

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah yang meningkat atau disebut juga dengan hipertensi merupakan salah satu masalah kardiovaskuler yang paling sering terjadi pada pasien dengan penyakit ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa. Hipertensi menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas, baik di negara maju maupun berkembang. Pada pasien hemodialisa, hipertensi merupakan kondisi medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko komplikasi pada organ vital seperti jantung, otak, dan ginjal. Menurut World Health Organization (WHO, 2019), hipertensi terjadi ketika tekanan darah yang mengalir melalui arteri lebih tinggi dari kemampuan elastisitas dinding arteri itu sendiri. Pada pasien hemodialisa, kondisi ini diperberat oleh gangguan keseimbangan cairan dan natrium, serta perubahan struktur pembuluh darah akibat uremia dan proses penuaan. Seiring waktu, dinding arteri menjadi lebih kaku dan tidak elastis, sehingga meningkatkan beban kerja jantung dalam memompa darah, yang pada akhirnya menyebabkan tekanan darah meningkat secara kronik (Oktavia, 2023).

Menurut WHO (2019), 1.13 miliar manusia di dunia menderita hipertensi, 2/3 dari mereka yang tinggal di negara berkembang dengan kondisi ekonomi sedang cenderung rendah. Pada tahun 2015, 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita memiliki hipertensi. Hal ini membuktikan bahwa pria lebih mudah terkena hipertensi

dibanding wanita. Meskipun begitu pada suatu keadaan, wanita memiliki risiko yang cukup tinggi juga terhadap hipertensi (Glenys Yulanda, 2017). Salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi menjadi 25% pada 2025 kelak. Di Indonesia, hipertensi masih mencapai angka yang cukup tinggi dengan total 63 juta lebih penduduknya menyandang hipertensi. Angka kematian di Indonesia yang diakibatkan oleh hipertensi sebesar 427.218 kematian. (WHO, 2023).

Berdasarkan data dari Dinkes Jawa Tengah (2018), penderita hipertensi atau tekanan darah tinggi mencapai presentase 22,71 % atau sekitar 2.360.592 penduduk dengan 3 mayoritas penderitanya wanita, sebesar 1.146.412 penduduk. Untuk penderita hipertensi pada laki-laki di wilayah Jawa Tengah sendiri sebesar 808.009 penduduk. Sedangkan penderita hipertensi di wilayah Kota Semarang, dari 167.665 penduduk yang berusia >60 tahun, didapatkan data sebanyak 67.435 penduduk yang menderita hipertensi (Dinkes Jateng, 2020)

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, adalah kondisi medis di mana tekanan darah dalam arteri tubuh meningkat secara persisten. Hal ini dapat berdampak yang serius karena dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit dan komplikasi, seperti stroke, gagal jantung dan gagal ginjal penatalaksanaan hipertensi meliputi terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi hipertensi secara farmakologi telah diketahui banyak orang dengan cara mengkonsumsi obat-obatan medis atas resep dokter. Sedangkan untuk pengobatan nonfarmakologi dapat dilakukan dengan berbagai anjuran

modifikasi gaya hidup, yakni pola diet, aktivitas fisik, larangan merokok dan pembatasan konsumsi beralkohol (Rahmah, 2020). Selain modifikasi gaya hidup, yang para penderita hipertensi dapat melakukan beberapa terapi secara mandiri dan mudah dilakukan dimanapun dan kapanpun, meliputi terapi foot massage, relaksasi nafas dalam, dan mengkonsumsi jus buah tertentu. Dalam penulisan ini akan dikhususkan pada teknik itu, disini saya akan melakukan manajemen nyeri dengan salah satu teknik nonfarmakologi seperti seperti teknik relaksasi, distraksi, biofeedback, Transcutan Elektrik Nervous Stimulating (TENS), guided imagery, terapi musik, accupresur, aplikasi panas dan dingin, foot massage dan hipnotis.

Terapi pijat kaki atau foot massage adalah manipulasi jaringan lunak kaki, yang tidak berfokus pada titik tertentu di bagian bawah kaki yang relatif berhubungan dengan bagian tubuh lainnya (Ainun et al., 2021). Foot massage adalah pengobatan aman dan sederhana yang meningkatkan sirkulasi, merangsang metabolisme, meningkatkan mobilitas sendi, mengurangi rasa sakit, melemaskan otot dan memberi pasien rasa sejahtera. Penerapan pijat kaki dapat meningkatkan kelancaran aliran balik darah ke jantung, melebarkan pembuluh darah, merangsang aktivitas parasimpatis, dan pada akhirnya menimbulkan respon relaksasi yang menurunkan tekanan darah dan menstabilkan aliran darah kembali ke jantung.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Hidayah & Wiwin, 2023) yang menunjukkan bahwa intervensi nonfarmakologis seperti teknik relaksasi, terapi musik, dan terapi sentuhan dapat secara signifikan membantu menurunkan

