

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit dengan angka kematian tertinggi di dunia. Hipertensi dikenal dengan nama *silent killer* karena penderita bisa meninggal secara mendadak tanpa ada tanda dan gejala. Sebagian besar hipertensi tidak ditemukan tanda dan gejala khusus namun terjadi kenaikan tekanan darah yang bisa menjadi faktor resiko penyakit lain. Berdasarkan data World Health Organization (WHO, 2015) di dunia saat ini kasus hipertensi mencapai angka 1,13 miliar individu. Bahkan, jumlah penderita hipertensi ini terus mengalami peningkatan dengan perkiraan pada tahun 2025 mencapai 1,5 miliar dengan kematian sebanyak 9,4 juta individu (Adrian, 2019; Anggriani, 2016).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013) di Indonesia, kejadian penyakit hipertensi adalah sekitar 25,8%. Bahkan, persentase kasus hipertensi pada penduduk Indonesia dengan umur diatas 18 tahun mengalami peningkatan hingga 34,1% (Riskesdas, 2018). Selain itu, persentase kasus hipertensi pada kelompok usia 31-44 tahun juga mencapai 31,6%. Selain itu, persentase jumlah kasus hipertensi mencapai 45,3% pada rentang usia 45-54 tahun dan 55,2% pada rentang usia 55-64

tahun (Kementerian Kesehatan [Kemenkes], 2019).

Menurut Mawardy et al. (2015) hipertensi dapat menyebabkan aterosklerosis yang ditimbulkan dari pembesaran otot pada ventrikel kiri. Selain itu, hipertensi yang konstan juga dapat menyebabkan trauma pada dinding pembuluh darah arteri koronaria. Hal ini juga dapat menyebabkan terjadinya aterosklerosis koroner. Bahkan, hipertensi juga dapat mengakibatkan komplikasi lain seperti stroke, aneurisma, dan penyakit ginjal jika tidak dikontrol dan tidak diberikan penanganan yang sesuai. Yulanda et al. (2017) menyebutkan bahwa terdapat 2 tipe pengobatan hipertensi, yakni pengobatan farmakologi serta pengobatan non farmakologi. Pengobatan farmakologi ialah pengobatan yang dilakukan dengan memakai obat antihipertensi. Pengobatan non farmakologi merupakan pengobatan yang dilakukan sebagai pelengkap dalam pengobatan medis konvensional dan dapat dilakukan oleh perawat maupun keluarga.

Pengobatan non farmakologis bisa dikatakan pengobatan alternatif dan sebagai pelengkap pengobatan medis atau disebut terapi komplementer . Terdapat berbagai terapi komplementer yang dapat dilakukan, salah satunya adalah terapi *Swedish massage*. *Swedish massage* merupakan suatu tindakan melakukan pijatan dengan menggunakan teknik *effleurage*, *petrissage*, *friction*, *tapotement*, dan *vibration* pada jaringan lunak di seluruh permukaan tubuh (Widyaningrum, 2020).

Menurut Muslimah et al. (2019) dan Sukmawati et al. (2018), teknik pijatan pada *Swedish massage* terbukti dapat memberikan pengaruh pada tekanan darah dengan vasodilatasi pembuluh darah dan memberikan efek relaksasi melalui peningkatan dopamin atau endorfin pada sistem parasimpatik. Berdasarkan penelitian Ritanti dan Sari (2020) pengaplikasian terapi *Swedish massage* terbukti efektif menurunkan tekanan sistolik dan diastolik masing-masing 7 mmHg dan 12 mmHg. Selain itu, Widyaningrum (2020) menyatakan bahwa terapi *Swedish massage* dapat memberikan penurunan sistolik sebesar 16 mmHg dan diastolik sebesar 40 mmHg.

Dari sekian banyak terapi non farmakologis, peneliti memilih terapi *Swedish massage* karena terapi ini merupakan satu jenis terapi komplementer yang dapat menjadi pendamping obat antihipertensi (Widyaningrum, 2020). Di Indonesia, manfaat *Swedish massage* untuk terapi hipertensi masih belum diketahui oleh khalayak umum. Hal ini terlihat karena minimnya praktek dan penelitian mengenai *Swedish massage* dalam upaya menurunkan tekanan darah dan juga belum ada *Evidence Based Practice* (EBP) terkait hal ini. Selain menurunkan tekanan darah, penulis melihat bahwa manfaat dari *Swedish massage* cukup banyak, seperti mengatasi kelelahan, menambah kebugaran, melancarkan aliran darah, membantu relaksasi otot serta mengurangi kekakuan otot (Purnomo, 2015). Terapi ini juga dapat dilakukan perawat di rumah sakit dan terapi yang dapat pasien terapkan di rumah.

Terapi *Swedish massage* dapat menjadi bahan pengembangan penelitian mengenai terapi komplementer untuk pasien hipertensi. Dari sejumlah artikel yang penulis dapatkan, penulis tertarik dan ingin mengetahui terapi *Swedish massage* mana yang lebih efektif bagi pasien dari segi durasi atau waktu tindakan, pengaplikasian, dan hasil yang diperoleh. Oleh sebab itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Efektivitas Terapi *Swedish Massage* Sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.”

1.2 Rumusan masalah

Hipertensi merupakan salah satu penyakit dengan angka kematian tertinggi di dunia. Terdapat berbagai terapi sebagai upaya menurunkan tekanan darah terutama pada pasien hipertensi, salah satunya adalah terapi *Swedish massage*. Terapi *Swedish massage* merupakan suatu terapi komplementer yang diberikan dengan cara memberikan suatu tindakan melakukan pijatan melalui teknik *effleurage*, *petrissage*, *friction*, *tapotement*, dan *vibration* pada bagian tubuh tertentu guna memberikan efek relaksasi untuk menurunkan tekanan darah melalui pelepasan hormon aldosteron dan dopamin atau endorfin pada sistem parasimpatis. Oleh sebab itu, penulis tertarik untuk menganalisis bagaimana efektivitas terapi *Swedish massage* sebagai upaya penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi efektivitas terapi *Swedish massage* sebagai upaya penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui teknik pelaksanaan terapi *Swedish massage* yang digunakan dalam upaya untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.
- 2) Mengidentifikasi durasi intervensi *Swedish massage* yang efektif diaplikasikan pada pasien hipertensi.
- 3) Mengetahui hasil dalam bentuk rentang penurunan yang didapatkan saat terapi *Swedish massage* diaplikasikan.
- 4) Mengidentifikasi efektivitas terapi *Swedish massage* sebagai upaya dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan penelitian dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Efektivitas Terapi *Swedish Massage* Sebagai Upaya Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi?”

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Kajian literatur yang telah dibuat diharapkan dapat menjadi bahan referensi atau studi pustaka dalam mata kuliah *Medical Surgical Nursing* (MSN) mengenai upaya penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan terapi *Swedish massage*

1.5.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Keperawatan

Kajian literatur ini diharapkan menjadi data atau intervensi tambahan bagi perawat yang bisa dikerjakan oleh perawat di rumah sakit mengenai terapi *Swedish massage* pada pasien hipertensi di ilmu keperawatan.

2) Bagi Mahasiswa

Kajian literatur ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dalam proses pembelajaran mahasiswa keperawatan dalam mempelajari hipertensi dan terapi *Swedish massage*.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Kajian literatur ini diharapkan dapat menjadi referensi dan pedoman untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan topik yang lain.