

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kemajuan teknologi memberikan perubahan dalam segala aspek kehidupan termasuk sosial ekonomi dan gaya hidup masyarakat baik di negara maju maupun negara berkembang. Keadaan ini menyebabkan terjadinya perubahan transisi epidemiologi dimana sebelumnya penyebab utama kematian dan kesakitan yaitu penyakit menular dan penyakit yang disebabkan oleh parasit kini disebabkan oleh penyakit tidak menular dan kronis (WHO, 2018). Penyakit tidak menular yang sangat mempengaruhi angka kematian dan kesakitan di dunia yaitu penyakit kardiovaskular. Salah satu penyakit yang dikenal dengan istilah “*silent killer*” dianggap sebagai pembunuh manusia secara diam-diam adalah penyakit hipertensi (WHO, 2019a).

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan dalam kurun waktu lima tahun sekali mencatat bahwa terjadi peningkatan pada kasus hipertensi di Indonesia dari tahun 2013 sampai tahun 2018. Prevalensi hipertensi pada tahun 2013 yang didapat melalui metode pengukuran pada umur  $\geq 18$  tahun sebesar 25,8% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013) meningkat pada tahun 2018 menjadi 34,1% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

Meningkatnya prevalensi hipertensi disebabkan oleh pertumbuhan populasi, penuaan dan faktor risiko perilaku, seperti diet yang tidak sehat, penggunaan alkohol yang berbahaya, kurangnya aktivitas fisik, berat badan berlebih, dan stres (WHO, 2013). Penderita hipertensi dapat mengalami resiko kesakitan (morbiditas)

bahkan kematian (mortalitas), tanda dan gejala dari hipertensi salah satunya adalah gangguan rasa nyaman. Gangguan rasa nyaman adalah perasaan kurang senang yang dapat menimbulkan rasa mual, kebingungan, kelelahan serta sulit tidur (Maria, 2014). Jika tidak segera diatasi maka akan merangsang aktifitas saraf simpatis dan pengeluaran epinefrin, kortisol dan steroid menyebabkan pembuluh darah menyempit (vasokonstriksi) dan menyebabkan terhambatnya jaringan sel otak. Kondisi ini akan meningkatkan tekanan darah (Smeltzer, 2013).

Menekan dan mengurangi faktor-faktor risiko yang mungkin akan terjadi dapat dilakukan dengan upaya promotif dan preventif tanpa mengesampingkan upaya kuratif dan rehabilitatif. Program yang juga dikeluarkan oleh Pemerintah untuk membangun dan mewujudkan Indonesia sehat adalah dengan Promosi Kesehatan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang terdiri dari mengonsumsi sayur dan buah, melakukan aktivitas fisik, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, membersihkan lingkungan, menggunakan jamban dan memeriksakan kesehatan secara rutin (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017a). Tidak dipungkiri saat ini banyak masyarakat yang sudah memulai dan membiasakan untuk hidup sehat seperti mengonsumsi sayur dan buah, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol serta melakukan aktivitas fisik. Kesadaran masyarakat untuk hidup sehat perlu diacungi jempol namun kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan perlu ditingkatkan lagi.

Mengabaikan tekanan darah tinggi sangatlah berbahaya karena dapat mengancam jiwa (World Health Organization, 2013). Tekanan darah yang tinggi secara terus menerus akan merusak pembuluh darah. Respon yang

timbul pada pembuluh darah yang mengalami tekanan darah tinggi dalam waktu lama adalah penebalan dinding pembuluh darah yang menyebabkan kelenturannya berkurang. Keadaan yang dinamakan arteriosklerosis membuat jantung kekurangan oksigen dan juga mempengaruhi arteri yang memasok darah ke jantung (World Health Organization, 2011). Hal tersebut berdampak pada kerusakan organ tubuh, baik secara langsung maupun tidak langsung. Kerusakan organ-organ yang umum ditemui pada pasien hipertensi adalah jantung (nyeri dada, detak jantung tidak teratur, serangan jantung dan gagal jantung), otak (stroke), kerusakan ginjal yang menyebabkan gagal ginjal (WHO, 2019b).

