

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (American Heart Association, 2017). Hipertensi sering kali terjadi tanpa tanda dan gejala, sebagai akibatnya penderita tidak menyadari bahwa dirinya telah terdiagnosa tekanan darah tinggi serta baru diketahui sesudah terjadi komplikasi, itulah sebabnya hipertensi disebut sebagai Silent Killer (Kemenkes, 2018).

Menurut statistik badan kesehatan dunia, jumlah keseluruhan kasus hipertensi mempengaruhi 22% dari populasi dunia, yang mempengaruhi kurang lebih 1,13 miliar penduduk di dunia, yang berarti 1 dari setiap 3 manusia di dunia terdiagnosa hipertensi (WHO, 2019). Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara, yang sepertiga populasinya menderita hipertensi.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Dan saat ini mengalami peningkatan di bandingkan prevalensi hipertensi pada tahun 2013 sebesar 25,8 %. Dan diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi di Indonesia yang terdiagnosis sisanya tidak terdiagnosis. Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2018) menyatakan bahwa prevalensi hipertensi di Jawa Tengah mengalami

peningkatan sebesar 64.83 % pada tahun 2017 dan menurun menjadi 57,10 % pada tahun 2018, dengan jumlah risiko > 15 tahun yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2018 tercatat sebanyak 9.099.765 atau 34,60 %.

Dari hasil pengukuran tekanan darah sebanyak 1.377.765 atau 15.14 % dinyatakan hipertensi (Dinkes Jateng, 2018). Sedangkan di Kabupaten Grobogan pada tahun 2018 kasus hipertensi sebanyak 448.101 penderita Hipertensi dan pada tahun 2023 tercatat 450.392 orang yang sudah berhasil di dapat 254.218 orang penderita (Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan, 2023). Menurut data dari Puskesmas 1 Purwodadi terdapat 2841 penderita Hipertensi diseluruh wilayah kerja Puskesmas 1 Purwodadi selama satu tahun dari bulan Januari – Desember tahun 2023 dan khususnya di Desa Danyang berjumlah 617 penderita Hipertensi.

Sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Hipertensi menyebabkan komplikasi stroke sebesar 35-40%, infark mioakrd, 20-25%, gagal jantung, lebih dari 50%. Komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4% kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi menyebabkan setidaknya 45% kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian karena penyakit stroke.

Hipertensi memerlukan perhatian khusus dan pengobatan yang komprehensif mulai dari pencegahan, promosi, pengobatan dan rehabilitasi

(Unique, 2016). Pengobatan Hipertensi secara komprehensif bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dengan menggunakan pengobatan konvensional dan non konvensional. Terapi konvensional merupakan pengobatan dengan pemberian obat antihipertensi, sedangkan terapi non konvensional merupakan terapi komplementer yang dapat dilakukan dengan bekam, akupunktur, tumbuhan tradisional, akupresur dan pijat (Hijriani & Chairani, 2023).

Foot massage adalah terapi pelengkap yang aman dan mudah digunakan yang meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan mobilitas sendi, mengurangi rasa sakit, mengendurkan otot, dan memberikan pasien rasa sejahtera. Terapi pijat kaki merupakan pilihan yang menarik sebagai pendekatan terapi komplementer dalam pengobatan berbagai kondisi kesehatan, termasuk Hipertensi. Namun, seperti halnya pengobatan apapun, penting untuk berkonsultasi dengan dokter sebelum memulai pengobatan, terutama jika memiliki masalah kesehatan serius atau sedang menjalani pengobatan lain (Alfianty & Mardhiyah, 2017).

Pijat refleksi atau *Foot Massage* adalah tindakan memijat titik-titik tertentu pada kaki dengan manfaat pijat refleksi bagi kesehatan tidak dapat disangkal, salah satunya khasiatnya yang paling populer adalah kemampuannya mengurangi rasa sakit pada tubuh. Manfaat lainnya mencegah berbagai penyakit meningkatkan stamina, mengelola stres, meredakan gejala migrain, menyembuhkan penyakit kronis, dan mengurangi kecanduan obat-obatan. Teknik dasar yang umum digunakan

dalam pijat kaki antara lain teknik merentangkan ibu jari, memutar kaki pada satu titik dengan menekan dan menahan. Stimulus berupa tekanan pada kaki dapat menyalurkan gelombang relaksasi ke seluruh tubuh (Marisna & et al, 2018).

