BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi menjadi salahsatu masalah kardiovaskuler yang perlu mendapatkan perhatian besar karena menjadi masalah kesehatan paling tinggi secara global (WHO, 2026). Beberapa faktor penyebab terjadinya hipertensi yaitu usia, jenis kelamin, faktor genetik, hormonal, serta perubahan gaya hidup (Pradono et al., 2020). Hipertensi sendiri masuk dalam kategori penyakit menurun dan menjadi masalah yang serius karena dapat muncul tanpa gejala apapun, sehingga hipertensi kerap kali disebut sebagai "*the silent killer*", terlebih penyakit hipertensi ini juga menjadi masalah kesehatan terbesar untuk kalangan lansia (Kemenkes 2024). Hipertensi merupakan terjadinya peningkatan yang terjadi ketika tekanan di pembuluh darah terlalu tinggi (WHO, 2026). Tekanan darah merupakan gaya pompa darah pada dinding arteri, dimana keadaan tersebut yang menentukan seberapa besar volume yang masuk dan mencapai jaringan perifer.

Menurut data Asosiasi Kesehatan Dunia pada tahun 2026 diperkirakan sekitar 1,4 miliar orang dewasa berkisar 30-79 tahun diseluruh dunia mengalami hipertensi, 44% dari jumlah tersebut tidak menyadari bahwa dirinya mengalami kondisi tersebut. Menurut *American Heart Association*, terdapat sekitar 74,5 penduduk amerika berusia diatas 20 tahun yang mengalami hipertensi (WHO, 2023). Angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 36% (Kemenkes RI, 2023). Sedangkan

hipertensi sendiri menjadi merupakan kasus penyakit tidak menular terbanyak di Jawa Timur yaitu berkisar 195.225 kasus (Riskesdas, 2024). Di kabupaten Magetan, menurut data Profil Dinas Kesehatan menunjukkan peringkat pertama diantara sepuluh penyakit terbanyak, dengan prevalansi mencapai 25,93% yaitu sekitar 114.240 penduduk (Wijayanti et al., 2023). Berdasarkan hasi studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tahun 2026 di UPT PSTW Magetan, peroktober tahun 2025 dari 145 lansia sejumlah 66 lansia mengalami hipertensi serta penyakit penyerta lainnya.

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah seseorang dengan nilai >140/90 mmHg. Seseorang dengan hipertensi biasanya akan memiliki gejala klinis seperti pusing, mudah marah, mata berkunang-kunang dan mimisan. Tidak hanya itu, seseorang dengan riwayat hipertensi juga sering mengalami gejala seperti nyeri kepala saat kurang tidur, disertai mual muntah akibat peningkatan tekanan darah (Falo, Aknes, 2023). Berbagai hal dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi, pada umumnya terdapat 2 faktor risiko terjadinya hipertensi yaitu faktor risiko yang tidak dapat diubah seperti riwayat keluarga, usia dan jenis kelamin. Sedangkan faktor risiko lainnya yaitu faktor risiko yang dapat diubah seperti pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, kegemukan, konsumsi alcohol berlebih, merokok, stress, kolesterol tinggi, diabetes dan lainnya (Ekasari et al., 2021). Tekanan darah yang tinggi secara terus-menerus mengakibatkan disfungsi endotel, hipertrofi otot polos pembuluh darah, dan peningkatan kekakuan arteri sehingga terjadi vasokonstriksi serta peningkatan resistensi vaskular perifer(J. E, 2021).

Peningkatan resistensi vaskular perifer menyebabkan aliran darah menuju jaringan perifer berkurang sehingga suplai oksigen dan nutrisi tidak mampu memenuhi kebutuhan metabolisme jaringan. Kondisi tersebut mengakibatkan hipoksia jaringan yang ditandai dengan nadi perifer menurun, pengisian kapiler memanjang, ekstremitas dingin, perubahan warna kulit, serta penurunan sensasi (J.L, Hinkle & K.H, 2022). Manifestasi tersebut sesuai dengan diagnosis keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif, yaitu penurunan sirkulasi darah pada tingkat perifer yang dapat mengganggu kesehatan (SDKI, 2017). Sehingga perlunya penanganan atau pengendalian tekanan darah seseorang.

