

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia memasuki tahap akhir kehidupan yang ditandai dengan proses penuaan, di mana fungsi organ tubuh secara bertahap menurun. Hal ini menyebabkan lansia lebih rentan mengalami berbagai penyakit degeneratif, termasuk hipertensi atau tekanan darah tinggi yang merupakan salah satu penyakit paling umum pada kelompok usia ini (Rahmadhani, 2023). *American College of Cardiology 2017 (ACC)* atau Asosiasi Jantung Amerika (AJA) tentang tekanan darah menunjukkan bahwa titik batas untuk diagnosis hipertensi diagnosis hipertensi adalah tekanan darah sistolik (SBP) > 130 mmHg atau tekanan darah diastolik (DBP) > 80 mmHg (Zhou, 2022).

Hipertensi yang tidak diobati dapat menyebabkan komplikasi berbahaya, termasuk gagal jantung, dimana jantung tidak mampu lagi memompa darah untuk memenuhi kebutuhan tubuh (Tanggela, 2022). Alasan hipertensi disebut sebagai silent killer karena seringkali tidak menunjukkan gejala selama 10 hingga 20 tahun dan sering diketahui jika timbul komplikasi pada organ tubuh (Anggraini, 2023).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2023, prevalensi hipertensi pada pria (34%) sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan wanita (32%). Prevalensi hipertensi akan terus meningkat tajam dan diperkirakan pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa diseluruh dunia terkena hipertensi (WHO, 2023). Menurut Data Riskesdas 2018 penduduk usia diatas 18 tahun yang menderita penyakit hipertensi sebesar 34,11% kasus dan di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) sebesar 27,72% (Tanggela, 2022). Kasus hipertensi di Kota Kupang juga menunjukkan kecenderungan peningkatan selama 2018-2022. Data dari Dinas Kesehatan Kota Kupang menunjukkan bahwa jumlah kasus penyakit hipertensi selama 5 tahun terakhir mengalami fluktuasi. Pada tahun 2018 kasus hipertensi mencapai 29,3%. Kemudian pada tahun 2019 mengalami peningkatan dua kali lebih besar menjadi 64,4% kasus. Pada tahun 2020 meningkat lagi menjadi 65,3% kasus,

pada tahun 2021 juga terjadi peningkatan yang signifikan khususnya di Puskesmas Pasir Panjang dengan jumlah kasus sebanyak 1.666 menjadi 3.040 kasus di tahun 2022.

Tingginya angka prevalensi hipertensi disebabkan oleh kurangnya pengetahuan masyarakat tentang cara mengendalikan dan mencegah kondisi ini. Jika tidak ditangani dengan benar, hipertensi dapat menyebabkan masalah kesehatan serius, termasuk komplikasi berat, serta meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, bahkan kematian (Rahmadhani, 2023). Kasus hipertensi darurat memiliki risiko tinggi terutama pada lansia, yang sering disebabkan oleh perubahan pada pembuluh darah, termasuk di jantung. Seiring bertambahnya usia, pembuluh darah arteri cenderung menjadi lebih kaku dan kurang elastis, menyebabkan kesulitan dalam pemompaan darah oleh jantung dan, akibatnya, peningkatan tekanan darah (Rosari, 2014).

Ada beberapa tatalaksana yang dapat dilakukan pasien hipertensi untuk menurunkan kadar tekanan darah, salah satunya dengan pendekatan intervensi komplementer. Intervensi komplementer adalah sebuah perlakuan yang bersifat melengkapi obat konvensional. Intervensi ini bisa bersinergi dalam mengurangi gejala suatu penyakit. Intervensi independen keperawatan yang bisa dilakukan untuk melengkapi obat antihipertensi yang mudah dan memungkinkan untuk dilakukan adalah relaksasi genggam jari atau yang biasa disebut *Finger Hold* (Sari, 2024).

Terapi ini dapat membantu mengurangi stres dan emosi seseorang karena teknik genggam jari dapat menghangatkan titik-titik aliran energi pada meridian di jari tangan. Selain itu, terapi ini juga dapat menurunkan aktivitas saraf simpatis, yang pada gilirannya dapat menurunkan tekanan darah (Rosa, 2023).

Penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ni Luh Putu Dian Yunita Sari, I Kadek Prastikanala, Ni Kadek Ratih Mentari tahun 2023 yang memperoleh hasil yang menunjukkan bahwa relaksasi genggam jari dapat menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Oleh karena itu, berdasarkan gambaran permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk

