

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas (Mampa, dkk., 2022). Pada lansia terjadi penuaan dan penurunan fungsi fisik yang ditandai dengan penurunan massa dan kekuatan otot, denyut jantung maksimal, peningkatan lemak tubuh dan gangguan fungsi otak (Carolina, dkk., 2019). Sistem jaringan tubuh pada lansia secara perlahan-lahan akan kehilangan kemampuannya untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi (Hanum & Lubis, 2017).

Pada tahun 2020 terdapat 727 juta orang di dunia yang berusia 60 tahun ke atas (Girsang, dkk., 2021). Jumlah ini diproyeksikan menjadi dua kali lipat pada tahun 2050 (Girsang, dkk., 2021). Selama lima puluh tahun terakhir, proporsi lansia di Indonesia telah meningkat dari 4,5% pada tahun 1971 menjadi sekitar 10,7% pada tahun 2020 (Girsang, dkk., 2021). Pada tahun 2045, nilai ini diperkirakan akan meningkat menjadi 19,9% (Girsang, dkk., 2021). Pada tahun 2020, jumlah penduduk Indonesia yang berusia 60 tahun ke atas diperkirakan mencapai 28 juta jiwa atau 10,7% dari total penduduk (Girsang, dkk., 2021).

Pada tahun 2021, Bali menempati urutan kelima dari delapan provinsi yang akan bertransisi ke struktur penduduk tua, dengan proporsi lansia sebesar 12,71% (Girsang, dkk., 2021). Menurut Badan Pusat Statistik

Kota Denpasar proyeksi penduduk Kota Denpasar menurut kelompok umur tahun 2010 - 2020 jumlah lansia di Kota Denpasar adalah 53.800 jiwa. Berdasarkan data hasil studi pendahuluan jumlah lansia di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan per Desember 2022 adalah 11.604 jiwa. Pertumbuhan jumlah tersebut secara tidak langsung akan berdampak pada sosial dan ekonomi terhadap individu, keluarga, maupun masyarakat (Girsang, dkk., 2021).

Pertambahan usia yang dialami lansia mengakibatkan semua sistem dan fungsi tubuh mengalami penurunan. Penurunan fungsi tubuh dapat menyebabkan penyakit menular maupun tidak menular (Sari, dkk., 2020). Risiko masalah kesehatan yang umum terjadi pada lansia antara lain tekanan darah tinggi, artritis, stroke, dan diabetes melitus. Hipertensi merupakan masalah kesehatan nomor satu pada lansia di Indonesia (Sari, dkk., 2020).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya (*World Health Statistics*, 2022). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dan masih menjadi tantangan besar bagi masalah kesehatan masyarakat secara global maupun nasional yang merupakan salah satu penyebab utama kematian prematur di Dunia (Diskes, 2021). Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan peningkatan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg (Diskes, 2021). Hipertensi adalah kondisi kronis yang dapat menyebabkan kerusakan pada ginjal, penyakit jantung koroner dan penyakit otak dalam jangka waktu panjang. Tekanan darah tinggi juga dikenal

sebagai *silent killer* karena tekanan darah yang tidak dapat dikendalikan (Diskes, 2021).

Berdasarkan *World Health Statistics* (2022) jumlah orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun dengan hipertensi diperkirakan meningkat dua kali lipat dari sekitar 650 juta pada tahun 1990 menjadi 1,28 miliar pada tahun 2019. Prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis medis atau minum obat antihipertensi pada penduduk Indonesia berusia 55 – 75 tahun keatas tertimbang 135.474 jiwa (Riskesdas, 2018). Sedangkan prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter atau minum obat antihipertensi pada penduduk umur ≥ 18 tahun di Provinsi Bali tertimbang 11.242 jiwa (Riskesdas, 2018). Adapun jumlah estimasi pasien hipertensi berusia ≥ 15 tahun di Kota Denpasar yaitu 126.830 jiwa (Diskes, 2021).

Berdasarkan data hasil studi pendahuluan jumlah lansia dengan hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan per Desember 2022 adalah 668 jiwa. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa banyaknya penduduk lansia dengan hipertensi khususnya di Kota Denpasar menunjukkan meningkatnya kelompok penduduk yang memiliki ketergantungan terhadap kelompok usia produktif yang diakibatkan karena melemahnya fungsi imun serta penyakit degeneratif seperti hipertensi, hal tersebut membutuhkan perhatian khusus untuk membantu penatalaksanaan lansia dengan hipertensi agar mendapatkan perawatan yang sesuai dan mencegah komplikasi akibat hipertensi pada lansia (Girsang, dkk., 2021).

