

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. 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). Populasi penderita Hipertensi semakin tahun semakin meningkat baik prevalensi global maupun nasional. Prevalensi terjadinya Hipertensi di dunia pada tahun 2024 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang Hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis Hipertensi. Jumlah penyandang Hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena Hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat Hipertensi dan komplikasinya (Garg et al., 2024). Prevalensi penderita Hipertensi di Indonesia juga mengalami peningkatan pada setiap

tahunnya. Pada tahun 2023 didapatkan bahwa jumlah penderita Hipertensi di Indonesia adalah sebanyak 34,1% penduduk Indonesia terdiagnosa

Hipertensi dari kalangan remaja hingga lansia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Jumlah ini mengalami peningkatan pada tahun 2024 meningkat sebanyak 36% orang di Indonesia menderita Hipertensi (Supriadi et al., 2024). 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.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul analisis asuhan keperawatan pada lansia hipertensi dengan masalah nyeri melalui penerapan pijat refleksi.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, didapatkan sebuah rumusan masalah berupa “Bagaimana asuhan keperawatan pada lansia hipertensi dengan masalah nyeri melalui penerapan pijat refleksi?”.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri melui penerapan pijat refleksi.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri
2. Menetapkan diagnosa keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri
3. Menyusun perencanaan keperawatan pada pasien lansia hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri
4. Melakukan implementasi pada pasien lansia hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri
5. Melakukan evaluasi pada pasien lansia hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri

#### **1.4. Manfaat teoritis**

##### **1.4.1 Bagi Pasien**

1. Meningkatkan mutu pelayanan kesehatan di instansi tersebut melalui diversifikasi jenis pelayanan keperawatan yang diberikan kepada pasien.
2. Sebagai sumber informasi dan kepustakaan bagi institusi dalam mengembangkan penelitian lebih lanjut terkait keperawatan komplementer.
3. Mendukung penerapan asuhan keperawatan yang holistik dan berbasis bukti (*evidence-based practice*) di lingkungan instansi.

##### **1.4.2 Bagi Perawat**

1. Menambah referensi intervensi mandiri keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan gerontik, khususnya pada kasus hipertensi.
2. Meningkatkan keterampilan klinis perawat dalam mengaplikasikan terapi komplementer (pijat refleksi) sebagai pendamping terapi farmakologis.
3. Sebagai pedoman dalam penyusunan standar operasional prosedur (SOP) pemberian terapi non-farmakologis untuk mengatasi masalah nyeri pada lansia.

##### **1.4.3 Bagi tempat peneliti**

1. Menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan pasien melalui teknik non-farmakologis yang aman.
2. Meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien selama menjalani masa perawatan.
3. Memberikan edukasi mandiri kepada pasien mengenai alternatif terapi komplementer untuk membantu mengontrol tekanan darah dan rasa nyeri di rumah.