

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah salah satu penyakit kardiovaskular dengan prevalensi tinggi di masyarakat. Kondisi ini umumnya tidak menimbulkan gejala khas pada tahap awal, sehingga sering disebut sebagai *the silent killer*. Kejadian hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk usia, faktor genetik, dan faktor lingkungan. Apabila tidak ditangani secara optimal, hipertensi dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi yang mengancam keselamatan jiwa serta berkontribusi terhadap peningkatan angka morbiditas dan mortalitas. Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi di mana tekanan darah abnormal, baik tekanan sistolik maupun diastolik. Menurut *World Health Organization* (WHO), tekanan darah normal berkisar antara 120–140 mmHg untuk tekanan sistolik dan 80–90 mmHg untuk tekanan diastolik. Sedangkan seseorang dinyatakan mengalami hipertensi apabila hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan nilai $\geq 140/90$ mmHg (Ainun & Leini, 2021).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), prevalensi hipertensi pada populasi dewasa di seluruh dunia terus menunjukkan tren peningkatan. Pada tahun 2022, diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa yang setara dengan 25% populasi dewasa global mengalami hipertensi. Kondisi ini merupakan salah satu isu kesehatan utama yang berkaitan dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular, termasuk penyakit jantung, stroke, serta komplikasi lain yang mengancam jiwa. Pada tahun yang sama, hipertensi diperkirakan berkontribusi terhadap sekitar 10,2 juta kematian akibat

komplikasinya. Laporan WHO tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi terus meningkat secara global, dengan lebih dari 30% populasi dewasa menderita kondisi tersebut. Data ini menegaskan bahwa hipertensi merupakan tantangan kesehatan masyarakat global yang memerlukan upaya penanggulangan secara komprehensif. Oleh karena itu, WHO menekankan pentingnya deteksi dini, pengelolaan hipertensi yang optimal, serta pencegahan melalui pengendalian faktor risiko untuk mengurangi angka kesakitan, kecacatan, dan kematian yang disebabkan hipertensi (Rahmi et al., 2024). Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, hipertensi tetap menjadi salah satu isu kesehatan utama di Indonesia dengan prevalensi mencapai 34,1%. Hipertensi juga menduduki posisi kedua dari sepuluh penyakit yang paling umum di kalangan pasien rawat jalan di rumah sakit Indonesia dengan prevalensi sebesar 4,67%. Berdasarkan hasil wawancara pada penduduk berusia ≥ 18 tahun di berbagai provinsi Indonesia pada tahun 2013, prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Timur berada pada peringkat keenam secara nasional. Jumlah penderita hipertensi tertinggi di Provinsi Jawa Timur tercatat berada di Kota Surabaya, dengan total 313.960 penduduk. Di sisi lain, prevalensi hipertensi didiagnosis oleh dokter paling banyak terjadi pada kelompok usia 55–75 tahun ke atas, yaitu sebesar 62,63% (Rosyida et al., 2022)

Hipertensi yang tidak terkelola dengan baik dalam periode waktu yang panjang dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi, termasuk gagal jantung, gagal ginjal, dan stroke. Selain berdampak pada kondisi fisik, hipertensi juga dapat memengaruhi aspek psikologis, salah satunya

meningkatkan kejadian kecemasan. Dibandingkan individu dengan tekanan darah normal, penderita hipertensi memiliki risiko sekitar tiga kali lebih tinggi mengalami infark miokard, lima kali lebih tinggi mengalami gagal jantung, serta delapan kali lebih tinggi mengalami stroke (Erjon et al., 2025). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai metode terapi, baik yang bersifat farmakologis maupun nonfarmakologis. Terapi farmakologis biasanya melibatkan penggunaan obat antihipertensi, seperti *beta-blocker* dan diuretik, meskipun penggunaan jangka panjangnya menimbulkan efek samping, termasuk gangguan fungsi ginjal. Sebagai alternatif atau terapi pendamping, pendekatan nonfarmakologis yang dapat diterapkan meliputi diet *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH), pembatasan asupan natrium, serta *Mindfulness-Based Stress Reduction Program* (MBSRP). Selain kedua pendekatan tersebut, terapi suportif seperti akupunktur, meditasi, yoga, dan terapi pijat (*massage*) juga dapat digunakan sebagai upaya tambahan dalam pengendalian tekanan darah. Salah satu bentuk terapi suportif yang berpotensi menurunkan tekanan darah adalah *hand and foot massage*, yaitu teknik stimulasi pada titik-titik tertentu yang dapat membantu menyeimbangkan fungsi organ, memberikan efek relaksasi, serta meningkatkan sirkulasi darah di dalam tubuh (Trifena et al., 2025).

Berbagai kondisi kesehatan, seperti nyeri, hipertensi, serta gangguan yang berkaitan dengan proses penuaan, termasuk demensia, dapat dikelola melalui intervensi terapi pijat. Salah satu bentuk terapi yang dapat diterapkan sebagai terapi komplementer adalah *hand and foot massage*. Terapi ini mampu memberikan efek relaksasi, meningkatkan sirkulasi darah, serta

membantu mengurangi ketegangan pada otot. Selain itu, *hand and foot massage* juga berperan dalam meningkatkan rasa nyaman dan ketenangan, sehingga dapat menurunkan tingkat stres dan kecemasan serta mendukung pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan *hand and foot massage* untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang lavender RSD Soebandi Jember

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis penerapan *hand and foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang Lavender RSD Soebandi Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan hasil pengkajian pada pasien hipertensi dengan penerapan *hand and foot massage* di ruang Lavender RSD Soebandi Jember.
2. Menganalisis hasil asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan *hand and foot massage* dalam menurunkan tekanan darah di ruang Lavender RSD Soebandi Jember.

1.4 Manfaat

1.4.1 Teoritis

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman dalam bidang keperawatan medikal bedah, khususnya mengenai penerapan terapi komplementer *hand and foot massage*

sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.4.2 Praktis

1. Bagi Perawat

Dengan adanya studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman, serta keterampilan perawat dalam menerapkan *hand and foot massage* sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Bagi Fasilitas Kesehatan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan atau acuan dalam meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan, khususnya dalam penerapan terapi komplementer pada pasien hipertensi.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi bagi mahasiswa keperawatan dalam meningkatkan wawasan dan pengetahuan terkait penerapan *hand and foot massage* pada pasien hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan dasar pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan terapi komplementer dalam penatalaksanaan hipertensi.