

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organisation* (WHO), lansia merupakan seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada masyarakat yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan, ada empat tahapan Lansia yaitu: usia pertengahan (45-59), Lanjut usia (60-74), Lanjut usia tua (75-90), Usia sangat tua (>90), (Aulia, 2021).

Meningkatnya populasi pada lansia dapat memicu berbagai permasalahan pada diri seseorang terhadap karakteristik kesejahteraan sosial, psikologis dan fisik dari lansia itu sendiri. Data secara global menunjukkan populasi lansia semakin meningkat. Pada tahun 2020 jumlah penduduk lanjut usia diperkirakan meningkat menjadi 28.800.000 (11,34 %) diseluruh dunia. Di Asia Tenggara proporsi penduduk lanjut usia pada tahun 2020 sebesar 8% atau sekitar 142 juta orang. Pada tahun 2050 jumlah lansia akan meningkat 3 kali lipat dari tahun 2020. Di Indonesia jumlah lansia akan meningkat menjadi 9,92 persen atau 26,82 juta jiwa pada tahun 2020, (Siska Afrilya Diartin et al., 2022).

Menurut WHO (2020) Hasil sensus penduduk provinsi Sumatera Barat tahun 2020 terdapat jumlah Lansia sebesar 10,83%, jumlah tersebut naik dibandingkan jumlah lansia di tahun 2010 yaitu sebanyak 8,08% Berdasarkan

angka prevalensi jumlah Lansia di Kota Padang meningkat dari tahun ke tahun, dan jumlah lansia di Kota Padang mencapai 7,42% pada tahun 2020.

Meningkatnya jumlah lansia di Indonesia tentu saja meningkatkan permasalahan kesehatan terkait lansia. Banyak perubahan yang dialami oleh lansia salah satunya perubahan fungsi biologis karena proses degeneratif menyebabkan sistem pembuluh darah mengalami penebalan di daerah miokardial penurunan fungsi pada sistem kardiovaskuler salah satunya hipertensi (Rindriani & Adriani, 2022). Hipertensi dikenal juga dengan tekanan darah tinggi dimana tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg, (Ramu K et al., 2019).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Organisasi kesehatan dunia (*World Health Organization/WHO*) mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Dari sejumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling banyak diderita oleh masyarakat dan pada umumnya tidak merasakan keluhan, sehingga disebut sebagai *the silent killer*, (Yanti, 2019).

Faktor yang mempengaruhi hipertensi yaitu usia, genetik, dan lingkungan yang berdampak pada keselamatan jiwa yang mengakibatkan meningkatnya angka morbiditas dan angka mortalitas. Lingkungan menjadi salah satu faktor risiko yang mempengaruhi timbulnya penyakit hipertensi yang

meliputi: stres, obesitas, status gizi, minum kopi, kualitas tidur dan merokok. Individu yang tidak mampu mengontrol tekanan darah, dan tidak berobat secara teratur memiliki risiko terkena komplikasi, (Yanti, 2019).

Berdasarkan survey *World Health Organization* (WHO) tahun 2015-2018, menunjukkan bahwa penderita hipertensi di dunia mencapai 1,13 miliar, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Penderita hipertensi semakin meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 mencapai 1,5 miliar menderita hipertensi, dengan perkiraan 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi setiap tahunnya. Data WHO didukung oleh data Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) bahwa di Indonesia 1,7 juta kematian di Indonesia dengan faktor risiko yang menyebabkan kematian adalah tekanan darah (hipertensi) sebesar 23,7%, hiperglikemia sebesar 18,4%, merokok sebesar 12,7% dan obesitas sebesar 7,7%.

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% berdasarkan kriteria pengukuran tekanan darah penduduk usia ≥ 18 tahun. Prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Barat berdasarkan kriteria pengukuran tekanan darah penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,4% dan menduduki peringkat ke-2 di Indonesia. Prevalensi hipertensi di Sumatera Barat yakni 24,1% dari jumlah 176.169 kasus yang terdeteksi melalui pengukuran tekanan darah. Dari data yang diperoleh 19 Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatera Barat, prevalensi penderita hipertensi di Kota Padang mencapai 156.870 orang, dengan prevalensi tertinggi di Puskesmas Andalas yaitu sebanyak 14.355 orang dan yang kedua di

Puskesmas Lubuk Buaya sebanyak 11.449 orang (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2020).

