

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sampai saat ini, hiperetensi masih menjadi salah satu penyebab kematian di dunia yang biasanya di juluki sebagai *The Silent Killer* (Astuti et al., 2021). Hipertensi merupakan penyakit dimana tekanan darah pada seseorang melebihi ambang batas normal yang telah ditentukan. Menurut WHO, tekanan darah dapat dikatakan tinggi jika tekanan darah sistoliknya berada diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastoliknya berada di atas 90mmHg.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 diketahui bahwa sekitar 1,13 miliar orang di dunia yang mengidap penyakit hipertensi dan penyakit ini menempati urutan ketiga sebagai penyakit tidak menular yang dapat menyebabkan kematian. Jumlah hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, di perkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi. Jumlah hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, di negara berkembang ditemukan kasus penderita hipertensi sebanyak 333 juta dari 972 juta penderita hipertensi dan 639 juta lainnya di temukan di negara yang sedang berkembang termasuk di negara Indonesia (Sakinah et al., 2018).

Berdasarkan data Riset Kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 diketahui bahwa hipertensi menempati peringkat kedua dari 10 penyakit tidak menular di indonesia. Prevalensi jumlah kasus hipertensi diIndonesia sebesar 63.309.620 orang dan terdapat 427.218 kasus kematian akibat hipertensi. Hipertensi terjadi pada berbagai kelompok usia mulai pada usia

18-24 tahun (13,2%), umur 25-34 tahun (20.1%), umur 35-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%), umur diatas 75 tahun (69,5%) dan yang paling banyak menderita penyakit hipertensi yaitu perempuan sebesar 36,9%, sedangkan laki-laki 31,3%. Berdasarkan sebaran kasus hipertensi pada 38 Provinsi di Indonesia diketahui Sulawesi Tenggara menempati urutan ke 18 dari 38 provinsi dengan prevalensi hipertensi sebesar 29,75% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Data dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara menunjukkan jumlah hipertensi dengan prevalensi tertinggi berada di Kabupaten Buton selatan (39.13%) dan prevalensi terendah berada di Kabupaten Buton Tengah (16.96). Data yang dapat diketahui dari Riskesdas Sulawesi Tenggara 2018, hipertensi di kota Kendari menempati urutan ke 10 dari 17 kabupaten kota di provinsi Sulawesi Tenggara dengan jumlah hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada suatu kelompok usia 18 tahun yaitu sebesar 27,2% (Riskesdas, 2018).

Hasil pengambilan data awal di Puskesmas Lepo-Lepo kota Kendari pada tiga tahun terakhir menunjukkan pada tahun 2021 berjumlah 4954 penderita hipertensi, sedangkan pada tahun 2022 mengalami penurunan dengan jumlah 3847, kemudian pada tahun 2023 terjadi penurunan dengan jumlah 995 penderita penyakit hipertensi. Penurunan yang signifikan ini terjadi dikarenakan pengobatan rutin yang dilakukan oleh penderita hipertensi dengan rutin mengambil obat penurun hipertensi di ruang poli Puskesmas Lepo-Lepo.

Gejala umum pada seseorang yang menderita hipertensi antara lain nyeri kepala, epistaxis, jantung berdebar, sulit bernapas setelah bekerja keras, mudah lelah, mudah marah, telinga berdengung, pusing, tinitus, dan pingsan. Dari semua gejala di atas, nyeri kepala merupakan salah satu gejala yang paling sering dialami oleh penderita hipertensi (Tika, 2021).

Proses terjadinya nyeri kepala disebabkan oleh adanya perubahan struktur pembuluh darah pada saat pembekuan darah, yang kemudian mengakibatkan terjadinya otot yang mengencangkan pembuluh darah untuk mengecilkan ruang di dalamnya dan resistensi pembuluh darah pada saat pembekuan darah, yang keduanya meningkat dan menyebabkan terjadinya nyeri kepala pada pasien hipertensi (Murtiono & Ngurah, 2020).

Nyeri kepala yang dialami penderita hipertensi merupakan sensasi tidak nyaman seperti tertusuk-tusuk atau dipukul dibagian kepala termasuk wajah dan leher, yang merupakan keluhan yang sangat umum pada penderita hipertensi. Nyeri kepala disebabkan oleh aliran darah yang tidak memadai ke jaringan otak karena adanya penebalan dinding pembuluh darah, nyeri kepala muncul ketika tekanan darah diatas 140/90 mmHg (Setiawan, 2020).

Gejala nyeri yang sering menjadi keluhan utama dapat diatasi dengan menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan secara farmakologi dapat berupa pemberian obat-obatan, sedangkan secara non farmakologi dapat dilakukan dengan terapi relaksasi. Terapi ini merupakan salah satu terapi keperawatan yang dilakukan perawat dalam menangani keluhan nyeri yang diderita pasien hipertensi.

Beberapa terapi relaksasi yang terbukti menurunkan skala nyeri dan tekanan darah antara lain, terapi otot proregresif, terapi relaksasi *guided imagery* dan terapi *foot massage* (Kusuma et al., 2021).