Hipertensi dapat dikendalikan bahkan dikurangi dengan dua teknik, yaitu teknik farmakologi dan teknik non farmakologi. Selama ini pengobatan hipertensi melalui farmakologis menjadi andalan utama tenaga kesehatan seperti obat hidrokloriazid, captopril, valsartan dan amlodipin (Fitrianto et al., 2014). Terapi farmakologis ini memiliki dampak negatif seperti kecanduan serta merusak sistem organ ginjal yang akan memperparah kondisi kesehatan (Wahyu, 2017). Sehingga perlu dikombinasi dengan teknik non farmakologi.

Pengobatan non farmakologi kini semakin berkembang diantaranya adalah cara pengobatan dengan tanaman tradisional, pijat refleksi, perawatan spa, akupuntur, akupresur, hidroterapi, aromaterapi, hipnoterapi dan lain-lain. Masyarakat kini lebih melirik pengobatan non farmakologi karena tidak menimbulkan efek samping yang dapat merusak hati dan ginjal. Apalagi dengan perkembangan zaman seperti sekarang ini masyarakat dituntut untuk terus bekerja sehingga sedikit mempunyai waktu luang untuk melakukan

aktivitas. Akupresur menjadi salah satu pilihan untuk mengatasi gangguan kesehatan pada manusia. Sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK 01.07/MENKES/274 Tahun 2017 Tentang Panitia Penilaian Kelompok Asuhan Mandiri Kesehatan Tradisional melalui Pemanfaatan Taman Obat Keluarga dan Akupresur Tingkat Nasional bahwa salah satu strategi pembangunan kesehatan diarahkan untuk mendorong masyarakat agar mampu memenuhi kebutuhan hidup sehatnya, serta mengatasi gangguan kesehatan ringan secara mandiri melalui kemampuan asuhan mandiri yang salah satunya dengan memanfaatkan taman obat keluarga dan akupresur (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017b).

Akupresur disebut juga dengan terapi totok/tusuk jari adalah salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu atau *acupoint* pada tubuh (Setyowati, 2018). Akupresur merupakan sistem pengobatan dengan cara menekan-nekan pada titik-titik tertentu pada tubuh (meridian) untuk memperoleh efek rangsang pada energi vital (QI) guna mendapatkan kesembuhan dari suatu penyakit atau untuk meningkatkan kualitas kesehatan (Ikhsan, 2019). Akupresur dengan akupuntur secara prinsip sama, hanya perbedaannya yaitu pada cara merangsang jalur meridiannya, pada akupuntur dipakai alat yaitu jarum jika dengan akupresur dengan menggunakan pijatan jari atau tangan (Nurarif & Kusuma, 2016). Penekanan pada titik akupresur dapat menstimulasi sel saraf sensorik disekitar titik akupresur merangsang pelepasan hormon endorphen yang dapat memberikan rasa rileks, menstimulasi histamin, heparin dan kinin protease sebagai mediator vasodilatasi pembuluh darah. Sehingga proses ini menyebabkan peningkatan sirkulasi darah

yang menjadikan tubuh lebih rileks dan memberikan efek penurunan pada tekanan darah. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan *review* tentang “Akupresur Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah “Apakah akupresur dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi?”.

## **C. Tujuan Penulisan**

### **1. Tujuan umum**

Secara umum tujuan dari penulisan *literature review* ini adalah untuk mengetahui pengaruh akupresur terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi berdasarkan hasil penelitian dari tahun 2014-2020.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mendeskripsikan tekanan darah sebelum akupresur pada pasien hipertensi.
- b. Mendeskripsikan tekanan darah setelah akupresur pada pasien hipertensi.
- c. Menganalisis pengaruh akupresur terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

## **D. Manfaat *Literature review***

Penulis berharap *literature review* ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis:

### **1. Manfaat teoritis**

- a. *Literature review* ini dapat digunakan sebagai informasi ilmiah di bidang keperawatan dalam pengembangan ilmu keperawatan medikal bedah dan keperawatan keluarga.

