

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Tekanan darah tinggi (hipertensi) merupakan salah satu masalah kesehatan utama setiap negeri karena bisa menimbulkan penyakit jantung, dan stroke otak yang mematikan. Hipertensi dianggap masalah kesehatan serius karena kedadangannya seringkali tidak kita sadari dengan sedikit, jika memang ada, gejala yang nyata. Hipertensi berkepanjangan bisa merusak sistem kardiovaskular, jantung, dan pembuluh darah. Sistem ini ibarat sebuah pohon, Arteri terbesar aorta adalah batangnya. Aorta membawa darah dari jantung untuk diangkut oleh cabang arteri ke seluruh bagian tubuh. Dinding arteri normalnya lentur, tetapi pada tekanan darah tinggi yang berkepanjangan, dinding tersebut mengeras dan kehilangan kelenturannya. Kondisi ini bisa terjadi secara alami sering bertambahnya usia (Carson wade 2023).

Menurut data Sample Registration System (SRS) Indonesia tahun 2014, Hipertensi dengan komplikasi (5,3%) merupakan penyebab kematian nomor 5 (lima) pada semua umur. Hipertensi dapat dicegah dengan mengendalikan perilaku berisiko seperti merokok, diet yang tidak sehat seperti kurang konsumsi sayur dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebih, obesitas, kurang aktifitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan dan stres. Data Riskesdas 2018 pada penduduk usia 15 tahun keatas didapatkan data faktor risiko seperti proporsi masyarakat yang kurang makan sayur dan buah sebesar 95,5%, proporsi kurang aktifitas fisik 35,5%, proporsi merokok 29,3%, proporsi obesitas sentral 31% proporsi obesitas umum 21,8%.

Hipertensi dikenal oleh masyarakat awam dengan sebutan “darah tinggi” karena kondisi ini memang mengindikasikan tingginya tekanan darah. Tekanan darah sendiri dapat dibagi menjadi tekanan sistol (tekanan di pembuluh darah saat jantung memompa darah) dan diastol (tekanan di pembuluh darah saat jantung dalam keadaan istirahat). Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan sistol terukur ≥ 140 mmHg atau tekanan diastol terukur ≥ 90 mmHg (WHO, 2019). Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa angka prevalensi hipertensi pada penduduk usia > 18 tahun di Indonesia adalah 34,1%. Prevalensi tersebut diperoleh dengan melakukan pengukuran tekanan darah yaitu apabila tekanan darah $> 140/90$ mmHg. Angka prevalensi ini lebih tinggi dari tahun 2013 yaitu sebesar 25,8%. Provinsi Kalimantan Selatan memiliki angka prevalensi tertinggi sebesar 44,13% diikuti oleh Jawa Barat sebesar 39,6% Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Berdasarkan data

Dinas Kesehatan Kabupaten Karawang Tahun 2020 menunjukkan prevalensi hipertensi tertinggi di Kabupaten Karawang terjadi di Wilayah kerja Puskesmas Pedes (10,6%), Puskesmas Cilamaya (6,7%) dan Puskesmas Cikampek (5,8%). Di antara puskesmas tersebut, Puskesmas Cikampek mengalami peningkatan kasus hipertensi dari tahun 2019 sebanyak 7.039 kasus dan pada tahun 2020 sebanyak 8.241 kasus. Sedangkan kasus pada bulan Januari hingga Mei tahun 2021 yang tercatat di rekam medis sebanyak 432 kasus.

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menderita hipertensi, yang berarti 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan 1,5 Miliar orang akan terkena hipertensi pada tahun 2025, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang akan meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019). Penyakit tidak menular masih menjadi masalah serius hingga saat ini salah satunya yaitu hipertensi. Prevalensi hipertensi yang mengalami peningkatan setiap tahunnya dan berada pada urutan ketiga yaitu muncul karena ketakutan kondisi yang lebih buruk akan terjadi, hal tersebut yang membuat Puskesmas Cikampek dengan persentase 5,8% (Khilwa, et al. 2022).

