

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi yang biasa disebut tekanan darah tinggi yakni permasalahan kesehatan yang sering terjadi di seluruh dunia dan merupakan penyebab urutan tiga terbesar dari kematian. Karena angka penderitanya terus meningkat masalah hipertensi benar-benar menjadi fokusnya pemerintah. Hipertensi hingga sekarang juga tetap dianggap permasalahan pada beragam negara, yang banyaknya kejadian hingga kematian yang ditimbulkan semakin bertambah. Penyakit ini juga tergolong menjadi risiko utamanya penyakit kardiovaskuler. Hipertensi umumnya dialami orang-orang berusia 40 sampai 69 tahun, dengan tanda utamanya adalah tekanan darah sistolik yang naik hingga 20 mmHg dan diastolik hingga 10 mmHg (Yunita, 2022).

Hipertensi yaitu situasi saat tekanan darahnya individu angkanya diatas 140/90 mmHg, dimana itu bisa menyebabkan rusaknya organ-organ yang krusial. Hipertensi termasuk penyakit dengan jenis yang tidak menular dan termasuk sebagai penyebab tingginya kematian seluruh dunia. Hipertensi yaitu situasi yang terjadi pada tubuh dengan ciri tekanan darah sistolik nilainya hingga 140 mmHg ataupun lebih kemudian diastolik hingga 90 mmHg ataupun lebih, yang diukur pada klinik ataupun tempat pelayanan medis (Lay & Ernawati, 2024).

Naiknya tekanan darah dengan sifat yang kronis akan mengakibatkan penderitaan bagi individu jika tidak ditangani secara tepat waktu dan efektif, serta berpotensi mengarah pada kematian dalam jangka panjang. Hipertensi juga dikenal sebagai penyakit diam karena penderitanya umumnya tidak menyadari kondisi tersebut hingga melaksanakan pengecekan tekanan darah di fasilitas kesehatan (faskes) sekitar (Casmuti & Fibriana, 2023).

Di seluruh dunia, lebih banyak pria yang punya hipertensi, yaitu sekitar 34%, dibandingkan wanita yang hanya 32%. Eropa adalah benua dengan kasus hipertensi tertinggi, dengan 39,35% orang yang terkonfirmasi menderita penyakit ini. Di posisi kedua ada Amerika dan Afrika, yang sama-sama punya angka 38,33%, sedangkan Asia ada di urutan ketiga dengan 36,29% orang yang terkonfirmasi hipertensi (WHO, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO) (2019), terdapat sekitar 1,13 miliar penduduk dunia, dengan 972 juta individu ataupun 26,4% dari populasi global yang memiliki kondisi hipertensi, dimana besaran tersebut diperkirakan naik di tahun 2025 hingga 29,2%. Melalui 972 juta penderita hipertensi tersebut, diantaranya 333 juta orang tinggal pada negara-negara maju, sedangkan 639 juta orang lainnya pada negara yang itu termasuk berkembang, seperti halnya Indonesia (WHO, 2021). Sesuai estimasi WHO, prevalensi global hipertensi mencapai 22% dari keseluruhan populasi bumi. Asia Tenggara menempati peringkat ketiga dalam prevalensi hipertensi tertinggi, dengan angka 25% dari populasi regional. Di Indonesia, jumlah penderita hipertensi tercatat sebanyak 70 juta orang atau 28% dari populasi, namun hanya 24% di antaranya yang berhasil dikontrol dengan baik (Mita Rahayu & Hermawati, 2024).

