BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular (PTM) yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah dalam tubuh di atas nilai normal dengan sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg sehingga seseorang berpotensi mengalami penyakit lain, seperti stroke dan penyakit jantung (Wirakhim dkk, 2018). Hipertensi dianggap sebagai pembunuh manusia secara diam – diam atau dikenal dengan istilah "silent killer". Definisi Hipertensi atau tekanan darah tinggi menurut Kemenkes RI, (2014) adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang.

Kejadian hipertensi di seluruh dunia mencapai lebih dari 1,3 milyar orang, angka 1,3 milyar tersebut menggambarkan 31% jumlah penduduk dewasa di dunia yang mengalami peningkatan sebesar 5,1% lebih besar dibanding prevalensi global pada tahun 2000-2010 (Tri dan Arum, 2019). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) dalam *Global Status Report On Non-Communicable Disease*, prevalensi tekanan darah tinggi tahun 2014 pada orang dewasa berusia 18 tahun keatas sekitar 22%. Penyakit ini juga bertanggung jawab atas 40% kematian akibat penyakit jantung dan 51% kematian akibat stroke (Jumriani Ansar, 2019).

Faktor risiko terjadinya hipertensi dibagi menjadi dua yaitu faktor genetik yang merupakan faktor yang tidak dapat diubah (*unchanged risk factor*), dan faktor risiko

yang dapat diubah (*change risk factor*), misalnya, pola makan yang tidak seimbang, makanan yang mengandung zat adiktif, mengkonsumsi rokok, kurang berolah raga dan faktor kondisi lingkungan yang berpengaruh terhadap kesehatan (Agnesia, 2012).

Pada umumnya, kejadian hipertensi banyak terjadi pada penduduk berusia lanjut, namun tidak menutup kemungkinan penduduk usia remaja hingga dewasa juga dapat mengalami penyakit hipertensi tersebut. Remaja dan dewasa muda yang berada pada kisaran usia 15-25 tahun memiliki angka prevalensi hipertensi 1 dari 10 orang. Pada penelitian yang dilakukan oleh Kini (2016), prevalensi pre-hipertensi dan hipertensi pada dewasa muda usia (20-30 tahun) adalah sebesar 45,2% (Tri dan Arum, 2019).

Pada pasien hipertensi diperlukan adanya kepatuhan perawatan diri mereka untuk meningkatkan derajat kesehatan. Perawatan diri hipertensi meliputi diet rendah garam, mengurangi konsumsi alkohol, tidak merokok, olahraga atau latihan fisik, dan konsumsi obat hipertensi. Salah satu komponen yang mempengaruhi perawatan diri pasien hipertensi yaitu *self efficacy*. Penderita hipertensi yang memiliki *self efficacy* baik dapat menghasilkan manfaat dalam penanganan hipertensi contohnya kepatuhan dalam mengkonsumsi obat anti hipertensi. Untuk mengatasi hipertensi dapat dilakukan dengan dua upaya yaitu dapat dilakukan pengendalian tekanan darah dengan cara pemberian terapi non farmakologis dan farmakologi. Terapi non farmakologis berupa modifikasi gaya hidup, mengurangi berat badan, pembatasan asupan natrium, modifikasi diet rendah lemak, pembatasan alkohol, pembatasan kafein, teknik relaksasi, dan menghentikan kebiasaan merokok. Sedangkan terapi farmakologi berupa pemberian obat dengan jenis-jenis medikasi anti hipertensi

meliputi diuretik, penyekat beta-adregenik atau beta-blocker, vasodilator, penyekat saluran kalsium dan penghambat enzim pengubah angiotensin (ACE) (Ainurrafiq dan Risnah, 2019).

Terapi non farmakologis yang sedang berkembang di masyarakat diantaranya adalah pengobatan dengan tanaman herbal, akupresur, pijat refleksi, dan yoga. Akupresur menjadi salah satu pilihan untuk mengatasi gangguan kesehatan di masyarakat karena mudah dilakukan kapanpun dan dimanapun. Apalagi pada zaman yang berkembang saat ini menuntut orang untuk terus bekerja sehingga waktu yang dimiliki untuk sekedar berolahraga menjadi sedikit bahkan tidak ada. Terapi non farmakologi seperti akupresur dan pijat refleksi mempunyai efek relaksasi untuk tubuh dan menimbulkan efek vasodilatasi pembuluh darah dan perlambatan denyut jantung sehingga terjadi penurunan tekanan darah (Ainurrafiq dan Risnah, 2019).

Fokus utama dalam literatur review ini adalah untuk mengetahui keefektifan dari terapi akupresur pada titik *Taichong* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah "Adakah pengaruh pemberian pijat akupresur pada titik *Taichong* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian pijat akupresur pada titik *Taichong* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah sistole dan diastole sebelum dilakukan pijat akupresur titik *Taichong* pada penderita hipertensi.
- b. Mengidentifikasi tekanan darah sistole dan diastole setelah dilakukan pijat akupresur titik *Taichong* pada penderita hipertensi

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Bagi Institusi

Hasil literatur riview ini dapat digunakan sebagai masukan bagi Institusi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Prodi S.Tr Keperawatan dalam mengembangkan ilmu sebagai bahan kajian untuk penelitian berikutnya agar lebih baik.

b. Bagi peneliti

Hasil literatur riview ini dapat digunakan untuk menambah pengetahuan, pengalaman dan wawasan peneliti serta serta memberi informasi atau gambaran untuk peneliti dan pengembangan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat praktis

- Hasil literatur riview ini dapat memberikan informasi bagi penderita hipertensi untuk mengendalikan tekanan darah agar mampu menambah produktivitas dalam bekerja.
- b. Hasil literatur riview ini dapat dijadikan sebagai informasi dan juga alternatif untuk mengendalikan tekanan darah terutama bagi penderita hipertensi disamping pengobatan medis.

E. Metode Literatur Riview

1. Kriteria inklusi dan eksklusi

Kriteria inklusi & ekslusi yang digunakan dalam pemilihan literatur review ini yaitu :

- a. Kriteria Inklusi
- 1) Penelitian yang orisinil (jurnal asli atau memang dilakukan oleh peneliti).
- 2) Full text.
- 3) Intervensi dengan pijat akupresur untuk hipertensi.
- 4) Rentang waktu 2010-2020.
- b. Kriteria Ekslusi
- Judul penelitian yang tidak fokus pada pijat akupresur untuk penyakit hipertensi.

2. Strategi pencarian

Metode pencarian artikel dalam literature review ini menggunakan 3 data base (DOAJ, google scholar,dan BASE) yang dicari mulai tahun 2010-2020 berupa

laporan hasil penelitian dan review yang membahas terapi pijat akupresur pada titik *taichong* terhadap hipertensi. Kata kunci terapi akupresur, *Taichong acupoint*, dan hipertensi digunakan untuk mencari pada database elektronik. Artikel diseleksi berdasarkan judul dan informasi abstrak.