Kecemasan ini pasien mengalami kecemasan berat. Dari 30 responden, 12 (40%) responden dengan komplikasi selurunya mengalami kecemasan berat. 18 (60%) responden dengan non komplikasi, 10 (33,3%) responden mengalami kecemasan berat, 2 (6,7%) responden mengalami kecemasan sedang, 2 (6,7%) responden mengalami kecemasan ringan dan 4 (13,3%) responden tidak mengalami kecemasan.(Rizal & Rizani, 2019).

Hasil *writing survey* pada kategori kecemasan pada 5 artikel mengalami kecemasan sedang sebanyak 119 responden. Berdasarkan tingkat tekanan darah pada artikel 1 dan 2 dominan mengalami tekanan darah sedang sebanyak 45 responden, artikel 3 dan 5 dominan mengalami tekanan darah ringan sebanyak 35 responden, artikel 4 dominan mengalami tekanan darah ringan sebanyak 24 responden dan dominan mengalami tekanan darah berat sebanyak 24 responden. Perasaan cemas akan muncul pada saat terjadi hipertensi. Hal ini dapat menimbulkan kecemasan pada penderita hipertensi. mungkin mereka cemas karena takut jika sewaktu- waktu tekanan darahnya meningkat. Hal itu dapat mengakibatkan fatal bagi tubuh dan kelangsungan hidup. Ada beberapa pengaruh tekanan darah tinggi yang dapat menimbulkan penyakit berbahaya seperti stroke, jantung yang dapat mengakibatkan kematian (Wulan Sari & Kurniawati, 2022).

Aroma terapi minyak lavender diperoleh dengan cara distilasi bunga. Minyak lavender bersifat serbaguna, sangat cocok untuk merawat kulit terbakar, terkelupas, psoriasis, dan juga membantu kasus hipertensi. Aromaterapi lavender juga memiliki kandungan utama yaitu

linalool asetat yang mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat saraf dan otot-otot yang tegang dan memperlancar aliran darah. Menghirup lavender meningkatkan frekuensi gelombang alfa dan keadaan ini diasosiasikan dengan bersantai (relaksasi) sehingga dapat mengobati ketegangan pada pembuluh darah. Lavender juga membantu keseimbangan kesehatan tubuh yang sangat bermanfaat dalam menghilangkan sakit kepala, premenstrual sindroma, stress, ketegangan, kejang otot dan regulasi jantung, Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata –rata tekanan darah sistolik setelah pemberian aromaterapi lavender adalah sebesar 150,51 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 91,03 mmHg. Hal ini menunjukkan terjadi penurunan tekanan darah setelah diberikan intervensi dengan $p = 0,001$. (Ardianty, et, al 2023).

Hasil review menunjukkan pemberian masase punggung dan kaki menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, penurunan nilai tekanan darah lebih signifikan ketika pemberian masase dilakukan dalam intensitas dan durasi yang lebih panjang. Pemberian masase terapi ini menggunakan jari tangan untuk pengobatan yang dilakukan dengan menstimulasi titik- titik tertentu pada tubuh yang akan menimbulkan efek relaksasi bagi pasien. Pijat punggung dan kaki dapat dilakukan dengan berbagai macam teknik, antara lain effleurage, gosokan, getaran, dan tekanan pada titik-titik saraf di kaki. Penelitian ini di lakukan terhadap 90 responden penderita hipertensi yang menjalani pijat punggung dan kaki selama 30 menit dua kali seminggu selama tiga minggu menemukan bahwa pijatan tersebut efektif menurunkan tekanan darah.darah sistolik (130 mmHg menjadi 110 mmHg) dan diastolik (80 mmHg menjadi 70 mmHg) dan meningkatkan kualitas tidur. Massage dapat dilakukan dengan berbagai cara untuk menimbulkan efek relaksasi serta efektif untuk mengontrol hipertensi (Lofitaria & Patarru, 2022).

