

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di dunia yang menjadi penyebab tingginya angka morbiditas dan mortalitas akibat komplikasi kardiovaskular seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal kronis. Menurut *World Health Organization*, sekitar 1,28 miliar orang di dunia menderita hipertensi, dan hampir dua pertiganya tinggal di negara berpenghasilan menengah ke bawah. Kondisi ini seringkali tidak menunjukkan gejala. Namun, tanpa penanganan yang tepat, tekanan darah tinggi dapat menyebabkan komplikasi serius yang memengaruhi kualitas hidup dan keselamatan pasien (WHO, 2023).

Tekanan darah tinggi dapat menyebabkan komplikasi terkait organ, dan pasien sering mengalami nyeri akut ketika tekanan darah mereka tidak terkontrol atau tiba-tiba melonjak. Sakit kepala, nyeri leher, dan rasa berat di kepala terjadi karena peningkatan resistensi vaskular dan ketegangan pada pembuluh darah otak. Hal ini mengakibatkan aktivasi sistem saraf simpatik. Aktivasi ini meningkatkan pelepasan katekolamin yang memperberat vasokonstriksi, menurunkan ambang nyeri, serta menyebabkan perubahan fisiologis berupa peningkatan tonus vaskular, ketegangan otot, dan gangguan perfusi jaringan yang berujung pada timbulnya nyeri akut (Esler *et al.*, 2020; Mills *et al.*, 2020). Fenomena tersebut menunjukkan bahwa nyeri akut pada pasien hipertensi bukan sekadar gejala penyerta, tetapi

kondisi klinis yang bersifat mendesak dan perlu ditangani secara komprehensif melalui kombinasi terapi farmakologis dan intervensi nonfarmakologis keperawatan, seperti pijat refleksi kaki, guna meningkatkan kenyamanan dan stabilitas hemodinamik pasien (Hanphitakphong *et al.*, 2025).

Secara global, prevalensi hipertensi terus meningkat dari 29% pada tahun 1990 menjadi 32% pada 2019 di kawasan Asia Tenggara (Hanphitakphong *et al.*, 2025). Di Indonesia, berdasarkan hasil *Riskesdas* (Kemenkes RI, 2023), prevalensi hipertensi mencapai 34,1% pada penduduk usia di atas 18 tahun. Sementara di Provinsi Jawa Timur, prevalensi hipertensi sebesar 33,25%, dan di Kabupaten Magetan dilaporkan mencapai 31,6% kasus dari total kunjungan pasien rawat inap puskesmas pada tahun 2024 (Dinas Kesehatan Kabupaten Magetan, 2025). Pada tahun 2024, data dari Puskesmas Parang menyoroti bahwa hipertensi termasuk dalam tiga penyakit paling umum, dengan rata-rata 42 kasus rawat inap setiap semester. Sebagian besar pasien melaporkan sakit kepala dan nyeri leher akibat tekanan darah tinggi. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya terapi komplementer untuk mengelola tekanan darah dan meredakan nyeri akut pada pasien hipertensi di fasilitas perawatan primer.

Nyeri akut sering memicu lonjakan tekanan darah pada pasien ini karena aktivitas sistem saraf simpatik yang berlebihan dan peningkatan hormon stres seperti kortisol dan norepinefrin. Hipertensi berkembang melalui mekanisme kompleks yang melibatkan sistem saraf simpatik dan sistem renin-angiotensin-aldosteron, yang menyebabkan penyempitan

pembuluh darah yang terus-menerus. Akibatnya, tekanan intravaskular meningkat, mengurangi aliran darah ke jaringan, termasuk jaringan otak. Penurunan perfusi tersebut dapat menimbulkan hipoksia jaringan dan memicu pelepasan mediator inflamasi yang merangsang reseptor nyeri, sehingga muncul nyeri akut, terutama di area kepala dan leher. Nyeri yang berlangsung terus-menerus selanjutnya akan memperkuat respons simpatik, meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah, sehingga terbentuk hubungan timbal balik antara hipertensi dan nyeri akut yang saling memperburuk kondisi pasien (Unger *et al.*, 2020; Grassi *et al.*, 2021). Meskipun terapi farmakologis efektif menurunkan tekanan darah, penggunaan obat antihipertensi sering menghadapi kendala seperti efek samping, gangguan elektrolit, dan rendahnya kepatuhan pasien dalam terapi jangka panjang (Lee *et al.*, 2021). Oleh karena itu, diperlukan intervensi nonfarmakologis yang aman dan mudah diterapkan untuk membantu menurunkan tekanan darah sekaligus memberikan efek relaksasi, salah satunya melalui terapi pijat refleksi kaki (*foot reflexology*).

