

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di era transisi demografi dan perubahan gaya hidup yang mengarah pada peningkatan penyakit tidak menular (PTM), hipertensi telah muncul sebagai salah satu tantangan utama dalam dunia kesehatan. Transisi demografi, yang ditandai dengan peningkatan harapan hidup dan penurunan angka kelahiran, telah mengubah profil populasi dengan meningkatnya jumlah individu lanjut usia yang rentan terhadap penyakit kronis. Di samping itu, perubahan gaya hidup yang cenderung tidak sehat, termasuk pola makan yang kurang seimbang, kurangnya aktivitas fisik, dan tingkat stres yang tinggi, semakin menambah risiko masyarakat terhadap PTM, seperti hipertensi (Sullivan *et al.*, 2020).

Hipertensi, dengan prevalensinya yang terus meningkat, telah menjadi penyakit yang meresahkan kesehatan global. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), lebih dari satu miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, dan angka ini terus bertambah. Fenomena ini memunculkan tantangan besar bagi praktisi kesehatan dalam mengatasi berbagai komplikasi yang sering terkait dengan kondisi tersebut, termasuk nyeri akut. Nyeri akut, sering kali menjadi gejala yang meresahkan bagi pasien hipertensi, dapat memperburuk kualitas hidup mereka secara signifikan (WHO, 2023).

Dalam mengatasi nyeri akut pada pasien hipertensi, terapi pijat refleksi dengan media kayu atau minyak zaitun telah menjadi pendekatan yang menarik dan bermanfaat. Pijat refleksi menargetkan titik-titik refleksi yang terhubung dengan organ tubuh tertentu, dengan tujuan meredakan nyeri dan meningkatkan aliran

energi dalam tubuh. Penggunaan media kayu memberikan tekanan yang tepat pada titik-titik refleksi yang dituju, sementara minyak zaitun memberikan efek relaksasi dan memperlancar peredaran darah (Chatchawan *et al.*, 2015).

Pijat refleksi telah lama diakui sebagai metode terapi yang efektif dalam meredakan nyeri dan meningkatkan kesejahteraan fisik serta mental. Dengan merangsang titik-titik refleksi pada kaki yang terhubung dengan organ-organ vital dalam tubuh, terapi ini memiliki potensi untuk mengurangi tekanan darah, meningkatkan sirkulasi darah, dan mengurangi ketegangan otot yang berkontribusi pada nyeri akut. Penggunaan media kayu sebagai alat bantu dalam pijat refleksi memberikan tekanan yang konsisten dan efektif pada titik-titik refleksi yang ditargetkan, sementara minyak zaitun memberikan efek pelumas yang memperlancar gerakan pijatan serta memberikan kelembutan pada kulit pasien (Chatchawan *et al.*, 2015).

Implementasi pijat refleksi dengan media kayu atau minyak zaitun dalam asuhan keperawatan memiliki tujuan utama untuk memberikan peredaan nyeri yang efektif dan bertahan lama bagi pasien hipertensi. Selain itu, terapi ini juga bertujuan untuk menurunkan tekanan darah secara alami dan mengurangi stres serta kecemasan yang seringkali menyertai kondisi hipertensi. Dengan memasukkan pijat refleksi ke dalam rencana perawatan, praktisi kesehatan dapat menyediakan pendekatan yang holistik dan terapeutik bagi pasien mereka, mengakomodasi tidak hanya kebutuhan fisik tetapi juga kebutuhan emosional dan psikologis mereka (Siev-Ner *et al.*, 2023).

Sejumlah penelitian luar negeri yang dipublikasikan di jurnal internasional telah memberikan bukti tentang efektivitas pijat refleksi dalam mengurangi nyeri

akut yang disebabkan oleh hipertensi. Studi yang dilakukan oleh Kotruchin *et al.*, (2021) menggunakan desain quasi-eksperimental dengan kelompok kontrol, menemukan bahwa terapi pijat refleksi dengan media kayu berhasil menghasilkan penurunan yang signifikan pada tingkat nyeri dan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian serupa dilakukan oleh Arslan, Ceyhan and Mollaoğlu, (2021), yang menggunakan desain *Randomized Controlled Trial* (RCT) dan menemukan penurunan yang signifikan pada tekanan darah dan denyut jantung setelah terapi pijat refleksi.