Pijat ini merupakan metode pijat refleksi yang bertujuan untuk memulihkan aliran darah ke pusat refleksi. Pijat merupakan suatu tindakan untuk menyembuhkan penyakit dan melancarkan peredaran darah melalui saraf (Ratna & Aswad, 2019). Penelitian yang dilakukan (Astuti, Dyah puji; Dewi, adinda putri sari, 2020). Saat ini terdapat pilihan pengobatan hipertensi dengan berbagai cara dan salah satu cara untuk mengatasi hipertensi adalah massage.

Teknik pijat memengaruhi kelancaran peredaran darah, menyeimbangkan aliran energi dalam tubuh dan meredakan ketegangan otot. Meski beberapa peneliti berpendapat bahwa teknik pijat tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hipertensi berat, namun beberapa penelitian membuktikan bahwa pijat dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan dan sedang. (DEVI, 2023). Dalam konteks medis penelitian menunjukkan bahwa terapi pijat kaki mempunyai manfaat yang signifikan bagi penderita gangguan kesehatan tertentu, seperti penderita darah tinggi atau Hipertensi. Peneliti tertarik untuk mengeksplorasi pengaruh *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi karena adanya dasar teoritis yang menjanjikan.

Beberapa studi awal menunjukkan bahwa pijatan kaki dapat merangsang refleksologi dan meningkatkan sirkulasi darah, yang pada gilirannya dapat membantu menurunkan tekanan darah secara alami. Selain itu, terapi ini juga dianggap aman dan non-invasif, sehingga dapat menjadi pilihan yang menarik sebagai bagian dari pendekatan terapi yang komplementer dalam pengobatan hipertensi (Marisna & et al, 2018). Dengan demikian, penelitian lebih lanjut tentang pengaruh *foot massage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai potensi terapi ini sebagai pendekatan yang dapat digunakan bersama dengan pengobatan konvensional. Hal ini juga dapat membuka jalan bagi pengembangan pedoman klinis yang lebih baik dalam penggunaan terapi pijat kaki untuk manajemen hipertensi, serta memberikan opsi tambahan yang aman dan efektif bagi pasien (Rahmat & Simarmata, 2020).

Berdasarkan hasil pendahuluan oleh peneliti dengan responden pada tahun 2023 di Wilayah Puskesmas 1 Purwodadi terdapat 2841 responden yang melakukan kunjungan dan khususnya untuk di Desa Danyang berjumlah 617 responden selama setahun dari bulan Januari – Desember untuk penanganan baru saja dilakukan pengobatan farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi obat seperti Enalapril, Lisinopril, Ramipril kepada responden sebagai bagian dari manajemen hipertensi mereka. Selain itu, para responden juga diberikan pendidikan kesehatan terkait pentingnya mengadopsi diet rendah garam. Dan di desa Danyang juga belum diberikan

penanganan terapi *Foot Massage* sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian dengan memberikan intervensi dengan metode *Foot Massage* (pijat kaki). Langkah ini diharapkan dapat memberikan pendekatan yang holistik dalam pengelolaan tekanan darah tinggi, dengan memanfaatkan kombinasi intervensi medis dan perubahan gaya hidup yang sesuai dengan kondisi lokal dan kebutuhan masyarakat Desa Danyang.

Hasil studi pendahuluan dirangkum dari peneliti (Marisna & et al, 2018) menunjukkan bahwa terapi pijat refleksi kaki terhadap tekanan darah pada penderita Hipertensi menyatakan bahwa adanya pengaruh yang signifikan terhadap perubahan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dari permasalahan tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pemanfaatan terapi Non farmakologi yaitu Pengaruh *Foot Massage* terhadap penurunan tekanan darah penderita Hipertensi dari desa Danyang menggunakan treatment yaitu *Petrisage*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah diatas, maka dapat diambil rumusan masalah pada penelitian ini " Apakah Pengaruh Terapi *Foot Massage* terhadap Penurunan Tekanan Darah penderita Hipertensi?"

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Terapi *Foot Massage* terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Desa Danyang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Desa Danyang sebelum diberi Terapi *Foot Massage*.
- b. Mengidentifikasi Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Desa Danyang sesudah diberi Terapi *Foot Massage*
- c. Menganalisis Pengaruh Terapi *Foot Massage* terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Desa Danyang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah tentang Pengaruh Terapi *Foot Massage* terhadap Penurunan Tekanan Darah penderita Hipertensi, serta dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberi referensi dan informasi tentang Pengaruh Terapi *Foot Massage* terhadap Penurunan Tekanan Darah penderita Hipertensi.

b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan motivasi masyarakat untuk lebih aktif lagi membaca referensi tentang Pengaruh Terapi *Foot Massage* terhadap Penurunan Tekanan Darah penderita Hipertensi.

c. Bagi Pembaca

Penelitian ini dapat menambah informasi kepada pembaca tentang Pengaruh Terapi *Foot Massage* terhadap Penurunan Tekanan Darah penderita Hipertensi.

