BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan individu yang telah berusia 60 tahun ke atas dan memiliki hak yang setara dalam kehidupan sosial, berbangsa dan bernegara. Menurut World Health Organization (WHO), masa lanjut usia dibagi sebagai berikut: usia 45-59 tahun disebut sebagai *middle age* (usia tengah), usia 60-74 tahun disebut *elderly* (lanjut usia), usia 75-90 tahun disebut *old* (tua) dan usia di atas 90 tahun disebut *very old* (sangat tua) (Akbar *et al*., 2021).

Dengan bertambahnya usia, berbagai perubahan terjadi pada sistem sel, jaringan, dan organ. Pada lansia perubahan ini mempengaruhi penurunan kondisi fisik, yang akhirnya meningkatnya risiko terhadap penyakit. Salah satu penyakit dengan tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi pada lansia adalah hipertensi (Fredy Akbar K & Hamdan Nur, 2021).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Hipertensi pada lansia di seluruh dunia tetap menjadi masalah kesehatan utama. Menurut laporan dari Organisasi Kesehatan Dunia WHO (2023) prevalensi hipertensi di kalangan lansia global pada tahun 2021 adalah sekitar 33%, meningkat menjadi 34% pada tahun 2022, dan mencapai 35% pada tahun 2023. Hipertensi tetap lebih umum di kawasan Afrika dan Asia Tenggara, dengan peningkatan insiden setiap tahunnya. Kawasan Asia Tenggara menunjukkan prevalensi hipertensi yang cukup tinggi di antara lansia. Data WHO menunjukkan bahwa pada tahun 2021, prevalensi hipertensi pada lansia dikawasan ini adalah 35%, meningkat menjadi 36% pada tahun 2022, dan mencapai 37% pada tahun 2023. Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia, (2022) prevalensi hipertensi di kalangan lansia di Indonesia juga meningkat. Pada tahun 2021, tingkat kejadian hipertensi di kalangan lansia di Indonesia mencapai 32%. Jumlah ini meningkat menjadi 33% pada tahun 2022 dan 34% pada tahun 2023 (Meylawati *et al*., 2024).

Prevalensi hipertensi pada lansia di Provinsi Bengkulu mengalami peningkatan signifikan dari tahun 2021 hingga 2023. Pada tahun 2021, angka prevalensi tercatat sebesar 50,5% menurut Data profil kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu tahun 2021, Pada tahun 2022, prevalensi naik menjadi 52,3%**,** seperti dilaporkan oleh Data profil kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu tahun 2022, Tahun 2023 mencatat peningkatan lebih lanjut menjadi 54,1% Laporan Profil Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu 2023 (Profil Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu 2023).

Berdasarkan data profil kesehatan Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2022, jumlah individu yang menderita hipertensi. mencapai 36.404 orang, dengan 14.797 orang (41%) menerima pelayanan sesuai standar. Pada tahun 2023, jumlah penderita hipertensi meningkat menjadi 50.898 orang, dengan 10.213 orang (20,1%) menerima pelayanan sesuai standar. Wilayah Puskesmas Kuala Lemping Kota Bengkulu mencatat jumlah kasus hipertensi tertinggi pada lansia, dengan total 485 penderita. Kasus kedua paling banyak ditemukan di wilayah Puskesmas Pasar Ikan berjumlah 420 orang, dan kasus ketiga paling banyak ditemukan di di wilayah Puskesmas Muara Bangkahulu berjumlah 336 orang (Profil Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2023).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Faktor-faktor penyebab hipertensi meliputi umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, dan genetik (faktor risiko yang tidak dapat diubah atau dikontrol), serta kebiasaan merokok, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, stres, penggunaan estrogen, dan pola konsumsi garam berlebihan. Penyebab lainnya termasuk konsumsi makanan asin, kafein, dan mono sodium glutamat (MSG) seperti yang terdapat dalam vetsin, kecap, dan pasta udang (Purwono *et al*., 2020).

Gejala hipertensi dapat bervariasi, mulai dari tidak adanya gejala sama sekali hingga sakit kepala ringan atau gejala lainnya yang mirip bersamaan dengan penyakit lain. Gejala tersebut meliputi rasa sakit atau berat di bagian tengkuk, pusing (vertigo), jantung berdebar, mudah merasa lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan (Maulana, 2022).

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat memicu berbagai komplikasi. Pada jantung, dapat memicu infark miokard, penyakit jantung koroner, dan gagal jantung kongestif. Pada otak, dapat berisiko menyebabkan stroke dan ensefalopati hipertensif. Pada ginjal, dapat menyebabkan gagal ginjal kronis, sementara pada mata dapat mengakibatkan retinopati hipertensif (Ningsih *et al*., 2022).

Pengobatan hipertensi terbagi menjadi dua jenis, yaitu terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis melibatkan penggunaan obat-obatan untuk menurunkan dan menstabilkan tekanan darah, dengan kaptopril sebagai salah satu obat yang sering digunakan. Sementara itu, terapi nonfarmakologis bertujuan untuk mengurangi tekanan darah tanpa bergantung pada obat dan menghindari efek samping.

