BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah yang ditemukan pada masyarakat baik di negara maju maupun berkembang salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan penurunan suplai oksigen dan nutrisi. Umumnya penyakit hipertensi terjadi pada orang yang sudah berusia lebih dari 40 tahun. Penyakit ini biasanya tidak menunjukkan gejala yang nyata dan pada stadium awal belum menimbulkan gangguan yang serius pada kesehatan penderitanya (Azizah, 2016).

Hipertensi penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Dampak hipertensi dapat menyebabkan gangguan organ seperti gangguan fungsi jantung koroner, fungsi ginjal, gangguan fungsi kognitif atau stroke. Hipertensi pada dasarnya mengurangi harapan hidup para penderitanya. Penyakit ini bisa mengakibatkan kematian. Hipertensi selain mengakibatkan angka kematian yang tinggi juga berdampak kepada mahalnya pengobatan dan perawatan yang harus ditanggung para penderitanya (Rahmi, 2015).

Penatalaksanaan hipertensi terbagi dua yaitu, terapi farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan hipertensi secara farmakologi dapat dilakukan dengan mengkonsumsi obat-obatan dan pengobatan non-farmakologis dapat

dilakukan dengan mengubah gaya hidup yaitu menurunkan berat badan, rajin berolahraga, mengurangi konsumsi garam, diet rendah lemak, rendah kolestrol. Pendekatan nonfarmakologis yang dapat mengurangi hipertensi adalah akupresur, ramuan cina, terapi herbal, relaksasi nafas dalam, aroma terapi, terapi music klasik, meditasi dan pijat refleksi kaki (Andri & Sulistyarini,2015).

Pijat refleksi kaki adalah suatu praktik memijat titik-titik tertentu pada tangan dan kaki. Pijat refleksi kaki merupakan tindakan yang memberikan relaksasi pada sistem saraf simpatis yang mengalami penurunan aktivitas sehingga mengakibatkan penurunan tekanan darah, kemudian pijat merupakan suatu bentuk latihan pasif yang mampu meningkatkan sirkulasi darah pada tubuh. Pijat refleksi kaki dapat menyembuhkan berbagai penyakit seperti hipertensi, meringankan gejala migrain, membantu penyembuhan penyakit kronis, dan mengurangi ketergantungan terhadap obat-obatan. Teknik pemijatan dapat menghilangkan sumbatan dalam aliran darah sehingga aliran darah dan energi di dalan tubuh kembali lancar (Wahyuni, 2014).

Ada teknik-teknik dasar yang sering dipakai pada pijat refleksi yaitu teknik merambatkan ibu jari, memutar tangan dan kaki pada satu titik, serta melakukan teknik menekan dan menahan. Rangsangan-rangsangan yang diberikan berupa tekanan pada tangan dan kaki ini dapat memancarkan gelombang-gelombang relaksasi ke seluruh tubuh. Terapi pijat refleksi kaki mempunyai pengaruh secara langsung terhadap elastisitas dinding pembuluh darah (Pujiastuti, 2016).

Hasil penelitian ini diperkuat oleh Nugroho (2016), dengan judul pengaruh

pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Melati Kota Palembang, didapatkan hasil bahwa pijat refleksi kaki yang dilakukan selama 10 menit dan dilakukan dalam waktu 1x sehari selama 2 minggu berturut-turut dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan rata-rata tekanan darah sebelum diberikan pijat refleksi kaki yaitu 150 mmHg menjadi 140 mmHg setelah diberikan pijat refleksi kaki.

Dampak hipertensi dapat menyebabkan gangguan organ seperti gangguan fungsi jantung koroner, fungsi ginjal, gangguan fungsi kognitif atau stroke. Hipertensi pada dasarnya mengurangi harapan hidup para penderitanya. Penyakit ini bisa mengakibatkan kematian (Rahmi, 2015).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2016 diseluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% penduduk di dunia mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% ditahun 2025. Sebanyak 972 juta penderita hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara sedang berkembang, termasuk Indonesia (Wati, 2016).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2017, penyakit hipertensi berada pada urutan ke enam dari sepuluh besar penyakit tidak menular di Indonesia, yakni mencapai 25,8% dari total jumlah penduduk dewasa berusia lebih dari 18 tahun (Riskesdas, 2017).