Temuan serupa juga didapatkan dalam penelitian oleh Samarehfecri *et al.*, (2023) yang menegaskan bahwa pijat refleksi membantu mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kualitas tidur pada pasien hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh (Ng, 2021) menunjukkan bahwa pijat refleksi memiliki efek positif dalam mengurangi nyeri akut pada berbagai kondisi, termasuk hipertensi. Sementara itu, penelitian oleh Sindhu and Dickson, (2016) menunjukkan bahwa pijat refleksi merupakan intervensi non-farmakologis yang aman dan efektif untuk membantu mengelola nyeri akut pada pasien hipertensi. Penelitian-penelitian ini memberikan bukti kuat tentang manfaat pijat refleksi sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam meredakan nyeri akut pada pasien hipertensi.

Di Indonesia, sejumlah penelitian juga memberikan dukungan terhadap efektivitas pijat refleksi dalam mengelola hipertensi dan nyeri akut. Sebagai contoh, penelitian oleh Sihotang, (2021) menunjukkan bahwa pasien hipertensi yang menjalani pijat refleksi selama dua minggu mengalami penurunan yang signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Rindang Azhari Rezki, Yesi Hasneli, (2018), di mana terapi pijat refleksi berhasil

mengurangi tingkat nyeri akut pada pasien hipertensi. Begitu juga dalam penelitian lain yang dilakukan oleh Anwar *et al.*, (2022) menemukan bahwa pijat refleksi efektif dalam mengurangi nyeri akut dan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Lukman *et al.*, (2020). menegaskan hasil sebelumnya dengan menunjukkan bahwa pijat refleksi dengan media kayu efektif menurunkan tekanan darah sistolik, diastolik, dan tingkat nyeri pada pasien hipertensi. Temuan ini mengukuhkan pandangan bahwa pijat refleksi bukan hanya sekadar terapi alternatif, tetapi juga merupakan bagian yang berharga dalam manajemen holistik hipertensi dan nyeri akut.

Secara keseluruhan, bukti dari penelitian-penelitian tersebut secara konsisten menegaskan bahwa pijat refleksi dengan media kayu memiliki potensi untuk menjadi terapi yang efektif dalam mengurangi nyeri dan tekanan darah pada pasien hipertensi. Implikasinya, pijat refleksi dapat diintegrasikan ke dalam rencana pengelolaan pasien hipertensi sebagai pendekatan yang holistik dan bermanfaat dalam meningkatkan kualitas hidup mereka.

Dengan demikian, pijat refleksi dengan media kayu atau minyak zaitun bukan hanya sekadar alternatif, tetapi menjadi bagian yang penting dalam upaya menyediakan asuhan keperawatan yang holistik dan berkualitas bagi pasien hipertensi dengan nyeri akut. Pendekatan ini mencerminkan pergeseran paradigma dalam praktik kesehatan, yang semakin mengakui pentingnya memperlakukan pasien secara menyeluruh, bukan hanya fokus pada gejala fisik tetapi juga memperhatikan aspek-aspek psikologis, sosial, dan emosional mereka.

Melalui pijat refleksi, pasien hipertensi tidak hanya mendapatkan peredaan nyeri dan penurunan tekanan darah, tetapi juga pengalaman relaksasi dan

kenyamanan yang dapat meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Terapi ini memungkinkan pasien untuk merasakan perhatian yang holistik dari tim perawatan mereka, sehingga mereka merasa didengar dan dipahami dalam perjalanan penyembuhan mereka.

