

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang tidak menular yang menjadi masalah serius. Hipertensi sering tidak menunjukkan tanda dan gejala sehingga menjadi pembunuh diam-diam (*the silent killer of death*) dan menjadi pencetus utama timbulnya penyakit jantung, stroke, dan ginjal (Arianto et al., 2018). Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang mempunyai tingkat mortalitas cukup tinggi dan seseorang dikategorikan hipertensi jika tekanan darahnya melebihi 140/90 mmHg dalam jangka waktu lama (Fauzan et al., 2015). Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan penurunan suplai oksigen dan nutrisi (Rezky et al., 2015).

Hipertensi dapat dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu hipertensi primer dan sekunder. 90% dari semua kasus hipertensi adalah primer. Tidak ada penyebab yang jelas tentang hipertensi primer, namun ada beberapa teori yang menunjukkan bahwa faktor genetik dan perubahan hormon bisa menjadi faktor pendukung. Hipertensi sekunder merupakan hipertensi yang diakibatkan oleh penyakit tertentu (Abduliansyah, 2018).

Berdasarkan data WHO (2010), sebanyak 27,6% populasi dunia atau 985 juta orang menderita hipertensi, dengan perbandingan 50,64% pada pria dan 49,36% pada wanita. 985 juta orang pengidap hipertensi, 34,15% berada di Negara negara maju dan 65,85% sisanya berada di negara berkembang (Fauzan et al., 2015). Komplikasi hipertensi meningkat setiap tahunnya. WHO pada tahun 2013, menyebutkan bahwa di dunia terdapat 17.000 orang per tahun meninggal akibat penyakit kardiovaskuler dimana 9.400 orang diantaranya disebabkan oleh komplikasi dari hipertensi (Rezky et al., 2015).

Menurut Kemenkes RI, 2012 prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 31,7% dari populasi pada usia 18 tahun ke atas dan hanya 7,2% penduduk yang sudah mengetahui hipertensi serta 0,4% yang minum obat hipertensi. Data Riskesdas (2011) menyebutkan hipertensi sebagai penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, jumlahnya mencapai 6,8% dari proporsi penyebab kematian pada semua umur di Indonesia (Fauzan et al., 2015).

Menurut (DKK, 2019) prevalensi hipertensi di Kabupaten Purbalingga sebanyak 28.992 jumlahnya. Tahun 2020 berdasarkan laporan kasus lama dan baru penyakit tidak menular menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Purbalingga pada bulan januari-maret prevalensi hipertensi mencapai 7.662 penduduk. Sedangkan di Kelurahan Purbalingga Wetan penduduk yang terkena hipertensi sebanyak 18 orang (Kelurahan, 2019) dengan rata-rata tekanan darahnya mencapai 140,56/ 82,78 mmHg. Tingginya angka prevalensi hipertensi setiap tahun menunjukkan bahwa hipertensi memerlukan penatalaksanaan yang benar.

Hipertensi dan komplikasinya dapat diminimalkan dengan penatalaksanaan menggunakan farmakologis yaitu dengan minum obat secara teratur atau menggunakan non-farmakologis yaitu kepatuhan menjalankan diet, menurunkan berat badan, rajin berolah raga, mengurangi konsumsi garam, diet rendah lemak, dan diet rendah kolesterol (Finansari et al., 2014). Pendekatan nonfarmakologis yang dapat mengurangi hipertensi diantaranya adalah akupresur, ramuan cina, terapi herbal, relaksasi napas dalam, aroma terapi, terapi musik klasik, meditasi dan pijat (Setiawan & Sulistyarini, 2015). Pengobatan non farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap untuk mendapatkan efek pengobatan pada saat obat anti hipertensi diberikan (Dalimartha, Purnama, Sutarina, Mahendra & Darmawan, 2008).

Berdasarkan pertimbangan pada pemilihan terapi yang secara fisiologis dapat berpengaruh terhadap sirkulasi darah, maka terapi komplementer yang tepat diberikan salah satunya adalah pijat kaki (Trisnowiyanto, 2012). Pijat kaki 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 (Coban & Sirin, 2010). Terapi pijat kaki dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan denyut nadi, dan memberikan efek relaksasi bagi otot-otot yang tegang sehingga tekanan darah dan denyut nadi akan menurun dan mampu memberikan rangsangan yang mampu memperlancar aliran darah (Wahyuni, 2014). Pijat kaki adalah perawatan non invasif yang tidak memerlukan peralatan khusus apapun. Pijat kaki di dasarkan pada titik refleksi di

kaki yang terhubung ke organ spesifik dalam tubuh. Oleh karena itu, titik refleksi diyakini mampu mempengaruhi organ sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Song et al., 2015). Pijatan kaki pada permukaan vena dapat memberikan efek pada tekanan darah sistolik dan diastolik sehingga menyebabkan tekanan darah menurun (Cankaya & Saritas, 2018)