Di Provinsi Riau berdasarkan profil kesehatan pada tahun 2017 prevalensi hipertensi adalah sebesar 21,15 %. kelompok umur terbanyak dengan kasus hipertensi adalah 45-54 tahun yaitu sebanyak 892 kasus, diikuti oleh kelompok umur 55-59 tahun sebanyak 746 kasus dan kelompok umur 60-69 tahun sebanyak 728 kasus (Dinkes Prov Riau, 2017).

Jumlah Penderita hipertensi di Kabupaten Kampar tahun 2018 prevalensinya meningkat, pada tahun 2017 penyakit hipertensi berjumlah 2994 orang dan pada tahun 2018 berjumlah 33546 penderita (17,4%). Dari Data Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar diketahui bahwa dari 10 Puskesmas yang ada di Kabupaten Kampar, penderita hipertensi tertinggi berada di Puskesmas Kampar Timur yaitu 3171 orang (12,15%). Data kejadian hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Timur Tahun 2018 dilihat pada tabel 1.2 berikut :

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Penderita Hipertensi Menurut Golongan Umur di Puskesmas Kampar Timur tahun 2018

No	Desa	Kasus Hipertensi Menurut Umur			Total
		36-44 Tahun	45-59 Tahun	≥ 60 Tahun	
1	**Pulau birandang**	42	**68**	**267**	**377**
2	Kota perambahan	27	51	156	234
3	Kampar	31	70	198	299
4	Sawah baru	25	90	134	249
5	Deli makmur	76	81	109	266
6	Pulau rambai	53	175	184	412
7	Sungai terap	41	109	140	290
8	Tanjung bungo	21	84	109	214
9	Sungai putih	35	62	113	210
10	Puskesmas Induk	125	178	317	620
	Jumlah	**476**	**918**	**1727**	**3171**

Sumber : Puskesmas Kampar Timur, 2018

Berdasarkan tabel 1.2 dapat dilihat bahwa penyakit tertinggi berada di Desa Pulau Birandang yaitu sebanyak 377 orang.

Berdasarkan survey awal yang di lakukan di Desa Pulau Birandang dengan wawancara 10 orang penderita hipertensi, hasil wawancara didapatkan 6 orang (60%) penderita hipertensi tidak rutin mengkonsumsi obat hipertensi dan 4 penderita (40%) tidak mengetahui terapi yang bisa dilakukan dirumah dalam menurunkan hipertensi, sehingga peneliti memberikan terapi pijat refleksi kaki dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dan penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa terapi pijat refleksi kaki dapat menurunkan tekanan darah, mereka hanya mengetahui bahwa obat penurunan hipertensi hanya diperoleh dari Puskesmas dan Apotik. Berdasarkan survey awal juga

diketahui bahwa biaya pengobatan untuk penderita hipertensi juga mahal, jarak antara rumah dengan fasilitas kesehatan jauh dan motivasi keluarga kurang.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik melakukan judul penelitian yaitu Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Timur tahun 2019.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut "Apakah ada Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Timur tahun 2019?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

   Untuk mengetahui Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Timur tahun 2019.

2. Tujuan khusus

   a. Untuk mengetahui rerata tekanan darah penderita hipertensi sebelum diberikan terapi pijat refleksi kaki di Desa Pulau Birandang wilayah kerja Puskesmas Kampar Timur tahun 2019.

b. Untuk mengetahui rerata tekanan darah penderita hipertensi sesudah diberikan terapi pijat refleksi kaki di Desa Pulau Birandang wilayah kerja Puskesmas Kampar Timur tahun 2019.

c. Untuk mengetahui pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Pulau Birandang wilayah kerja Puskesmas Kampar Timur tahun 2019.

D. Manfaat Penelitian

1. Aspek Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber referensi dalam meningkatkan pengetahuan mahasiswa tentang pengaruh terapi pijat refleksi kaki dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menyusun hipotesis baru dalam penelitian selanjutnya.

2. Aspek Praktis

a. Bagi Puskesmas

Petugas kesehatan dapat mengevaluasi dan dapat menjadikan metode terapi pijat refleksi kaki sebagai salah satu intervensi mandiri perawat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kepustakaan, dapat menjadi salah satu bahan bacaan yang bermanfaat dan dapat diaplikasikan serta menjadi sumber motivasi bagi mahasiswa

c. Bagi Pasien dan Keluarga

Responden dapat memilih perawatan alternatif salah satunya adalah pemberian terapi pijat refleksi kaki dalam penurunan tekanan darah dan sebagai terapi komplementer yang murah dan mudah dilakukan secara mandiri

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dipakai sebagai sumber informasi dan rujukan untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan penelitian yang telah peneliti lakukan.