Selain itu, integrasi pijat refleksi dalam asuhan keperawatan dapat membantu dalam mengurangi ketergantungan pada obat-obatan yang mungkin memiliki efek samping atau risiko tertentu bagi pasien. Dengan memberikan alternatif terapi yang alami dan aman seperti pijat refleksi, praktisi kesehatan dapat memperluas pilihan perawatan yang tersedia bagi pasien, sehingga meningkatkan kesempatan untuk mencapai hasil yang optimal dalam pengelolaan hipertensi dan nyeri akut. Dalam konteks ini, pijat refleksi dengan media kayu atau minyak zaitun tidak hanya menjadi terapi tambahan, tetapi merupakan bagian yang tak terpisahkan dari pendekatan asuhan keperawatan yang holistik dan berorientasi pada pasien.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat diangkat rumusan masalah yaitu bagaimanakah asuhan keperawatan pasien dengan nyeri akut akibat hipertensi dengan intervensi pijat refleksi di Banjar Punduh Sangsit Desa Bungkulan?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah mampu mengelola asuhan keperawatan pasien dengan nyeri akut akibat hipertensi dengan intervensi pijat refleksi di Banjar Punduh Sangsit Desa Bungkulan.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah sebagai berikut :

- a. Melakukan pengkajian pada pasien dengan nyeri akut akibat hipertensi di Banjar Punduh Sangsit Desa Bungkulan.
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi di Banjar Punduh Sangsit Desa Bungkulan.
- c. Melakukan intervensi keperawatan pijat refleksi pada pasien dengan nyeri akut akibat hipertensi di Banjar Punduh Sangsit Desa Bungkulan.
- d. Melakukan implementasi keperawatan pada pasien dengan nyeri akut akibat hipertensi di Banjar Punduh Sangsit Desa Bungkulan.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien dengan nyeri akut akibat hipertensi di Banjar Punduh Sangsit Desa Bungkulan.

D. Manfaat

Manfaat dari penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah sebagai berikut :

1. Teoritis

- a. Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan di bidang kesehatan, termasuk sekolah keperawatan, dapat memanfaatkan penggunaan pijat refleksi sebagai alat pembelajaran. Integrasi terapi ini dalam kurikulum pendidikan memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk belajar tentang pendekatan holistik dalam perawatan kesehatan. Mereka dapat memahami bagaimana pijat refleksi dapat digunakan

sebagai bagian dari rencana perawatan yang komprehensif untuk pasien dengan kondisi seperti hipertensi dan nyeri akut.

b. Pengembangan Ilmu Keperawatan

Penggunaan pijat refleksi dengan media kayu atau minyak zaitun dalam pengelolaan hipertensi dan nyeri akut juga berkontribusi pada pengembangan ilmu keperawatan. Hasil dari penelitian yang mendukung efektivitas terapi ini membantu dalam memperkuat landasan ilmiahnya. Selain itu, pengalaman praktisi kesehatan dalam menerapkan pijat refleksi dalam praktik klinis mereka memberikan wawasan yang berharga bagi pengembangan praktik keperawatan yang berpusat pada pasien.

2. Praktis

a. Pelayanan Keperawatan

Pijat refleksi dengan media kayu atau minyak zaitun memberikan manfaat signifikan dalam pelayanan keperawatan. Praktisi kesehatan, khususnya perawat, dapat menggunakan terapi ini sebagai tambahan dalam rencana perawatan pasien hipertensi dengan nyeri akut. Dengan memberikan pijat refleksi sebagai opsi terapi, perawat dapat meningkatkan kualitas perawatan yang diberikan kepada pasien.

b. Masyarakat

Penggunaan pijat refleksi dalam pengelolaan hipertensi dan nyeri akut juga memberikan manfaat bagi masyarakat secara luas. Masyarakat dapat memperoleh akses yang lebih baik terhadap terapi alternatif yang efektif dan alami untuk mengelola kesehatan mereka. Ini membantu dalam meningkatkan

kesadaran akan pendekatan holistik dalam menjaga kesehatan, bukan hanya mengandalkan obat-obatan saja.