Penanganan dan pemberian pelayanan bagi pasien hipertensi khususnya pada lansia telah ditempuh dengan berbagai upaya antara lain

pendekatan pelayanan melalui pembentukan dan penyelenggaraan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) pada 716 desa, Pelayanan Pandu PTM di 120 Puskesmas, pelaksanaan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK) (Diskes, 2021).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Bali tahun 2021 menunjukkan bahwa masih terdapat penderita hipertensi usia > 60 tahun yang mendapatkan pelayanan kesehatan kurang dari 50%. Kondisi ini disebabkan karena masih banyak masyarakat yang tidak mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi sehingga tidak mencari pelayanan, adanya pembatasan sosial karena pandemi covid-19, dan masih banyak penderita hipertensi yang belum terdeteksi.

Sebagian besar pasien lanjut usia yang didiagnosis hipertensi kemudian diobati dengan obat antihipertensi. Penatalaksanaan medis hipertensi pada lansia sedikit berbeda dengan usia muda karena terjadi perubahan fisiologis yang disebabkan oleh penuaan (Sihombing, dkk., 2018). Perubahan fisiologis yang terjadi pada lansia mengakibatkan peningkatan konsentrasi obat, peningkatan waktu eliminasi obat, penurunan fungsi dan respons organ, serta kehadiran penyakit komorbiditas. Oleh karena itu, penggunaan obat antihipertensi harus memperhitungkan obat-obatan lain yang sedang dikonsumsi untuk mengatasi penyakit komorbiditas (Sihombing, dkk., 2018).

Perubahan sistem biologis lansia mempengaruhi proses interaksi molekul obat, yang pada akhirnya mempengaruhi manfaat klinis dan keamanan terapi obat. Frekuensi terjadinya efek samping pada kelompok

lanjut usia lebih tinggi bila dibandingkan dengan populasi pada umumnya. Selain itu, lansia merupakan kelompok yang rentan terhadap interaksi obat (Sihombing, dkk., 2018).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilaksanakan secara farmakologis dan non farmakologis, untuk mengurangi efek samping dari penatalaksanaan farmakologis, maka penatalaksanaan non farmakologis menjadi pilihan yaitu dengan cara mengubah pola hidup dan memberikan terapi komplementer pada pasien lansia dengan hipertensi. Beberapa gaya hidup yang perlu diperbaiki adalah penurunan berat badan pada obesitas, pengurangan asupan alkohol, pengurangan asupan garam, peningkatan aktivitas fisik, pemeliharaan asupan kalium yang cukup, mempertahankan asupan kalsium dan magnesium yang adekuat, menghentikan merokok, mengurangi asupan lemak jenuh dan kolesterol (Sihombing, dkk., 2018).

Terapi komplementer merupakan terapi non farmakologi yang dapat dijadikan sebagai pendamping atau dilakukan bersamaan dengan penatalaksanaan secara farmakologi untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Adapun terapi komplementer yang dapat dilakukan dalam penatalaksanaan hipertensi yaitu akupresure, aroma terapi, dan terapi pijat refleksi (Kusuma, dkk., 2021).

Pijat refleksi atau *reflexiology* merupakan ilmu yang mempelajari tentang memijat titik-titik tertentu pada tubuh, yang bisa dilakukan dengan tangan atau benda seperti kayu, plastik, atau karet (Alviani, 2015). Penggunaan alat pijat kayu kaki tiga sebagai alat bantu dalam memijat dapat membantu mempermudah teknik pijat dan memaksimalkan tekanan yang

diberikan. Pijat di daerah punggung adalah metode non farmakologi sederhana yang dapat memberikan kenyamanan, meredakan ketegangan, memberikan rasa rileks pada pasien dan meningkatkan sirkulasi darah (Dalimunthe, 2022). Relaksasi merupakan tindakan yang harus dilakukan dalam setiap pengobatan antihipertensi. Apabila tekanan darah terlalu tinggi, rasa relaks dapat mengakibatkan pembuluh darah mengalami vasodilatasi menyebabkan tekanan darah turun dan kembali normal (Rasdini, dkk., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri, dkk (2020) tentang pengaruh terapi refleksi alat pijat kayu (APIYU) dengan minyak zaitun terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru di Kelurahan Labuh Baru Timur dengan melakukan intervensi pijat refleksi kaki menggunakan Alat Pijat Kayu (APIYU) dengan minyak zaitun dalam waktu 30 menit selama enam hari. Kriteria responden pada penelitian tersebut adalah pasien hipertensi yang mengalami hipertensi primer dengan tekanan darah 140/90 mmHg – 159/90 mmHg pada kelompok umur 45-59 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah sistolik pada kelompok eksperimen *pre test* yaitu 149,26 mmHg dan *post test* yaitu 145,44 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik *pre test* 92,55 mmHg dan *post test* 91,30 mmHg. Hasil uji statistik menunjukkan penurunan tekanan darah secara signifikan pada kelompok eksperimen dengan *p value* 0,000 ($p < 0,05$) artinya H_0 gagal diterima. Penelitian ini menyimpulkan bahwa

terapi refleksi Alat Pijat Kayu (APIYU) dengan minyak zaitun dapat menurunkan tekanan darah.