melakukan penelitian dengan judul efektivitas relaksasi *finger hold* terhadap pengendalian tekanan darah lansia dengan hipertensi di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana efektivitas relaksasi *finger hold* terhadap pengendalian tekanan darah lansia dengan hipertensi di puskesmas pasir panjang kota kupang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis Efektivitas Relaksasi *Finger Hold* Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik responden yang meliputi usia dan jenis kelamin di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang
2. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum dilakukan Relaksasi *Finger Hold* di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang
3. Mengidentifikasi tekanan darah setelah dilakukan Relaksasi *Finger Hold* di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang
4. Menganalisis perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan Relaksasi *Finger Hold* di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan bacaan untuk memperkaya kepustakaan ilmu keperawatan medikal bedah dan sebagai bahan kajian dalam mengembangkan penelitian lanjutan yang relevan tentang Efektivitas Relaksasi *Finger Hold* Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Lansia Dengan hipertensi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu lansia dengan hipertensi untuk dapat menurunkan atau mengendalikan tekanan darah.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi baru dalam memberikan informasi mengenai Efektivitas Relaksasi *Finger Hold* Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang juga ingin meneliti tentang Efektivitas Relaksasi *Finger Hold* Terhadap Pengendalian Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Pengarang/Tahun/ Judul	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Ni Luh Putu Dian Yunita Sari, I Kadek Prastikanala, Ni Kadek Ratih Mentari / Tahun 2023 / "Renjana" (Relaksasi Genggam Jari Dengan Nafas Dalam) Memengaruhi Tekanan Darah Lansia Hipertensi(Sari, 2024)	Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh "Renjana" terhadap tekanan darah lansia hipertensi	Pre experimental with one group pre-post test design digunakan dalam penelitian ini, Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling.	Hasil penelitian ini menggambarkan ada pengaruh "Renjana" terhadap tekanan darah sistolik maupun diastolik lansia hipertensi. Terdapat perbedaan yang signifikan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada sebelum serta setelah intervensi. Hasil ini menandakan bahwa ada pengaruh intervensi "Renjana" terhadap tekanan darah lansia hipertensi secara signifikan.
2.	Karunia Rosa, Erika Dewi Noorratri, Panggah Widodo / Tahun 2023 / Penerapan Terapi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Untuk Mengetahui Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi(Rosa, 2023)	Mendiskripsikan hasil tekanan darah sebelum dilakukan terapi genggam jari dan nafas dalam, mendiskripsikan hasil tekanan darah sesudah dilakukan terapi genggam jari dan nafas dalam, mendiskripsikan perkembangan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi genggam jari dan nafas dalam pada 2 responden,	Pre-experimental dengan one group pretest-post test design. Jumlah subyek yang diteliti berjumlah 2 responden.	Terdapat penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi genggam jari dan nafas dalam selama 3 hari sehingga Terapi genggam jari dan nafas dalam berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi.

		mendiskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden.		
3.	Ratna Nurhayati, Kresna Bagus Sugiarto, Zainudin Effendi, H. Imam Fatoni / Tahun 2023 / Efektivitas terapi genggam jari dan akupresur terhadap penurunan tekanan darah lansia (Nurhayati, 2023)	untuk mengetahui Efektifitas Terapi Genggam Jari Dan Akupresur Terhadap Penurunan Tekanan Darah lansia di Posyandu Desa Mangunan Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang	Desain pada penelitian ini menggunakan metode desain komperatif pendekatan pra-ekperimental dua kelompok (two-group pra-post test design) dengan teknik quota simple random sampling	Ada efektifitas terapi genggam jari dan akupresur terhadap penurunan tekanan darah, Sehingga Terapi genggam jari dan akupresur efektif menurunkan tekanan darah di Posyandu Lansia Desa Mangunan Kecamatan Kabuh Kabupaten Jombang
4.	Muttaqin Al Ridha, Khairiyatul Munawwarah, Habibi Habibi / 2023 / Edukasi Terapi Relaksasi Genggam Jari dan Relaksasi Nafas Dalam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer di Gampong Meunasah Kecamatan Peusangan(Ridha, 2023)	Untuk mengidentifikasi tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah pemberian terapi relaksasi relaksasi genggam jari dan relaksasi napas pada penderita hipertensi primer dalam di Gampong Meunasah Meucap	Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah metode pendampingan dan mengedukasi masyarakat tentang terapi relaksasi genggam jari dan pernapasan dalam	Dengan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman efektifitas penggunaan terapi relaksasi genggam jari dan relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri dan tekanan darah pada penderita hipertensi diharapkan peserta dapat melakukan promosi terapi relaksasi genggam jari dan relaksasi nafas dalam.
5.	Lisa Depitasari, Rahma Elliya, Djunizar Djamaludin / Tahun 2023 / Penerapan terapi relaksasi genggam jari dan nafas dalam terhadap penurunan tekanan	Untuk Menggambarkan asuhan keperawatan komprehensif dengan menggunakan Terapi Relaksasi Genggam Jari Dan Nafas Dalam	Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dan metode quasy experiment.	Hasil penelitian selama 3 hari Intervensi menunjukkan bahwa terapi genggam jari dan nafas dalam menurunkan tekanan darah adalah 10-20 mmHg.

	darah pada pasien hipertensi pada keluarga (Sari, 2023)	Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Pada Keluarga Di Villa Pinang Jaya Kecamatan Kemiling Bandar Lampung.		
--	---	---	--	--

Perbedaan penelitian dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sebagai berikut:

1) Lokasi

Lokasi penelitian ini yaitu Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang

2) Variable tunggal

Variable tunggal pada penelitian ini adalah tekanan darah

3) Variable intervensi

Variable intervensi dalam penelitian ini yaitu relaksasi *finger hold*

4) Subyek penelitian

Subyek penelitian ini yaitu lansia dengan hipertensi

5) Metode penelitian

Jenis Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *Pre-experiment* dengan pendekatan *one group pre-post test design*.