

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena termasuk penyakit yang timbul hampir tanpa adanya gejala awal namun penyakit ini dapat menyebabkan kematian dan membunuh secara diam-diam. Bahkan hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, melainkan hipertensi memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat dan mematikan serta dapat meningkatkan resiko serangan jantung, stroke dan gagal ginjal (Pudiastuti 2019). Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik sekitar 140 mmHg atau tekanan diastolik sekitar 90 mmHg. Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif, umumnya tekanan darah bertambah secara perlahan dengan seiring bertambahnya umur . (Amila et al., 2018)

World Health Organization (WHO) tahun 2019 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar. (WHO, 2015) Di Indonesia estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Batam 2020 diumur 20-69 tahun

memiliki prevalensi hipertensi tertinggi dengan angka rata-rata 4000-5000 penderita pertahun dan data Rekam Medis Rawat Jalan dan Rawat Inap Rumah Saki BP Batam didapatkan data tahun 2021 berjumlah 1300 pasien pertahun (P2PTM Kemenkes RI, 2019).

Gejala yang sering muncul berupa nyeri kepala atau rasa berat pada tengkuk, vertigo, merasa selalu berdebar-debar, merasa mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging, serta dapat mengalami mimisan. Jika terjadi peningkatan tekanan darah dalam kurun waktu lama dampaknya adalah rusaknya jaringan pada ginjal atau biasa disebut gagal ginjal, juga dapat terjadi jantung koroner serta gangguan pada otak yang dapat menimbulkan penyakit stroke, sehingga sangat penting untuk mendeteksi lebih awal tekanan darah agar lebih mudah mendapatkan pengobatan.(Situmorang, 2015)

Hal ini mengindikasi bahwa pengendalian hipertensi sangat penting untuk dilakukan dengan lebih efektif. Terapi hipertensi dapat dikelompokkan dalam terapi nonfarmakologi dan farmakologis. Terapi farmakologis menggunakan obat atau senyawa yang dalam kerjanya mempengaruhi tekanan darah. Pengobatan farmakologis yang digunakan untuk mengontrol hipertensi adalah ACE inhibitor, Beta-bloker, Calcium Chanel Bloker, Direct renin inhibitor, Dieuretik, Vasodilator (Simadibrata, et.al, 2006 dalam Triyanto, 2014).

Terapi nonfarmakologis merupakan terapi tanpa menggunakan agen obat dalam proses terapinya yang memberikan manfaat relaksasi kepada tubuh. Salah satu tindakan non farmakologis yang di harapkan dapat menurunkan tekanan darah adalah dengan terapi alternatif komplementer. Terapi alternatif komplementer merupakan sebuah kelompok dari bermacam-macam sistem pengobatan dan perawatan kesehatan atau praktek dan produk yang secara umum tidak menjadi bagian dari pengobatan konvensional (Awaludin et al., 2018).

Terapi nonfarmakologis atau komplementer yang dapat diberikan pada penderita hipertensi adalah seperti terapi pijat. Terapi keperawatan seperti pijat dapat memicu pelepasan endorfin sehingga menghasilkan perasaan nyaman pada pasien, selain itu dapat terjadi reduksi hormon stres seperti adrenalin, kortisol, dan norepinephrin. Efek lain dari terapi pijat adalah mengurangi tekanan pada otot sehingga meningkatkan relaksasi, memperbaiki sirkulasi darah, dan menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik (Aorella, 2005; Hernandez et al, 2000; Morales, 2008; Wiyoto, 2011 dalam (Awaludin et al., 2018)). Pijat merupakan sentuhan pada jaringan lunak tubuh dengan menggunakan tangan sebagai alat untuk menimbulkan efek positif dari pembuluh darah, otot, dan sistem syaraf tubuh (Clay & Pounds, 2008 dalam (Awaludin et al., 2018)).

Salah satu terapi alternatif komplementer pijat yang dapat diberikan pada penderita hipertensi yaitu light massage. Light massage adalah pijat ringan

dengan melakukan sentuhan pada jaringan lunak tubuh dengan menggunakan tangan sebagai alat untuk menimbulkan efek positif dari pembuluh darah, otot, dan sistem saraf tubuh (Clay & Pounds, 2008). Terapi keperawatan seperti pijat dapat memicu pelepasan endorfin sehingga menghasilkan perasaan nyaman pada pasien, selain itu dapat terjadi reduksi hormon stres seperti adrenalin, kortisol, dan norepinephrin. Efek lain dari terapi pijat adalah mengurangi tekanan pada otot sehingga meningkatkan relaksasi, memperbaiki sirkulasi darah, dan menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik (Wiyoto, 2011).