Prevalensi hipertensi untuk wilayah Indonesia tercatat sebesar 37% pada laki-laki serta 41% pada perempuan sesuai total 2,9 juta individu terkonfirmasi memiliki penyakit tersebut (WHO, 2023). Kejadian paling tinggi ditemui pada Provinsi Kalimantan Selatan melalui persentase 44,1%, sedangkan yang terendah terdapat pada Provinsi Papua melalui angka 22,2%. Laurensia et al. (2022) menjelaskan, distribusi prevalensi hipertensi memperlihatkan luasnya penyebaran pada beragam usia, yakni 31,6% pada usia 31-44 tahun, 45,3% pada usia 45-54 tahun, serta 55,2% pada usia 55-64 tahun. Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2021) menjelaskan, persentase layanan kesehatan bagi pasien hipertensi tertinggi tercatat pada Kota Semarang, Kabupaten

Demak, Kabupaten Semarang, dan Kabupaten Karanganyar, serta paling rendah pada Kabupaten Grobogan. Dari data yang Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar (2022) berikan, didapati hipertensi pada wilayah tersebut mendapati kenaikan 62,8%, dengan jumlah penderita berusia ≥ 15 tahun naik menjadi 154.812 individu dibanding 119.085 individu di tahun 2021.

Dari hasil pemeriksaan tekanan darah tahun 2021 yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan (Dinkes) Provinsi Sulawesi Selatan, ditemukan persentase orang dengan hipertensi pada wilayah Sulawesi Selatan mencapai 20,9%. Dalam data yang sama, Kabupaten Soppeng memiliki angka hipertensi tertinggi yaitu 40,6%, sedangkan Kabupaten Sidenreng Rappang memiliki angka terendah sebesar 23,3%. Informasi ini diambil dari laporan Dinkes Sulawesi Selatan tahun 2021.

Perawatan dengan cara farmakologi maupun non-farmakologi bisa dipergunakan dalam mengatasi hipertensi. Salah satu metode non-farmakologi yaitu Slow Stroke Back Massage (SSBM), yang memiliki efektifitas tinggi untuk penurunan hipertensi. Tujuan utama terapi ini adalah memberi sentuhan yang lembut di jaringan tubuh, terlebih fokus pada muskuloskeletal, sistem saraf, serta sirkulasi darah. Manfaatnya mencakup pengurangan nyeri, memberi rasa rileks, hingga peningkatan mutu tidur (Nurlathifah et al., 2022).

Sebagai upaya penurunan hipertensi, pasien bisa menerapkan cara non-farmakologi maupun farmakologi. Tetapi farmakologis melibatkan penggunaan obat antihipertensi yang terdiri dari berbagai jenis seperti diuretik, penghambat adrenergik, dan vasodilator (Marlinda et al., 2023). Sementara itu, pendekatan non-farmakologi dalam manajemen hipertensi menekankan pada pendekatan holistik. Sehingga perawatan bukan berfokus hanya dengan masalah fisik, namun memperhatikan juga kebutuhan sosial, emosional, spiritual, serta ekonomi penderita secara keseluruhan. Penggunaan promosi pola

hidup sehat, herbal, dan terapi relaksasi semisal pemijatan menjadi elemen krusial dalam pendekatan ini (Marlinda et al., 2023).

Dari hasil penelitian (Anisa Ismawanti, 2025), ditemukan bahwa penerapan intervensi *Slow Stroke Back Massage* menghasilkan penurunan tekanan darah yang signifikan baik untuk sistolik maupun diastolik. Terapi tersebut mampu memberi relaksasi yang akan memicu pelebaran melebarkan pembuluh darah, dan kemudian membuat tekanan darah menjadi lebih rendah.

Penelitian Nurlathifa (2024) menunjukkan *Slow stroke back massage* mampu memperbaiki aliran darah serta melepaskan ketegangannya otot. Kemudian bisa membantu tubuh rileks dengan pengurangan kegiatan saraf simpatis serta peningkatan saraf parasimpatis, yang menyebabkan pembuluh darahnya melebar. Hal ini berdampak pada terjadinya vasodilatasi secara keseluruhan dan meningkatkan kontraksi otot jantung. Akibatnya, terjadi penurunan pada detak jantung, volume darah yang dipompakan, dan volume sekuncup. Akhirnya, tekanan darah turun.