Hipertensi perlu mendapatkan perhatian khusus dan penanganan yang komprehensif mulai dari usaha preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif (Arianto, 2018). Penanganan hipertensi yang komprehensif bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, meliputi terapi konvensional dan terapi non konvensional. Terapi konvensional merupakan terapi dengan pemberian obat-obatan yaitu obat anti hipertensi, sedangkan terapi non konvensional merupakan terapi komplementer yang dapat dilakukan dengan bekam, akupunktur, tanaman tradisional, akupresur, dan pijat (*massage*), (Ardiansyah, 2019).

Terapi pijat atau *massage* adalah salah satu terapi komplementer yang saat ini digunakan untuk hipertensi. *Massage* merupakan terapi paling efektif untuk menurunkan tekanan darah pada hipertensi karena dapat menimbulkan efek relaksasi pada otot-otot yang kaku sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah turun secara stabil. Pijat bukan hanya dapat melancarkan peredaran darah tetapi juga menambah aliran Qi (energi). Efek pijat secara mekanis memiliki kemampuan untuk melatih syaraf otot tubuh yang mengarah ke arah otak sehingga dapat membuat tubuh lebih sehat serta bugar. Pemijatan akan berkhasiat jika dilakukan sesuai titik yang tepat dan dengan teknik yang benar, (Parjan, 2019).

Macam-macam metode *massage* yaitu metode *Swedish massage*, *aroma massage*, *massage therapy*, *accupoint massage*, *scalp massage*, *without massage*, *back massage*, *classic massage*, *single session massage*, *mechanical massage*, dan *whole body massage*, *foot massage* ada berbagai banyak macam cara yang bisa dilakukan sebagai terapi komplementer salah satu cara terapi yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu *foot massage*, (Ardiansyah, 2019).

Foot massage merupakan salah satu terapi komplementer yang aman dan mudah diberikan dan mempunyai efek meningkatkan sirkulasi, mengeluarkan sisa metabolisme, meningkatkan rentang gerak sendi, mengurangi rasa sakit, merelaksasikan otot dan memberikan rasa nyaman pada pasien (Afianti, 2017). *Foot massage* adalah manipulasi jaringan lunak pada kaki secara umum dan tidak terpusat pada titik-titik tertentu pada telapak kaki yang berhubungan dengan bagian lain pada tubuh, (Abduliansyah, 2018).

Foot massage bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, mengurangi kegiatan jantung dalam memompa, dan mengurangi mengerutnya dinding-dinding pembuluh nadi halus sehingga tekanan pada dinding-dinding pembuluh darah berkurang dan aliran darah menjadi lancar sehingga tekanan darah akan menurun, dan juga dapat meningkatkan relaksasi dan mengurangi stress pijat kaki dapat merangsang sistem saraf parasimpatis, menurunkan produksi hormon stres (kortisol), serta meningkatkan endorfin, sehingga memberi efek tenang dan lega yang secara tidak langsung membantu menurunkan tekanan

darah, juga bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup dan tidur, (Patria, 2019).

Beberapa efektifitas yang sudah berhasil dilakukan oleh Muftadi (2023) yang menunjukkan hasil ada manfaat *Foot Massage* dengan penurunan rata-rata tekanan darah systole yaitu dari 16,6 mmHg dan pada rata-rata tekanan darah diastole turun 6,2 mmHg, penelitian kamaliah 2021 juga menunjukkan setelah melaksanakan terapi *foot massage* 3 hari berturut turut selama 15 menit nyeri kepala hilang, badan terasa ringan, rileks dan hasil *systole* menjadi stabil, (Ainun et al.,2021). Penelitian lain yang dilakukan oleh (Niswah et al., 2022) bahwa tekanan darah penderita hipertensi setelah dilakukan *foot massage* 3 hari berturut turut menjadi stabil, sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ridha, 2023) menunjukkan terapi *foot massage* efektif menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian *Foot Massage* lebih efektif terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dan juga disarankan pada keluarga agar menggunakan penanganan non-farmakologi sehingga tidak bergantung pada pemberian diuretik sebagai pendamping pengobatan hipertensi yaitu dengan terapi *foot message*.

