BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi (tekanan darah tinggi) terjadi ketika tekanan darah dalam pembuluh darah melebihi batas normal, yaitu 140/90 mmHg. Menurut perkiraan World Health Organization (WHO), sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi, dengan dua pertiga di antaranya tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% dari mereka tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi ini. Hanya sekitar 21% atau 1 dari 5 orang dewasa dengan hipertensi yang berhasil mengendalikan kondisinya. Selain itu, kurang dari setengah penderita hipertensi (42%) menerima diagnosis dan menjalani pengobatan (WHO, 2023).

Di Indonesia, berdasarkan data hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan angka hipertensi 30,8% pada penduduk berusia sekitar 18 tahun ke atas berdasarkan pengukuran tekanan darah. Di Sumatera Utara prevalensi hipertensi pada tahun 2023 sebesar 25,4% (Survei Kesehatan Indonesia, 2023)

Dampak dari hipertensi dapat memicu berbagai komplikasi serius, terutama pada jantung. Salah satunya adalah tekanan darah yang tinggi dapat menyebabkan pengerasan arteri, sehingga menghambat aliran darah dan pasokan oksigen ke jantung. Hipertensi juga dapat menyebabkan pecahnya atau penyumbatan arteri yang menyuplai darah dan oksigen ke otak, yang berujung pada stroke. Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dapat merusak ginjal (PAHO, 2023).

Upaya untuk mengatasi masalah yang timbul akibat tekanan darah yang tinggi dapat dikendalikan dengan pengobatan farmakologis menggunakan obat antihipertensi seperti ACE inhibitor, diuretik, antagonis kalsium, dan vasodilator, atau dengan terapi non-farmakologis (terapi komplementer). Obat antihipertensi menimbulkan efek samping pada ginjal, akan tetapi bisa dibantu dengan terapi non-farmakologis, seperti jamu, terapi musik, yoga, relaksasi, dan *massage*, juga semakin diminati karena mudah diterapkan (Nursiswati *et al.*, 2023). Salah satu terapi non-farmakologis yang efektif untuk hipertensi adalah Swedish massage.

Swedish massage adalah metode pijat yang dilakukan dengan menerapkan Teknik seperti petrissage (meremas otot), effleurage (sentuhan lembut), friction (usapan), vibration (getaran), dan tapotement (tepukan) untuk meningkatkan peredaran darah, meredakan ketegangan otot, serta membantu relaksasi dan mengurangi kecemasan, yang pada akhirnya dapat menurunkan tekanan darah (Raditya *et al.*,2023).

Hasil studi penelitian membuktikan bahwa Swedish massage memiliki dampak terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi. Sebelum terapi, rata-rata tekanan darah sistolik tercatat sebesar 169,83, kemudian menurun menjadi 153,97 setelah terapi, dengan selisih rata-rata 15,86. Sementara itu, rata-rata tekanan darah diastolik sebelum terapi adalah 93,42, yang kemudian turun menjadi 83,52 setelah terapi, dengan perbedaan rata-rata sebesar 9,9 (Widyaningrum,2020).

Hasil studi penelitian mengindikasikan bahwa Swedish massage memiliki dampak signifikan terhadap penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi, yang dilakukan dalam satu sesi dengan durasi 20-30 menit (Ritanti *et al.*,2020).

Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan oleh penulis di Rumah Sakit Umum (RSU) Haji Medan pada 4 Februari 2025, ditemukan bahwa jumlah pasien dengan diagnosis hipertensi mengalami peningkatan yang cukup signifikan dalam satu tahun terakhir. Pada tahun 2023, tercatat 50 kasus hipertensi di rumah sakit tersebut, namun pada tahun 2024 jumlahnya melonjak lebih dari dua kali lipat, mencapai 104 kasus. Rata-rata usia penderita hipertensi di RSU Haji berada dalam rentang 40-59 tahun, dengan tekanan darah rata-rata berkisar antara 160-170 mmHg. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk menyusun karya tulis ilmiah dengan judul "Penerapan *Swedish Massage* dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Umum Haji Medan."

B. Rumusan Masalah

Apakah penerapan *Swedish Massage* efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menggambarkan pemberian terapi Swedish Massage dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan karakteristik pasien hipertensi (umur, jenis kelamin, pekerjaan, suku, pendidikan)
- b. Menggambarkan tekanan darah sebelum tindakan terapi Swedish Massage
- c. Menggambarkan tekanan darah setelah tindakan terapi Swedish Massage
- d. Membandingkan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi Swedish Massage

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi subjek penelitian

Diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan tentang penerapan therapy swedish massage untuk mengatasi masalah tekanan darah pada pasien hipertensi dan meningkatkan kemandirian subjek penelitian melakukan terapi Swedish Massage.

2. Bagi tempat penelitian

Diharapkan dapat menambah keuntungan bagi lahan praktek untuk menambahkan petunjuk tentang pengembangan pelayanan praktek untuk mengatasi masalah tekanan darah pada pasien hipertensi.

3. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan hasil studi kasus menjadi pelengkap yang berguna bagi peningkatan kualitas pendidikan, menjadi referensi serta bahan bacaan di ruang belajar prodi D-III Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan