

# BAB I

## LATAR BELAKANG

### 1.1 Latar Belakang

Kesehatan secara umum dapat didefinisikan sebagai kondisi tubuh baik secara fisik, jasmani, dan rohani yang berada dalam keadaan sehat. Gaya hidup sehat merupakan suatu pilihan jangka panjang dengan pola hidup secara komitmen untuk menjalankan beberapa hal seperti, menjaga pola makan dengan mengurangi asupan garam yang berlebihan, menjaga berat badan, berolahraga guna mendukung fungsi tubuh agar menjadi lebih sehat, tidak minum alkohol, tidak merokok, dan mengurangi makan-makanan berlemak mencegah terjadinya hipertensi (Tiara, 2022). Hipertensi menjadi salah satu penyakit tidak menular yang mematikan di dunia. Hipertensi merupakan faktor resiko utama yang dapat diakibatkan oleh Cardiovascular disease (CVD) dan kematian dini di Indonesia dan seluruh dunia. Hipertensi merupakan salah satu faktor resiko utama kardiovaskular dimana merupakan penyebab utama dari kematian masyarakat dunia (Taiso dkk., 2021).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan tekanan darah seseorang  $\geq 140$  mmHg sistolik dan  $\geq 90$  mmHg diastolik. Penyakit ini disebut sebagai “the silent killer” karena sering tanpa keluhan, dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti genetika, obesitas, konsumsi garam berlebihan, usia, kurang olahraga, dan kebiasaan merokok. Sehingga penderita tidak mengetahui dirinya mempunyai penyakit hipertensi, baru diketahui setelah terjadi komplikasi seperti stroke, serangan jantung, gagal ginjal, kebutaan, dan penurunan pendengaran. Dengan angka kejadian yang terus meningkat setiap tahunnya (Kemenkes R1, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO), menunjukkan bahwa jumlah hipertensi pada orang dewasa dengan usia 30-79 tahun terus meningkat dari 650 juta jiwa menjadi 1,28 miliar dalam 30 tahun terakhir (1990-2019). Diperkirakan sekitar 580 juta penderita hipertensi dengan 41% wanita dan 51% pria disebabkan karena tidak menyadari kondisinya karena tidak pernah melakukan pemeriksaan tekanan darah (WHO, 2021). Secara nasional hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan bahwa prevalensi penduduk umur  $> 18$  tahun dengan penyakit hipertensi sejumlah 34,1%. Prevalensi pada perempuan

36,9% lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki 31,34%. Prevalensi diperkotaan sedikit lebih tinggi yaitu 34,4% sedangkan di pedesaan 33,7%. Prevalensi semakin meningkat dengan bertambahnya usia (Riskades, 2018).

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 10 November 2023 di Kelurahan Rawajati Kecamatan Pancoran, Jakarta Selatan tepatnya di RT 001, RT 008, dan RT 10 menunjukkan bahwa terdapat  $\pm$  70% warga pada orang dewasa yang terkena penyakit hipertensi dengan usia 50- 70 tahun. Dari hasil lembar kuesioner yang disebarkan didapatkan hasil pengetahuan tentang hipertensi sebesar 27% dengan pengetahuan kurang dan 73% dengan pengetahuan baik. Sikap yang dimiliki warga terhadap hipertensi didapatkan hasil 55% dengan sikap negatif dan 45% dengan sikap positif. Sedangkan perilaku yang tergambar dari warga didapatkan hasil sebesar 58% dengan perilaku kurang dan 42% dengan perilaku baik. Sehingga dari hasil pengkajian dapat disimpulkan bahwa pengetahuan warga tentang hipertensi sudah lebih baik tetapi sikap dan perilaku warga masih kurang baik dalam mengendalikan hipertensi.

Untuk mengurangi resiko terjadinya peningkatan hipertensi maka perlu memperhatikan pola makan yang sehat sehingga mampu meminimalisir resiko terjadinya penyakit, salah satunya adalah hipertensi. Dampak kebiasaan yang kurang baik seperti gaya hidup keluarga yang kurang sehat akan mengakibatkan terjadinya komplikasi yang dapat ditimbulkan dari penyakit hipertensi (Kadir, 2019). Penanganan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu terapi non farmakologis dan terapi farmakologis. Terapi non farmakologis berupa modifikasi gaya hidup seperti menghentikan kebiasaan merokok, menurunkan berat badan berlebih, teknik relaksasi, tidak mengonsumsi alkohol, mengurangi asupan garam dan asupan lemak, latihan fisik serta meningkatkan konsumsi buah dan sayur. Sedangkan terapi farmakologi dilakukan dengan mengonsumsi obat anti hipertensi (Machsus, 2020).

Terapi *foot massage* merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat di pilih untuk menurunkan tekanan darah. *Foot massage* umumnya merupakan manipulasi jaringan lunak kaki yang tidak berfokus pada titik-titik tertentu di bagian bawah kaki relatif terhadap anggota tubuh lainnya. Penerapan *foot massage* dapat meningkatkan kelancaran kembalinya darah ke jantung, melebarkan pembuluh darah, merangsang aktivitas parasimpatis, dan pada akhirnya menghasilkan respon relaksasi yang menurunkan tekanan darah membuat aliran darah balik menuju jantung menjadi lancar (Ramadhani, 2011). *Foot massage* adalah

intervensi yang dapat dilakukan secara mandiri dirumah. Intervensi ini cukup aman dilakukan dan mudah diterapkan.

Menurut penelitian (Anisatun dkk, 2022) menunjukkan bahwa *foot massage* efektif menurunkan tekanan darah. Dimana Intervensi yang diberikan selama 3 hari berturut-turut pada pukul 14.00 WIB dengan durasi 15 menit menunjukkan bahwa sebelum dan setelah dilakukan intervensi terjadi rata-rata penurunan MAP 23,8 mmHg.

Sehingga berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah RT 03/ RW 10 Kelurahan Rawajati, Kec Pancoran, Jakarta Selatan.

## 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan data tersebut, maka rumusan masalah yang akan dilakukan adalah “ Bagaimana Menganalisis Asuhan Keperawatan melalui Intervensi Terapi *Foot massage* pada Keluarga dengan Diagnosa Medis Hipertensi di Kelurahan Rawajati”.

## 1.3. Tujuan

### 1.3.1 Tujuan Umum

Studi kasus ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan menganalisis asuhan keperawatan melalui intervensi *terapi foot message* pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi di kelurahan Rawajati”.

### 1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1 Melakukan pengkajian keperawatan pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi di Wilayah Kelurahan Rawajati.

1.3.2.2 Menegakan diagnosa keperawatan pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi di Wilayah Kelurahan Rawajati.

1.3.2.3 intervensi keperawatan pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi melalui terapi *foot massage* di Wilayah Kelurahan Rawajati.

1.3.2.4 Melakukan implementasi keperawatan pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi melalui intervensi terapi *foot massage* di Wilayah Kelurahan Rawajati.

1.3.2.5 Melakukan evaluasi keperawatan pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi di Wilayah Kelurahan Rawajati.

## 1.4 Manfaat

### 1.4.1. Manfaat Keilmuan

Hasil dari studi ini dapat menginformasikan tindakan asuhan keperawatan pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi dengan intervensi *foot massage*, dapat membuktikan teori dan berkontribusi dalam pengembangan asuhan keperawatan keluarga.

### 1.4.2. Manfaat Aplikatif

#### 1.4.2.1 Penulis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan serta pengalaman dalam pemberian intervensi *foot massage* pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi.

#### 1.4.2.2 Rumah Sakit/ Puskesmas

Hasil studi kasus ini dapat dijadikan referensi praktik keperawatan berbasis bukti dalam pemberian asuhan keperawatan melalui intervensi *foot massage* pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi.

#### 1.4.2.3 Masyarakat/ Klien

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat membantu masyarakat atau keluarga untuk menurunkan tekanan darah, meningkatkan indeks kesehatan keluarga, dan meningkatkan tingkat kemandirian keluarga dalam pemberian intervensi *foot massage* pada keluarga dengan diagnosa medis hipertensi.