E. Sistematika Penulisan

Bagan ini merupakan bagan yang menjelaskan sistem penyusunan proposal penelitian. Secara umum sistematika penulisan proposal sebagai berikut :

Tabel 1.1 Sistematika Penulisan Proposal Skripsi

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan, berisi tentang: latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, sistematika penulisan dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan Pustaka, berisi tentang: landasan teori dan desain penelitian serta kerangka teori penelitian.
BAB III	Metodologi Penelitian, berisi tentang: konsep metodologi j enis, desain, dan rancangan penelitian, populasi, sampel, definisi operasional, uji instrument penelitian dan analisa data serta etika dalam penelitian.
BAB IV	Hasil dan Pembahasan berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisa data penelitian (Hasil Statistik),

BAB V Pembahasan berisi tentang hasil penelitian sesuai dengan tujuan dari penelitian serta keterbatasan penelitian.

Penutup berisi tentang simpulan data dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil penelitian

F. Penelitian Terkait

1. Marisna & et al, 2018 yang berjudul “Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Dalam Pontianak Timur” penelitian ini menggunakan metode *Quasy eksperiment dengan rancangan pretest and posttest without control* dengan jumlah 15 responden. Hasil terdapat pengaruh terapi pijat refleksi kaki terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Kampung Dalam Kecamatan Pontianak Timur. Terdapat perbedaan dalam mengambil lokasi penelitian adapun sampel penelitian jumlah responden dan lama durasi yang akan melakukan intervensi menggunakan treatment yaitu Petrissage yang membuat berbeda dari peneliti sebelumnya.
2. Fandizal Dkk (2020) yang berjudul “Implementasi Pijat Refleksi Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Klien dengan Hipertensi tidak terkontrol” penelitian ini menggunakan metode *Pre Eksperimen dengan rancangan One Group Pretest-Posttest* dengan jumlah 6 responden. Hasil penurunan tekanan darah dapat terjadi karena pijat refleksi kaki

dapat memperlancar aliran darah sehingga ketegangan otot dapat menurun serta kadar norefineprin juga ikut menurun, selain itu hormon Cortisol yang memicu kecemasan dan stres juga dapat turun sehingga tekanan darah juga turun. Terdapat perbedaan dalam mengambil lokasi penelitian adapun sampel penelitian jumlah responden dan lama durasi yang akan melakukan intervensi menggunakan treatment Petrissage yang membuat berbeda dari peneliti sebelumnya.

3. Gustini et al., 2021 yang berjudul “Perbedaan Efektivitas Foot Massage dan Progressive Muscle Relaxation terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Kecemasan Penderita Hipertensi” penelitian ini menggunakan metode *Quasi experiment dengan rancangan two groups with intervention design* dengan jumlah 18 responden. Hasil tidak ada perbedaan efektifitas sebelum diberikan terapi terhadap penurunan tekanan darah, tidak ada perbedaan efektifitas setelah diberikan terapi terhadap penurunan tekanan darah. Terdapat perbedaan dalam judul penelitian dengan peneliti sebelumnya pada variabel independent dan variabel dependent yaitu pengaruh foot massage terhadap penurunan tekanan darah penderita Hipertensi dan juga dalam mengambil lokasi penelitian adapun sampel penelitian jumlah responden dan lama durasi yang akan melakukan intervensi menggunakan treatment Petrissage yang membuat berbeda dari peneliti sebelumnya.
4. Purwaningrum, 2019 yang berjudul “Efektivitas Pijat Refleksi Kaki dan Hipnoterapi terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien

Hipertensi” penelitian ini menggunakan metode *Quasy experiment* dengan rancangan *two group pre test - post test design*. Dengan jumlah 60 responden. Hasil bahwa ada perbedaan efektifitas pijat refleksi kaki dan hipnoterapi dalam menurunkan tekanan darah pada tekanan darah sistolik pasien hipertensi dan yang lebih efektif yaitu Pijat Refleksi Kaki dibanding Hipnoterapi . Terdapat perbedaan dalam judul penelitian dengan peneliti sebelumnya pada variabel independent dan variabel dependent yaitu pengaruh foot massage terhadap penurunan tekanan darah penderita Hipertensi dan juga dalam mengambil lokasi penelitian adapun sampel penelitian jumlah responden dan lama durasi yang akan melakukan intervensi menggunakan treatment Petrissage yang membuat berbeda dari peneliti sebelumnya.