Penanganan hipertensi dapat dilakukan secara nonfarmakologi yaitu dengan terapi masase punggung dan masase kaki. didapatkan rata-rata tekanan darah penderita hipertensi pada kelompok perlakuan masase punggung 147,50/92,00 mmHg. Rata-rata tekanan darah pada kelompok masase kaki yaitu dengan 127,50/76,25 mmHg. Tekanan darah pada kelompok kontrol 155,12/93,88 mmHg Hasil analisa bivariat didapatkan ada pengaruh masase punggung dengan nilai sistole $p=0,000$, diastole $p= 0,001$. dan rata-rata tekanan darah pada kelompok masase kaki sistole dengan nilai $p= 0,001$ dan diastole dengan nilai $p =0,000$. Penderita tekanan darah tinggi sangat memerlukan terapi relaksasi untuk merelaksasi pembuluh darah, menyebabkan vasodilatasi, dan menormalkan tekanan darah. Untuk membuat tubuh menjadi relaks dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti terapi musik klasik, yoga, teknik nafas dalam, dan terapi masase (Yanti, et al, 2019).

Hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan masase pada punggung kaki dengan minyak essensial lavender, terjadi penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dimana tekanan darah sebelum dilakukan penerapan pada subyek I dari 150/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg dan pada subyek II dari 140/90 mmHg menjadi 130/70 mmHg. Memijat kaki dengan minyak esensial lavender bertujuan untuk menciptakan respon relaksasi yang meratakan aliran darah ke jantung dan memiliki efek vasodilatasi pada pembuluh darah. Ini dapat merangsang aktivitas saraf para simpatis dan akhirnya menurunkan tekanan darah. Tujuan penerapan massage pada kaki menggunakan minyak essensial lavender yaitu untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi (Rahmasari & Fitri, 2021).

Salah satu aromaterapi yang dapat digunakan dalam menurunkan tekanan darah adalah minyak esensial lavender. Aromaterapi lavender bekerja dengan mempengaruhi, tidak hanya fisik tetapi juga tingkat emosi. Lavender sebagai aromaterapi dapat memberikan efek relaksasi dan sedasi sehingga dapat menurunkan hipertensi. Lavender mengandung linalool, linalyl acetic acid derivation, ocimene dan zat-zat antioksidan alami yang memiliki berbagai khasiat untuk mencegah penyakit seperti hipertensi. Rata-rata tekanan darah pada responden sebelum pemberian aromaterapi lavender termasuk hipertensi derajat 2, sedangkan rata-rata tekanan darah sesudah pemberian aromaterapi lavender termasuk hipertensi derajat 1. Kedua data pada Pretest dan Posttest tidak berdistribusi normal, maka pada uji hipotesis menggunakan Uji Wilcoxon. Hasil Uji Wilcoxon pada tekanan darah sistolik dan diastolik $p<0,05$, yaitu p value sebesar 0,000 (Wahyuningsih & Maryatun 2023)

Dari hasil 4 Survey awal yang dilakukan peneliti diperoleh data pasien hipertensi di RSU Royal Prima Medan dibulan Oktober 2023 sebanyak 110 pasien. Dari laporan diatas, peneliti tertarik mengambil judul “ **Efektivitas Masase Punggung Dan Kaki Dengan Minyak Esensial Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Resiko Hipertensi Di RSU Royal Prima Medan Tahun 2023** ”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka yang terjadi dalam penelitian ini adalah bagaimana Efektivitas Masase Punggung Dan Kaki Dengan Minyak Esensial Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Resiko Hipertensi Di RSU Royal Prima Medan Tahun 2023.

Tujuan Penelitian

Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh pemberian masase punggung dan kaki dengan menggunakan minyak esensial lavender terhadap penurunan tekanan darah (Sebelum dan sesudah masase) Penderita hipertensi Di RSU Royal Prima Medan.

Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan masase punggung dan kaki dengan minyak esensial lavender.
2. Untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan masase punggung dan kaki
3. Untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan, \usia, jenis kelamin dan pekerjaan.

Manfaat Penelitian

Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan informasi dalam mengembangkan ilmu khususnya masalah Efektivitas Masase Punggung Dan Kaki Dengan Minyak Esensial Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Resiko Hipertensi.

Bagi Responden

Sebagai masukan mengenai Efektivitas Masase Punggung Dan Kaki Dengan Minyak Esensial Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Resiko Hipertensi sehingga responden dapat mengerti dan memahami penyakit hipertensi.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian dapat dijadikan referensi untuk melakukan penelitian lanjut lagi dengan memperbaiki kekurangan yang ada tentang Efektivitas Masase Punggung Dan Kaki Dengan Minyak Esensial Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Dengan Resiko Hipertensi.