Terapi nonfarmakologis mencakup berbagai pendekatan yang dikenal sebagai terapi komplementer, berbagai metode terapi komplementer, seperti terapi tawa, pernapasan dalam, konsumsi rebusan daun sirih dan alpukat, pemberian jus mentimun, jus tomat, terapi akupunktur, meditasi, yoga, pijat kaki, mendengarkan musik klasik, hipnosis, terapi *seft*,terapi *eft*, relaksasi otot progresif, pijat refleksi, *dance movement therapy*, hidroterapi, dan terapi akupresur, juga menunjukkan hasil yang signifikan dalam penurunan tekanan darah (Verma et al., 2021).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Namun, terapi akupresur dan *Emotional Freedom Techniques (EFT*) terbukti lebih efektif dalam membantu penurunan tekanan darah pada lansia dibandingkan dengan terapi komplementer lainnya. Terapi akupresur bekerja dengan menekan titik-titik tertentu pada tubuh untuk melancarkan aliran darah dan mengurangi stres, sedangkan EFT menggabungkan teknik stimulasi titik akupunktur dengan afirmasi untuk mengatasi tekanan emosional yang dapat memengaruhi tekanan darah. Kombinasi kedua terapi ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang lebih optimal bagi pasien hipertensi.(Kamelia *et al*., 2021).

Penelitian sebelumnya membuktikan bahwa terapi akupresur dapat menurunkan tekanan darah pasien hipertensi secara efektif. Studi oleh Rini Amelia dan Wahyu Hidayat (2021). Mengungkapkan bahwa pengaruh akupresur terhadap tekanan darah pada lansia di salah satu puskesmas muara kayang. Dengan menggunakan desain penelitian kuasi-eksperimen, ditemukan bahwa akupresur efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah dilakukan tindakan 4 minggu intervensi, sedangkan penelitian oleh Rahmawati, dan Purnamasari (2022). Juga menemukan efektivitas terapi akupresur dalam mengurangi tekanan darah pada lansia yang tinggal di panti. Hasil menunjukkan penurunan tekanan darah yang signifikan setelah terapi akupresur selama 8 minggu (Purnamasari *et.,al* 2022).

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa terapi EFT mengurangi tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi, dibandingkan dengan kelompok yang hanya menerima pengobatan rutin, konseling gizi dan pendidikan kesehatan tentang manajemen hipertensi. Dalam studi yang dilakukan oleh Santoso dan Hartono (2023). Penelitian ini juga didukung oleh temuan dari Yuliani, dan Prasetyo (2023), yang menunjukkan bahwa EFT memberikan penurunan signifikan dalam tekanan darah sistolik dan diastolik setelah 6 minggu intervensi.Dengan demikian, EFT terbukti lebih efektif dibandingkan dengan pendidikan kesehatan konvensional dalam menurunkan Tekanan darah, dalam pengelolaan hipertensi pada lansia (Prasetyo *et.,al* 2023).

Puskesmas Kuala Lempuing dipilih sebagai lokasi penelitian berdasarkan hasil survei awal yang menunjukkan bahwa dari 10 lansia dengan hipertensi yang diamati, 7 orang hanya mengandalkan konsumsi obat hipertensi setiap bulan, sementara sisanya dianjurkan untuk mengikuti senam lansia. Namun, berdasarkan keterangan dari Puskesmas Kuala Lempuing, hingga saat ini intervensi yang tersedia bagi lansia hipertensi hanya dilakukan denagan senam lansia, tanpa adanya penerapan terapi akupresur maupun EFT.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Hal ini sejalan dengan kondisi di Puskesmas Kuala Lempuing, di mana sampai saat ini, belum ada penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi efek dari terapi kombinasi akupresur dan EFT terhadap menurunnya tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah tersebut. Ketidaktersediaan data empiris mengenai efikasi kombinasi terapi ini menjadi alasan utama untuk melakukan penelitian lebih lanjut. Maka, berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti memiliki minat dan motivasi untuk melaksanakan penelitian dengan judul "Pengaruh Kombinasi Terapi Akupresur dan *Emotional Freedom Technique* (EFT) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu Tahun 2024."

B. Rumusan Masalah

Tingginya prevalensi kasus hipertensi di wilayah Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu pada tahun 2023 mencapai 907 jiwa, dengan 485 di antaranya adalah lansia. Penanganan hipertensi dapat dilakukan melalui terapi farmakologis yang melibatkan penggunaan obat-obatan untuk mengurangi tekanan darah, dan terapi nonfarmakologis seperti akupresur dan *Emotional Freedom Techniques* (EFT) yang bertujuan mengurangi tekanan darah tanpa ketergantungan pada obat dan menghindari efek samping.

Sampai saat ini, belum ada penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi efek kombinasi Akupresur dan *Emotional Freedom Techniques* (EFT) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh kombinasi terapi Akupresur dan *Emotional Freedom Technique* (EFT) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu?”

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Diketahui ada pengaruh kombinasi terapi akupresur dan *emotional freedom technique* (EFT) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu.

2. Tujuan Khusus

   a. Diketahui karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, tingkat stres, dan kebiasaan merokok.

   b. Diketahui rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan setelah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol pada pasien lansisa hipertensi.

   c. Diketahui perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan setelah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol pada pasien lansisa hipertensi

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi Puskesmas Kuala lempuing Kota Bengkulu

   Penelitian ini dapat memberikan panduan bagi praktisi kesehatan, seperti perawat di Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu, tentang penggunaan kombinasi terapi akupresur dan EFT sebagai bagian dari perawatan hipertensi pada lansia.

2. Bagi Instansi Pendidikan

   Penelitian ini dapat menjadi referensi dalam pengembangan kurikulum atau materi ajar di institusi pendidikan keperawatan, terutama dalam mata kuliah yang berkaitan dengan terapi komplementer dan manajemen hipertensi pada lansia.

3. Bagi peneliti lain

   Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi studi lanjutan untuk mengeksplorasi efektivitas akupresur dan EFT pada populasi lebih luas dengan desain yang lebih kompleks dan metode pengukuran beragam guna memperkuat bukti ilmiah.