Penelitian oleh Fandizal *et al.* (2020) menunjukkan bahwa pijat refleksi kaki selama enam hari dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan rata-rata penurunan 8,7 mmHg ($p=0,006$) pada klien hipertensi tidak terkontrol. Hasil serupa ditemukan dalam studi Hanphitakphong *et al.* (2025), yang menunjukkan bahwa pijat refleksi kaki dikombinasikan dengan aromaterapi menurunkan denyut jantung rata-rata 8,29% ($p=0,001$) serta menstimulasi sistem saraf parasimpatis yang menimbulkan efek tenang dan menurunkan tekanan darah. Selain itu,

penelitian Calisanie & Preannisa (2022) juga membuktikan bahwa terapi pijat refleksi mampu meningkatkan perfusi jaringan, menurunkan kadar hormon stres, serta memperbaiki kualitas tidur pasien hipertensi.

Pijat refleksi kaki merupakan terapi nonfarmakologis dengan prinsip stimulasi titik-titik saraf di telapak kaki yang berhubungan dengan organ tubuh tertentu, termasuk jantung dan ginjal. Stimulasi pada titik refleksi ini dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah, menurunkan tonus otot, serta merangsang pelepasan endorfin yang berperan dalam mengurangi nyeri akut. Penelitian Fandizal *et al.* (2020) menegaskan bahwa pijat refleksi dapat memperbaiki sistem homeostasis tubuh melalui aktivasi sistem saraf otonom yang menurunkan tekanan darah dan rasa nyeri. Berdasarkan berbagai hasil penelitian tersebut, penerapan pijat refleksi kaki di ruang rawat inap Puskesmas Parang Magetan diharapkan menjadi alternatif terapi yang efektif, aman, dan mudah diterapkan untuk mengurangi nyeri akut sekaligus menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penerapan terapi ini sejalan dengan konsep asuhan keperawatan holistik, dimana perawat tidak hanya fokus pada penyembuhan fisik tetapi juga memperhatikan aspek psikologis dan spiritual pasien. Intervensi ini dapat dilakukan oleh perawat terlatih menggunakan *Standard Operating Procedure* (SOP) pijat refleksi kaki selama 10–15 menit pada area titik refleksi jantung, hati, ginjal, dan kepala. Penerapan yang terstruktur di fasilitas kesehatan tingkat pertama seperti puskesmas juga dapat meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan dan meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi.

Dalam Islam, menjaga kesehatan dan meredakan rasa sakit adalah ibadah dan tanggung jawab. Hal ini sejalan dengan Al-Quran dalam Surah Asy-Syu'ara, ayat 80: *"Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkanku"* (QS. Asy-Syu'ara [26]: 80). Ayat ini menegaskan bahwa penyembuhan berasal dari Allah, namun manusia didorong untuk mencari pengobatan melalui cara yang diperbolehkan, seperti terapi yang menenangkan seperti refleksologi. Lebih lanjut, Nabi Muhammad SAW menekankan dalam sebuah Hadits yang diriwayatkan oleh Muslim: *"Untuk setiap penyakit ada obatnya. Apabila obatnya sesuai dengan penyakitnya, maka kesembuhan akan terjadi dengan izin Allah"* (H.R. Muslim). Dengan demikian, penggunaan refleksologi kaki dapat dilihat sebagai upaya untuk menjaga kesehatan dan membantu pemulihan bagi pasien hipertensi. Terapi ini mewujudkan konsep *rahmatan lil 'alamin* dalam Islam dengan menawarkan kedamaian, mengurangi rasa sakit, dan meningkatkan kesejahteraan tanpa efek samping kimia.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul "Penerapan Pijat Refleksi Kaki Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Bagaimana penerapan pijat refleksi kaki pada

pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis penerapan pijat refleksi kaki pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan.
2. Menegakkan diagnosis keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan.
3. Melakukan perencanaan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan.
4. Melakukan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan.
5. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Parang Magetan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapan dalam bidang keperawatan bagi akademik maupun praktik.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait pentingnya penerapan pijat refleksi kaki terhadap penurunan skala nyeri pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan materi bagi petugas dalam memberikan intervensi pijat refleksi kaki terhadap penurunan skala nyeri pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bacaan dan pengembangan ilmu mengenai intervensi pijat refleksi kaki terhadap penurunan skala nyeri pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian dan penulisan karya ilmiah akhir ners.

