatan lansia dengan hipertensi. Hal tersebut didukung oleh studi yang dilakukan Astiarani *dkk* (2023) yang menunjukkan bahwa penanganan hipertensi berbasis keluarga lebih efektif dibandingkan dengan penanganan secara individu. Hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk menerapkan asuhan keperawatan berbasis *evidence based nursing* yakni *foot reflexology* yang memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi. Peneliti juga merasa bahwa penelitian ini sangat penting dilakukan mengingat manfaat yang dapat dirasakan secara langsung bagi lansia penderita hipertensi.

## **I.2 Tujuan Penelitian**

### **I.2.1 Tujuan Umum**

Tujuan penulisan karya ilmiah akhir ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan melalui intervensi *foot reflexology* yang bertujuan untuk penurunan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi.

## **I.2.2 Tujuan Khusus**

- a. Melakukan asuhan keperawatan kepada keluarga dengan lansia hipertensi yang terdiri dari pengkajian, analisa data, penegakkan diagnosa, intervensi keperawatan hingga implementasi keperawatan.
- b. Menganalisis asuhan keperawatan keluarga dengan lansia yang menderita hipertensi sebelum diberikan *foot reflexology*.
- c. Menganalisis asuhan keperawatan keluarga dengan lansia yang menderita hipertensi sesudah diberikan *foot reflexology*.
- d. Menganalisis intervensi *foot reflexology* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi.
- e. Menghasilkan produk luaran *booklet* mengenai cara menangani hipertensi pada lansia.

## **I.3 Manfaat Penelitian**

### **I.3.1 Manfaat Bagi Lansia**

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah pengetahuan atau memberikan informasi kepada lansia penderita hipertensi mengenai penanganan hipertensi dan manfaat *foot reflexology* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

### **I.3.2 Manfaat Bagi Keluarga**

Karya ilmiah ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga dalam merawat lansia penderita hipertensi.

### **I.3.3 Manfaat Bagi Puskesmas**

Peneliti berharap karya ilmiah ini dapat memberi informasi bagi puskesmas sehingga dapat memberdayakan kader posbindu untuk mengembangkan asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah hipertensi yaitu dengan cara memberikan terapi *foot reflexology*.

#### **I.3.4 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan**

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi masukan atau saran dalam pengembangan kurikulum pendidikan khususnya mahasiswa/i keperawatan dalam praktik keperawatan keluarga pada lansia dengan masalah hipertensi melalui penerapan intervensi *foot reflexology*.

#### **I.3.5 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi referensi pengetahuan dan dasar bagi peneliti selanjutnya. Terutama dalam menganalisis teori serta asuhan keperawatan tentang hipertensi dan cara menurunkan tekanan darah dengan melakukan terapi *foot reflexology*.