Dari data yang didapat di puskesmas pampang, kasus hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak terjadi, ada di posisi dua urutan penyakit tidak menular pada puskesmas pampang. Selama ini, puskesmas pampang menangani hipertensi dengan cara memberikan obat antihipertensi serta melakukan edukasi serta olahraga terhadap lansia, dimana itu dilaksanakan setiap minggu satu kali. Meskipun demikian, pasien hipertensi tetap mengandalkan obat antihipertensi, sementara metode pemijatan punggung dengan gerakan lambat tidak pernah diterapkan. Perolehan penelitian didasarkan pada wawancara terhadap lansia, dimana menyebutkan pemijatan punggung dengan gerakan lambat belum pernah digunakan, sementara penderita hipertensi masih tergantung pada obat.

Penggunaan obat memang bisa menjadi cara untuk menurunkan tekanan darah tinggi, tetapi terdapat alternatif lain yang bisa digunakan. *Slow Stroke Back Massage* termasuk sebagai intervensi dengan sifat non-farmakologis yang dipergunakan dalam membantu penurunan hipertensi. Sehingga memperlihatkan pijat termasuk sebagai opsi terapi tanpa obat dalam menangani keadaan ini (Akbar et al., 2024). Manfaatnya terapi pijat tidak hanya terbatas untuk menurunkan hipertensi. Namun turut berperan untuk pengurangan rasa sakit, membantu pemulihan setelah cedera olahraga, menurunkan stres, depresi, dan rasa cemas, peningkatan relaksasi, hingga memberi kontribusi secara keseluruhan untuk kesehatan (Normaliyanti et al., 2021).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, diperoleh ketertarikan untuk menyelenggarakan sebuah penelitian terkait bagaimanakah penerapan intervensi terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pampang.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penerapan intervensi terapi *Slow stroke back massage* (SSBM) untuk menurunkan tekanan darah pada Ny.S di Puskesmas Pampang

2. Tujuan Khusus

Tujuan secara khusus pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui:

- 1) Melakukan Pengkajian keperawatan pada penerapan terapi *slow stroke back massage* pada pasien hipertensi
- 2) Menetapkan diagnosa keperawatan pada pasien dengan masalah hipertensi
- 3) Membuat rencana atau intervensi Keperawatan pada penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* untuk mengatasi masalah yang dihadapi pasien hipertensi.

- 4) Melakukan Implementasi keperawatan pada penerapan terapi *slow stroke back massage (SSBM)* pada pasien hipertensi.
- 5) Evaluasi intervensi terapi *Slow Stroke Back Massage (SSBM)* pada pasien hipertensi.

C. Manfaat

Melalui penelitian ini diharap bisa diberikan informasi khususnya yaitu untuk:

1. Manfaat keilmuan

- a. Memberi manfaat untuk yang membaca, sebagai sumber untuk yang hendak meneliti, sekaligus sebagai pedoman untuk yang mempergunakan *slow stroke back massage* selaku metode dalam menurunkan hipertensi.
- b. Sebagai bahan referensi serta bahan bacaan di perpustakaan.

2. Manfaat Aplikatif

a. Untuk Penulis

Mengembangkan kemampuan sekaligus pemahamannya penulis dalam kaitannya untuk penyusunan publikasi ilmiah serta mempergunakan informasi yang dipelajari terhadap pasien langsung.

b. Untuk Pelayanan Kesehatan

Diharap melalui penyajian informasi mengenai manfaatnya pijat *slow stroke back massage* sebagai penurun hipertensi, penelitian ini bisa memberi kontribusi positif bagi bidang kesehatan. Dengan demikian, informasi ini dapat menjadi acuan bagi pelayanan kesehatan primer dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang terapi non farmakologi bagi hipertensi.

c. Untuk Pasien Hipertensi

Selain memberi pasien edukasi terkait kegunaan dan keuntungannya terapi *slow stroke back massage*, tujuan lainnya

yaitu supaya perawatan tersebut bisa pasien lakukan sendiri bila nantinya timbul kembali permasalahan kesehatan serupa.

d. Untuk Masyarakat

Mampu mempergunakan temuan ini dalam mendukung inisiatif dengan tujuan menaikkan kesehatan, terutama terkait pada pengobatannya hipertensi melalui pemijatan *slow stroke back massage*.