Light Massage merupakan salah satu bagian dari teknik relaksasi yang mengstimulasi kulit tubuh secara umum, dengan Teknik pijatan dipusatkan pada punggung dan bahu, atau dapat dilakukan pada satu atau beberapa bagian tubuh dan dilakukan sekitar 15-20 menit masing-masing bagian tubuh untuk mencapai hasil relaksasi yang maksimal (Hartutik & Suratih, 2017). Pijatan juga dapat memperbaiki masalah di persendian otot, melenturkan tubuh, memulihkan ketegangan dan meredakan nyeri. Selain itu pijatan bisa memperbaiki sirkulasi darah, dan mengurangi kegelisahan dan depresi. Pijatan juga mempengaruhi aliran getah bening, otot, saraf, dan saluran pencernaan dan stress. Penelitian yang menggunakan terapi pijatan untuk penderita hipertensi telah banyak dilakukan yang terbukti aman dan berefek positif dalam menurunkan tekanan darah. Melaporkan bahwa terapi pijatan adalah intervensi yang aman, efektif dan murah dalam mengendalikan tekanan darah dan dapat

digunakan di pusat- pusat perawatan kesehatan dan di rumah (Ratna & Aswad, 2019).

Manfaat *Light Massage* dalam kesehatan menurut beberapa penelitian diantaranya memberikan perubahan (penurunan tekanan darah) pada penderita hipertensi yang bisa mencapai penurunan sistole sebesar 9,09 % dan diastole sebesar 10,42 %. Pijatan yang dikombinasikan dengan aromaterapi lavender diperoleh hasil bahwa pada kelompok perlakuan menunjukkan terjadi penurunan tekanan darah pada tekanan sistolik maupun tekanan diastolik. *Light Massage* (sentuhan lembut) adalah dasar dari terapi pijat dan juga menggabungkan ilmu pengetahuan dan seni. Menentukan besar tekanan yang tepat untuk setiap orang dan menemukan daerah ketegangan dan masalah jaringan lunak lainnya dapat menggunakan sense of touch. Sentuhan juga menyampaikan rasa peduli, sebuah komponen penting dalam hubungannya dengan penyembuhan.

Hasil penelitian Sidik Awaludin mengenai *light massage* yaitu terapi *light massage* berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi primer. *Light massage* dapat diterapkan sebagai terapi komplementer pada penderita hipertensi primer untuk pengendalian tekanan darah (Awaludin et al., 2018).

Hasil penelitian lain yaitu oleh Galih Noor Alvian tahun 2018 dengan judul “Pengaruh *Light Massage* Dan *Murottal* Terhadap Perubahan Hemodinamika Pada Pasien Gagal Jantung Di RSUD Prof. DR. Margono

Soekardjo Purwokerto” didapatkan hasil ada pengaruh terapi *light massage* dan *murottal* terhadap perubahan hemodinamika pada pasien gagal jantung dengan nilai $p < 0,05$.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember didapatkan pada 10 pasien hipertensi 7 orang mengetahui untuk menurunkan hipertensi dengan istirahat yang cukup dan nyaman juga terapi pijatan lembut. Dan 1-2 pasien hanya mengetahui untuk menurunkan hipertensi dengan menggunakan obat saja. Peneliti tertarik meneliti mengenai Pengaruh Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi *Light Message* terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Primer Di Rumah Sakit X Batam.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fenomena mengenai Hipertensi di Rumah Sakit X Batam peneliti tertarik meneliti mengenai Apakah ada “Pengaruh Terapi *Light Massage* Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Primer di Rumah Sakit X Batam ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Terapi *Light Message* Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Primer Di RS X Batam Tahun 2022

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah pada pasien hipertensi primer sebelum diberikan *light massage* di Rumah Sakit X Batam
- b. Mengidentifikasi tekanan darah pada pasien hipertensi primer sesudah diberikan *light massage* di Rumah Sakit X Batam
- c. Pengaruh Terapi *Light Message* Sebelum dan Sesudah Tekanan Darah Penderita Hipertensi Primer Di Rumah Sakit X Batam.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan dan wawasan dalam metode menurunkan tekanan darah dengan metode non farmakologis yaitu *light massage* pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Meningkatkan pemahaman peneliti tentang pentingnya terapi *light massage* dalam menurunkan tekanan darah pasien dengan hipertensi di Rumah Sakit X Batam.

b. Bagi Rumah Sakit

Meningkatkan pengetahuan perawat dalam memberikan asuhan keperawatan tentang manfaat terapi *light massage* yang berpengaruh dengan tekanan darah pasien hipertensi.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah pustaka dan kajian ilmiah, sehingga dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan pembaca khususnya mahasiswa keperawatan mengenai pengaruh *light massage* pada penderita hipertensi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang terapi bermain pada anak dengan variable yang berbeda.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah Pengaruh Terapi *Light Message* Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Primer Di Rumah Sakit X Batam Tahun 2022. Sampel penelitian 15 pasien. Desain penelitian yang digunakan yaitu *eksperimen* dengan jenis “*one group pretest-posttest design*”. Data yang diperoleh kemudian dilakukan analisis data univariat dan bivariat menggunakan uji statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon test*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah terapi *light massage* dan variabel dependen adalah tekanan darah pada penderita hipertensi.