Selain terapi pijat kaki, terapi murottal Al-Qur'an merupakan salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mempercepat proses penyembuhan. Hal ini telah dibuktikan oleh Ahmad al-Qadhi, hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil positif bahwa mendengarkan ayat suci Al-Qur'an memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan ketegangan urat saraf reflektif. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ernawati, 2013) bahwa didapatkan hasil nilai yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah diberi perlakuan mendengarkan murottal Quran Surah Ar Rahman. Mendengarkan murottal Quran Surat Ar Rahman berpengaruh terhadap pola tekanan darah pada pasien hipertensi (Hernawan et al., 2017). Hasil penelitian Herbert Benson dari Harvard University yang menunjukkan bahwa doa, membaca Al-Quran, dan mengingat Allah (dzikir) akan menyebabkan respon relaksasi yang akan menyebabkan penurunan tekanan darah, penurunan oksigen konsumsi, penurunan denyut jantung dan pernapasan (Sahputri, 2017).

Lantunan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, suara manusia merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stres,

mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernapasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak (Handayani et al., 2014).

Adapun pengaruh terapi pembacaan Al-Quran berupa adanya perubahan arus listrik di otot, perubahan sirkulasi darah, perubahan detak jantung, dan kadar darah pada kulit. Perubahan tersebut menunjukkan adanya relaksasi atau penurunan ketegangan urat saraf reflektif yang mengakibatkan terjadinya pelonggaran pembuluh nadi dan diiringi dengan penurunan frekuensi detak jantung yang akan memberikan umpan balik berupa kenikmatan atau kenyamanan. sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Aini et al., 2017).

Terapi pijat kaki dan mendengarkan murottal keduanya adalah terapi relaksasi yang sudah terbukti dapat mempengaruhi penurunan tekanan darah secara terpisah. Namun, belum pernah ada yang menggabungkan kedua teraapi tersebut secara bersamaan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan terapi kombinasi pijat kaki dan terapi murrotal untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

## **B. Rumusan Masalah**

Tekanan darah tinggi dianggap sebagai risiko utama bagi berkembangnya penyakit jantung dan berbagai penyakit vaskuler. Faktor risiko yang dapat dimodifikasi atau dirubah pada penderita hipertensi salah satunya adalah stres. Stres yang berlangsung lama dapat mengakibatkan peningkatan tekanan darah yang menetap, sehingga diperlukan penanganan dengan manajemen yang tepat. Terapi non farmakologis yang dapat diaplikasikan yaitu terapi pijat kaki yang secara fisiologis dapat berpengaruh terhadap sirkulasi darah dan juga dengan terapi mendengarkan murottal yang dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Berdasarkan uraian diatas, rumusan masalah yang muncul adalah “Bagaimanakah efektivitas penerapan terapi kombinasi pijat kaki dan terapi murottal dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi ?”

## **C. Tujuan Studi Kasus**

### **1. Tujuan umum**

Melaporkan proses asuhan keperawatan dengan penerapan terapi kombinasi pijat kaki dan terapi murottal untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengetahui tekanan darah pada pasien sebelum dan setelah dilakukan terapi pijat kaki.

- b. Mengetahui tekanan darah pada pasien sebelum dan setelah dilakukan terapi murottal.
- c. Mengetahui tekanan darah pada pasien sebelum dan setelah dilakukan terapi kombinasi terapi pijat kaki dan terapi murottal.
- d. Mengetahui penurunan tekanan darah pada pasien sebelum dan setelah dilakukan terapi pijat kaki, terapi murottal, dan terapi kombinasi terapi pijat kaki dan terapi murottal.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi pendidikan dan ilmu pengetahuan

Sebagai bahan acuan dalam kegiatan proses belajar dan bahan pustaka tentang terapi yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Bagi profesi keperawatan

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi di bidang keperawatan tentang pengaruh terapi kombinasi pijat kaki dan terapi murrotal yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

3. Bagi pengambil kebijakan di rumah sakit

Penelitian ini dapat menjadi masukan untuk rumah sakit, untuk meningkatkan cara-cara melakukan terapi pijat kaki yang benar dan mendengarkan murrotal untuk menurunkan tekanan darah dan untuk meningkatkan mutu pelayanan perawatan pada pasien hipertensi.

#### 4. Bagi peneliti

Penelitian ini memberikan suatu pembelajaran yang berharga tentang bagaimana cara menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan melakukan terapi kombinasi pijat kaki dan terapi murrotal untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

#### 5. Bagi masyarakat

Hasil dari penelitian ini juga sangat berguna bagi masyarakat, selain penerapan terapi kombinasi pijat kaki dan murrotal oleh perawat untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, dukungan keluarga dan orang sekitar pun sangat penting bagi pasien yang mengalami hipertensi.

#### 6. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi dasar dari dilakukannya penelitian lanjutan yang berkaitan dengan pengaruh terapi kombinasi pijat kaki dan terapi murrotal untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.