Penelitian yang sama dilakukan oleh Yudi Abdul Majid dan Rini (2016) tentang terapi akupresure memberikan rasa tenang dan nyaman serta mampu menurunkan tekanan darah lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang dengan melakukan intervensi akupresure dilakukan pada kelompok perlakuan sebanyak tiga kali dalam seminggu di beberapa titik akupuntur yaitu titik Lr 2 (*Xingjian*), Titik Lr 3 (*Taichong*), Titik Sp 6 (*Sanyinjiao*), Titik Ki 3 (*Taixi*), Titik Li 4 (*Hegu*), Titik PC 6 (*Neiguan*) dengan kriteria responden pada penelitian tersebut adalah lansia yang menderita hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan terjadinya penurunan rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah akupresure. Perubahan rata-rata tersebut terlihat dari rata-rata tekanan darah sistole sebelum dilakukan intervensi 157,50 mmHg turun menjadi 147,81 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastole dari 96,69 mmHg turun menjadi 87,94 mmHg sesudah akupresure. Dari hasil uji statistik tekanan darah sebelum dan sesudah akupresure dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah akupresure pada kelompok intervensi dengan nilai *p value* 0,001 baik pada sistole dan diastole.

Rasdini, dkk (2021) melaksanakan penelitian yang sama tentang pengaruh terapi komplementer *massage* punggung terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sukawati II Kabupaten Gianyar dengan dilakukan intervensi terapi *massage* punggung dengan kriteria sampel adalah lansia berumur ≥ 60 tahun, mengalami

hipertensi dengan tekanan darah sistole lebih dari 140 mmHg, tidak terkontrol, mengkonsumsi obat anti hipertensi lebih dari 2 tahun. Setiap responden dilakukan terapi *massage* punggung dua kali seminggu selama tiga minggu, dengan durasi 15 menit setiap kali terapi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan pengukuran tekanan darah sistole/diastole pada kelompok perlakuan dengan rata-rata 164/85 mmHg pada *pre test* dan rata-rata 148,5/80 mmHg pada *post test*, dengan *p value* 0,000 pada sistole dan *p value* 0,025 pada diastole. Hal ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan terapi komplementer *massage* punggung terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Berdasarkan penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa terapi komplementer berpengaruh terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. Terjadi penurunan tekanan darah yang signifikan sebelum dan setelah diberikan intervensi berupa terapi komplementer. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh pemberian terapi pijat punggung dengan alat pijat kayu kaki tiga terhadap lansia dengan hipertensi di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Selatan Tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada pengaruh pemberian terapi pijat punggung dengan alat pijat kayu kaki tiga terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi pijat punggung dengan alat pijat kayu kaki tiga terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden lansia dengan hipertensi di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.
- b. Mengidentifikasi tekanan darah sistole dan diastole serta MAP pada lansia dengan hipertensi sebelum dilakukan terapi pijat punggung dengan alat pijat kayu kaki tiga di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.
- c. Mengidentifikasi tekanan darah sistole dan diastole serta MAP pada lansia dengan hipertensi sesudah dilakukan terapi pijat punggung dengan alat pijat kayu kaki tiga di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.
- d. Menganalisis pengaruh pemberian terapi pijat punggung dengan alat pijat kayu kaki tiga terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi ilmiah di bidang Keperawatan Medikal Bedah dalam pengembangan ilmu kardiovaskuler khususnya dalam menangani hipertensi pada lansia.

- b. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian terapi pijat punggung dengan alat pijat kayu kaki tiga terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dengan berlandaskan pada kelemahan dari penelitian ini.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini dapat memberikan pertimbangan pada perawat maupun mahasiswa lain untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat yang berfokus pada pengobatan non farmakologi yaitu pemberian terapi pijat punggung dengan alat pijat kayu kaki tiga dalam pengendalian tekanan darah pada lansia.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi yang berguna untuk masyarakat mengenai pengobatan non farmakologi yaitu dengan memanfaatkan terapi pijat punggung dengan alat pijat kayu kaki tiga dalam pengendalian tekanan darah pada lansia.