tekanan darah pada pasien hemodialisa. Penelitian tersebut mengungkap bahwa sebagian besar pasien hemodialisa mengalami kecemasan dan ketegangan otot akibat prosedur rutin dan kondisi penyakit yang kronis, yang kemudian berdampak pada peningkatan tekanan darah. Pemberian terapi nonfarmakologis mampu merangsang sistem saraf parasimpatis, menurunkan aktivitas simpatis, dan meningkatkan perasaan nyaman sehingga berdampak pada penurunan tekanan darah secara fisiologis.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Prajayanti & Sari, 2022) yang menyatakan bahwa teknik relaksasi dan terapi sederhana seperti perawatan kaki—khususnya *foot massage*—memberikan dampak signifikan terhadap kestabilan tekanan darah pasien. Dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa pijatan pada telapak kaki merangsang titik-titik akupresur yang berkaitan dengan sistem sirkulasi darah, meningkatkan aliran darah perifer, serta menurunkan ketegangan otot. Efek relaksasi ini membantu menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara bertahap, terutama pada pasien dengan penyakit kronis seperti gagal ginjal yang menjalani terapi hemodialisa.

Di ruang hemodialisa sering dijumpai kondisi kenaikan tekanan darah yang berkaitan dengan kurangnya pemahaman mengenai penatalaksanaan mandiri untuk menurunkan tekanan darah tanpa penggunaan obat. Pengobatan dengan metode nonfarmakologis dinilai lebih mudah dilakukan secara mandiri serta lebih efisien dari segi waktu dan biaya. Pada kelompok lansia, hambatan dalam mengakses fasilitas kesehatan masih menjadi masalah, sehingga metode

nonfarmakologis dapat menjadi alternatif yang efektif untuk diterapkan di rumah.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Foot Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RSD K.R.M.T. Wongsonegoro Kota Semarang.”

B. Rumusan Masalah

Hipertensi merupakan salah satu komplikasi yang sering dialami oleh pasien lanjut usia, termasuk mereka yang menderita gagal ginjal kronis. Salah satu penyebab utama hipertensi pada lansia adalah perubahan fisiologis pada pembuluh darah, termasuk pembuluh darah di sekitar jantung. Seiring bertambahnya usia, dinding arteri cenderung mengalami pengerasan (arteriosklerosis) dan kehilangan elastisitas. Kondisi ini menyebabkan pembuluh darah menjadi lebih kaku sehingga jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah, yang pada akhirnya memicu peningkatan tekanan darah.

Pada pasien gagal ginjal kronis yang menjalani hemodialisa, kondisi hipertensi sering kali semakin memburuk akibat gangguan keseimbangan cairan dan elektrolit. Oleh karena itu, intervensi yang aman dan tidak memberatkan fungsi ginjal sangat dibutuhkan, salah satunya adalah terapi nonfarmakologis. Salah satu metode nonfarmakologis yang mulai banyak digunakan adalah foot massage atau pijat kaki.

Foot massage diketahui memberikan efek relaksasi dengan merangsang saraf perifer di area kaki, terutama yang berhubungan dengan sistem saraf parasimpatik. Aktivasi saraf parasimpatik akan menyebabkan tubuh dalam keadaan tenang dan rileks, sehingga detak jantung menurun dan tekanan darah menjadi lebih stabil. Selain itu, pijatan juga membantu meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi ketegangan otot. Metode ini sederhana, murah, dapat dilakukan secara mandiri maupun dengan bantuan tenaga kesehatan, serta minim efek samping.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang dirumuskan dalam judul: “Penerapan Foot Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RSD K.R.M.T. Wongsonegoro Kota Semarang.”.

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Mengetahui Efektivitas Penerapan Foot Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RSD K.R.M.T. Wongsonegoro Kota Semarang

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui tekanan darah pada lansia sebelum penerapan foot massage Pada Pasien Hemodialisa RSD K.R.M.T. Wongsonegoro.
- b. Mengetahui tekanan darah pada lansia setelah penerapan foot massage Pada Pasien Hemodialisa RSD K.R.M.T. Wongsonegoro.
- c. Menganalisis efektifitas Penerapan Foot Massage terhadap Penurunan

Tekanan Darah pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani
Hemodialisa di RSD K.R.M.T. Wongsonegoro Kota Semarang

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi institusi pendidikan

Sebagai wawasan dan pengetahuan untuk sumber kepustakaan bagi Universitas Widya Husada Semarang dan memberikan pengetahuan untuk mahasiswa terutama mahasiswa-mahasiswi fakultas keperawatan tentang Penerapan Foot Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RSD K.R.M.T. Wongsonegoro Kota Semarang.

2. Bagi perawat

Sebagai penatalaksanaan secara non farmakologi dan intervensi mandiri yang harus diketahui dan dapat dilakukan oleh perawat

3. Bagi peneliti

Peneliti mampu membuktikan secara ilmiah tentang Penerapan Foot Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Gagal Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisa di RSD K.R.M.T. Wongsonegoro Kota Semarang