- b. *Literature review* ini dapat digunakan sebagai dasar acuan teori penelitian yang berkaitan dengan pengaruh akupresur terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi dan dapat mengelola dan mengembangkan pengetahuan tentang perawatan pasien hipertensi.

## **2. Manfaat praktis**

Manfaat praktis yang penulis harapkan dari *literature review* ini adalah sebagai berikut:

- a. *Literature review* ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang pengaruh akupresur terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.
- b. *Literature review* ini dapat memberikan pengetahuan kepada petugas layanan kesehatan agar teknik akupresur dapat digunakan dalam memberikan intervensi penatalaksanaan hipertensi non farmakologi.

## **E. Metode *Literature review***

Metode yang digunakan dalam *literature review* ini adalah sebagai berikut :

### **1. Kriteria inklusi**

Kriteria inklusi dalam studi ini adalah :

- a. Hasil penelitian/*review* tentang akupresur.
- b. Hasil penelitian/*review* tentang pengaruh akupresur terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.
- c. Hasil penelitian yang terbit tahun 2011 sampai 2020.

### **2. Strategi pencarian**

Penelusuran artikel dilakukan melalui empat database (Portal Garuda, Pubmed, Research Gate dan Google Scholar) yang dicari mulai tahun 2011 sampai 2020 berupa laporan hasil penelitian, review dan kajian teori yang

membahas mengenai akupresur dan manfaat akupresur pada pasien hipertensi. Kata kunci; akupresur, hipertensi dan akupresur pada hipertensi digunakan untuk mencari pada database elektronik. Adapun URL (*Uniform Resource Locator*) jurnal penelitian yang masuk ke dalam kriteria inklusi dan menjadi sumber artikel adalah :

a. Portal Garuda :

<http://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/1253927> (Perbedaan Tingkat Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Tindakan Akupresur pada Penderita Hipertensi Lansia di PSLU Puger Kabupaten Jember).

b. Pubmed :

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Effectiveness+of+Acupressure+on+The+Taichong+Acupoint+in+Lowering+Blood+Pressure+in+Patients+with+Hypertension%3A+A+Randomized+Clinical+Trial> (Effectiveness of Acupressure on The Taichong Acupoint in Lowering Blood Pressure in Patients with Hypertension: A Randomized Clinical Trial).

c. Research Gate :

<http://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/1504530> (Terapi Akupresur Memberikan Rasa Tenang dan Nyaman serta Mampu Menurunkan Tekanan Darah Lansia).

d. Google Schoolar :

<http://repository.unair.ac.id/78653/> (Pengaruh Terapi Akupresur pada Titik Fenglong (ST40), Fengchi (GB 20) dan Neiguan (PC 6) serta Herbal Jus Buah Mentimun (Cucumis Sativus L.) pada Hipertensi).

e. Google Scholar :

<http://journal.stikesdrsoebandi.ac.id/index.php/jkds/article/view/117>

(Pengaruh Penekanan Titik Akupresur Taixi (Ki3), Sanyinjiao (Sp6) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Dengan Hipertensi Di PSTW Jember).

Diperoleh 13 artikel dari hasil pencarian menggunakan kata kunci tersebut. Artikel diseleksi berdasarkan judul dan informasi abstrak. Apabila informasi pada judul dan abstrak tidak jelas maka mempergunakan naskah lengkap untuk dilakukan *review*. Terdapat 5 artikel yang memenuhi kriteria inklusi, enam artikel tersebut membahas mengenai tekanan darah pada pasien hipertensi dan pengaruh akupresur terhadap tekanan darah pasien hipertensi. Sedangkan 8 artikel lainnya tereksklusi dikarenakan tidak memaparkan pembahasan sesuai topik yang direview.