Berdasarkan data dari dinas Kesehatan kota padang (2023) bahwa jumlah yang penderita hipertensi di Puskesmas Kuranji sebanyak 5.691 orang yang mana 2.851 orang laki-laki dan 2.840 orang berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan pengkajian survey awal yang dilakukan pada tanggal 17 sampai 18 juni 2025 didapatkan data jumlah KK 153 di RW 11 sebanyak 450 orang

jiwa dan yang menderita hipertensi sebanyak 90 orang lansia. Dari 90 orang ditemukan 10 orang yang menderita penyakit hipertensi yang berada di RW 11 RT 03. Saat dilakukan wawancara terdapat 5 orang yang mengalami gejala seperti sakit kepala, kuduk terasa berat dan tidak kontrol ke puskesmas terdekat. 1 orang di antara 5 orang mengatakan tidak mengetahui komplikasi akibat hipertensi dan mengatakan jarang kontrol serta apa saja pengobatan non farmakologi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah.

Saat dilakukan wawancara dengan Ny. Z mengatakan sudah mengatakan sudah menderita hipertensi semenjak 10 tahun yang lalu. Saat dilakukan pengecekan tekanan darah didapatkan tekanan darah Ny. Z yaitu 169/93 mmHg. Ny. Z mengatakan penyakit hipertensi dari faktor keturunan yang ibunya juga menderita hipertensi semenjak 40 tahun yang lalu. Ny. Z mengatakan tidak mengetahui tentang penyakit hipertensi, cara pencegahan, dan pengobatan untuk penderita hipertensi. Ny. Z mengatakan belum pernah mencoba terapi *foot massage* untuk menurunkan tekanan darahnya. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan kepada Ny. Z.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka penulis tertarik untuk melakukan “asuhan keperawatan keluarga pada Ny. Z dengan terapi *foot massage* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di RW 011 RT 003 di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Kota Padang Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan, maka rumusan masalah pada Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah “Bagaimana Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny. Z Dengan Terapi *Foot Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di RW 011 RT 003 di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Kota Padang”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu mengaplikasikan ilmu dalam memberikan Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Ny. Z Dengan Melakukan Terapi *Foot Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada lansia Penderita Hipertensi Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian keluarga Pada Ny. Z dengan melakukan terapi *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi Tahun 2025.
- b. Mampu merumuskan diagnosa Pada Ny. Z dengan melakukan terapi *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi Tahun 2025.
- c. Mampu melakukan rencana asuhan keperawatan keluarga pada Ny. Z dengan melakukan terapi *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi Tahun 2025.

- d. Mampu melakukan implementasi Pada Ny. Z dengan melakukan terapi *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi Tahun 2025.
- e. Mampu melakukan evaluasi Pada Ny. Z dengan melakukan terapi *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi Tahun 2025.
- f. Mampu mendokumentasikan hasil asuhan keperawatan keluarga pada Ny. Z dengan melakukan terapi *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi penulis

Untuk memberikan pengalaman dan kemampuan penulis dalam melakukan asuhan keperawatan keluarga pada Ny. Z dengan melakukan terapi *foot massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi Tahun 2025.

- b. Bagi penulis selanjutnya

Hasil penulisan ini dapat digunakan sebagai data dasar atau data pendukung untuk penulisan dan sebagai acuan pembelajaran di bidang keperawatan keluarga.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi institusi pendidikan

Penulisan ini merupakan penerapan ilmu keperawatan keluarga di harapkan nantinya dapat menambah ilmu tersebut bagi dunia keperawatan.

b. Bagi tempat penelitian

Penulis mengharapakan ini dapat dijadikan sumber informasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan keperawatan pada keluarga yang mengalami hipertensi, baik dalam pengembangan metode maupun menelusuri faktor yang mempengaruhi masing-masing variabel dan manfaat pemberian terapi *foot massage*