Beberapa penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif yaitu terapi musik dan terapi pijat refleksi. Saat ini banyak obat sebagai upaya penurunan tekanan darah. Namun, tak banyak juga yang menerapkan terapi musik sebagai terapi nonfarmakologis yang terbukti adjuvant dalam pengobatan hipertensi (Cao & Zhang, 2023). Begitupun *foot reflection* merupakan salah satu teknik penyembuhan kuno yang paling banyak digunakan dalam pengobatan komplementer dan integratif. Teknik *foot reflection* melibatkan penerapan tekanan yang terkontrol pada titik tertentu di kaki yang diketahui dapat mengaktifkan berbagai bagian tubuh sehingga sirkulasi, aliran energi dapat mengatur hemostatis tubuh (Venugopal et al., 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan *Kotruchin et al.*, 2021 menunjukkan bahwa *foot reflection* secara signifikan menurunkan denyut

jantung serta penurunan tekanan darah siastolik dan diastolik meskipun terjadi setelah 15 sampai 30 menit setelah diberikan intervensi. Hal ini mendukung teori bahwa terapi nonfarmakologis dapat menjadi alternative efektif dalam membantu mengontrol tekanan darah pasien hipertensi. Mekanisme *foot reflection* berkaitan dengan stimulasi saraf perifer dan peningkatan relaksasi tubuh, yang kemudian menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan menyebabkan penurunan tekanan darah serta denyut jantung. Sama halnya dengan terapi *foot reflection*, terapi musik juga menunjukkan signifikasi dalam penurunan tekanan darah. Selain itu, juga terbukti dalam menurunkan tingkat kecemasan dan depresi. Efek terapi musik terjadi karena stimulasi sistem saraf parasimpatis, peningkatan relaksasi, serta penurunan aktivitas sistem saraf simpatis yang menyebabkan pelepasan hormone penenang seperti asetilkolin, yang akhirnya dapat menurunkan tekanan darah dan detak jantung (Cao & Zhang, 2023). Hasil penelitian Sashikirana et al., 2024 menunjukkan bahwa terjadi perubahan setelah diberikannya intervensi *foot reflexion* yang dikombinasikan dengan music gamelan selama 20-30 menit, penurunan pada tekanan darah sistolik pasien dengan rata-rata 10,3 mmHg dan tekanan diastolic mengalami penurunan rata-rata 4,3 mmHg

Dari pembahasan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan pengaplikasian intervensi, tidak hanya satu intervensi tetapi kombinasi antara terapi musik yang diterapkan bersamaan dengan terapi pijat *foot reflection* pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan perfusi perifer tidak efektif di UPT PSTW Magetan.

Islam mengajarkan bahwa setiap penyakit memiliki obat, sehingga umatnya diwajibkan untuk berikhtiar mencari kesembuhan. Dari Abu Hurairah radhiyallahu 'anhu, Nabi Muhammad shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda:

مَاأَنْزَلَاللَّهُدَاءًإِلَّاأَنْزَلَلَهُشِوَاءً

Artinya: *"Tidaklah Allah menurunkan suatu penyakit melainkan Allah juga menurunkan obat untuk penyakit tersebut."* (HR. Bukhari).

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Penerapan Terapi Musik dan *Foot Reflection* pada lansia Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Di UPT PSTW Magetan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Megetahui Penerapan Terapi Musik dan *Foot Reflection* pada lansia Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Di UPT PSTW Magetan?

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengkaji masalah keperawatan pada lansia Hipertensi dengan masalah keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Di UPT PSTW.
2. Merumuskan diagnosa keperawatan pada pasien Hipertensi dengan masalah keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Di UPT PSTW.

3. Merencanakan intervensi keperawatan Penerapan Terapi *Musik* dan *Foot Reflection* pada lansia Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Di UPT PSTW Magetan
4. Melakukan implementasi keperawatan Penerapan Terapi *Musik* dan *Foot Reflection* pada lansia Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Di UPT PSTW Magetan.
5. Melakukan evaluasi keperawatan Penerapan Terapi *Musik* dan *Foot Reflection* pada lansia Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Di UPT PSTW Magetan.
6. Melakukan dokumentasi hasil Penerapan Terapi *Musik* dan *Foot Reflection* pada Lansia Gangguan Sirkulasi dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif di UPT PSTW Magetan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai Penerapan Terapi Musik dan *Foot Reflection* pada lansia Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif Di UPT PSTW Magetan.

1.4.2 Manfaat Praktik

1. Bagi Masyarakat

   Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi masyarakat untuk mengetahui Penerapan Terapi *Musik* dan *Foot Reflection* pada lansia Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif.

2. Bagi Peneliti

   Penelitian ini dijadikan penulis sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan penelitian serta pengaplikasian pengetahuan dalam bidang keperawatan yang selama ini didapatkan

3. Bagi Tenaga Kesehatan

   Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu pengembangan ilmu pengetahuan bagi tenaga kesehatan dan khususnya dibidang keperawatan tentang Penerapan Terapi Musik dan *Foot Reflection* pada lansia Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Perfusi Perifer Tidak Efektif.