Foot Massage adalah terapi yang mudah dan aman diberikan pada klien melalui manipulasi jaringan ikat dengan pukulan, gosokan atau meremas untuk memberikan dampak pada peningkatan sirkulasi, memperbaiki sifat otot dan memberikan efek relaksasi. *Foot Massage* mampu memberikan efek relaksasi yang mendalam, mengurangi kecemasan, mengurangi rasa sakit, ketidaknyamanan secara fisik, dan meningkatkan kualitas tidur pada seseorang. Saat kaki dipijat energi akan diproduksi dalam tubuh dan aliran darah menjadi lancar sehingga memudahkan aliran energi dalam tubuh (Gustini et al., 2021).

Beberapa penelitian sebelumnya membuktikan bahwa dengan terapi *foot massage* dapat menurunkan tekanan darah dan mengurangi rasa nyeri, hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Penelitian Yeni wiji putri winantuningtyas, 2023 juga mengatakan bahwa tindakan *foot massage* pada bagian kaki dan setiap titik-titik yang sudah ditentukan dengan posisi nyaman selama 3 hari dalam waktu 10 -15 menit dapat menurunkan nyeri dan tekanan darah. Dari pengkajian awal yang sudah dilakukan terdapat keluhan nyeri kepala skala 6 dan leher tegang/kaku, terjadi peningkatan tekanan darah yaitu 134/90 mmHg. Setelah terapi dilakukan selama tiga hari, terjadi penurunan skala nyeri menjadi skala 0 dan tekanan darah menurun menjadi 112/82 mmHg (Winantuningtyas & Ismoyowati, 2024).

Penelitian Arianto 2018, juga mengatakan pada waktu pagi dan sore

hari didapatkan bahwa tekanan darah dari responden hipertensi setelah diberi terapi *foot massage* mengalami penurunan. Terdapat perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok eksperimen sesudah intervensi. Pada sesi pagi kelompok eksperimen terjadi penurunan tekanan darah sistolik yaitu dari 156,50 mmHg menjadi 151,91 dengan selisih sebesar 4,59 mmHg selanjutnya untuk tekanan darah diastoliknya juga mengalami penurunan dari 98,05 mmHg menjadi 95,50 mmHg dengan dengan selisih sebesar 2,55 mmHg. Selanjutnya pada sesi sore terjadi penurunan tekanan darah sistolik yaitu dari 151,50 mmHg menjadi 143,50 dengan selisih sebesar 8 mmHg dan untuk tekanan darah diastoliknya juga mengalami penurunan dari 93,29 mmHg menjadi 88,82 mmHg dengan dengan selisih 4,47 mmHg (Arianto et al., 2018).

Terapi *foot massage* efektif dapat menurunkan tekanan darah dan mengurangi nyeri pada penderita hipertensi karena bisa menimbulkan efek relaksasi terhadap otot-otot yang kaku sehingga dapat terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah menurun dan dapat menurunkan intensitas nyeri (Ainun et al., 2021). Terapi pijat atau *massage* merupakan salah satu terapi komplementer yang saat ini di gunakan untuk penderita hipertensi. *Massage* merupakan terapi paling efektif yang dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi karena dapat menyebabkan tekanan darah turun secara stabil (Ardiansyah & Huriah, 2019).

Foot massage merupakan manipulasi dari jaringan lunak pada kaki secara umum dan tidak hanya berpusat pada titik-titik tertentu pada telapak kaki yang terhubung ke bagian lain pada tubuh (Abduliansyah,

2018). *Footmassage* bertujuan menurunkan tekanan darah, dan mengurangi kegiatan jantung dalam memompa, dan dapat mengurangi mengerutnya dinding- dinding pembuluh darah sehingga tekanan pada dinding-dinding pembuluh darah berkurang dan menjadi lancar sehingga dapat menyebabkan tekanan darah menurun dan intensitas nyeri menurun (Patria,2019).

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran penerapan terapi *foot massage* terhadap perubahan tingkat nyeri pada pasien hipertensi di ruangan Poli Puskesmas Lepo-Lepo Kota Kendari”.

B. Rumusan Masalah

Dengan melihat latar belakang di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran penerapan terapi *footmassage* terhadap perubahan tingkat nyeri pada Ny. E dengan diagnosa medis hipertensi di ruangan Poli Puskesmas Lepo-Lepo Kota Kendari”?

C. Tujuan Studi Kasus

Mampu menerapkan terapi *foot massage* terhadap perubahan tingkat nyeri pada Ny. E dengan diagnosa medis hipertensi di ruangan Poli Puskesmas Lepo-Lepo Kota Kendari.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi klien/masyarakat

Dapat meningkatkan pengetahuan kepada masyarakat terkait terapi yang dapat di gunakan untuk menurunkan tingkat nyeri selain menggunakan obat-obatan.

2. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan

Penelitian ini di harapkan dapat menambahkan keluasan ilmu dan teknologi terapi di bidang keperawatan dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien hipertensi dengan melalui terapi *foot massage*

3. Bagi penulis

Terapi non farmakologi yang di terapkan pada peneliti ini dapat di jadikan sebagai tambahan ilmu pengetahuan bagi perawat dalam melakukan tindakan keperawatan terhadap pasien hipertensi.