



# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi (Tekanan darah tinggi) merupakan salah satu masalah Kesehatan utama setiap negeri karna bisa menimbulkan penyakit jantung dan stroke otak mematikan (Wade, 2016).Nuansa Cendekia. Hipertensi menjadi salah satu penyakit kronis yang paling banyak ditemui di masyarakat dan sering kali tidak menunjukkan gejala yang jelas, sehingga disebut sebagai "silent killer". Tekanan darah dikatakan tinggi jika tekanan sistolik mencapai  $\geq 140$  mmHg dan tekanan diastolik mencapai  $\geq 90$  mmHg (WHO, 2022). Jika tidak ditangani dengan baik, hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti serangan jantung, stroke, gagal ginjal, dan bahkan kematian. Di ruang perawatan intensif (ICU), pasien hipertensi sering kali mengalami lonjakan tekanan darah akibat stres, kecemasan, dan nyeri, terutama pada pasien yang menjalani prosedur invasif. Kondisi ini dapat memperburuk keadaan klinis pasien dan meningkatkan risiko komplikasi akut (*Purnamasari, Husain, & Ika, 2024*).

Penyebab hipertensi dapat dibedakan menjadi hipertensi primer (esensial), yang tidak memiliki penyebab yang jelas dan umumnya berkaitan dengan gaya hidup atau faktor genetik, serta hipertensi sekunder, yang disebabkan oleh penyakit tertentu seperti gangguan ginjal atau kelainan hormonal (American,2017), hipertensi dikategorikan menjadi beberapa tingkat, yaitu hipertensi tahap 1 (sistolik 130-139 mmHg atau diastolik 80-89 mmHg) dan hipertensi tahap 2 (sistolik  $\geq 140$  mmHg atau diastolik  $\geq 90$  mmHg),American Heart Association. (2017). Beberapa faktor yang dapat meningkatkan risiko hipertensi adalah usia, obesitas, konsumsi garam berlebih, kurangnya aktivitas fisik, stres, dan kebiasaan merokok (Republik Indonesia, 2023).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2015,sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, yang berarti 1 dari 3 orang terdiagnosis dengan kondisi ini. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 1,5 miliar pada

tahun 2025, dengan sekitar 9,4 juta kematian setiap tahunnya akibat hipertensi dan komplikasinya.

Berdasarkan (Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023), terdapat 20% penderita hipertensi yang tidak menyadari kondisinya. Perbedaan antara prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis medis (5,9%) dan prevalensi berdasarkan pengukuran tekanan darah (26%) pada kelompok usia 18-59 tahun menunjukkan bahwa banyak masyarakat yang belum mengetahui kondisi kesehatan mereka. Selain itu, data dari Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) (Kementrian Kesehatan RI, 2018) mencatat bahwa prevalensi hipertensi meningkat dari 25,8% pada 2013 menjadi 31,7% pada 2018, dengan 46% penderita hipertensi dewasa tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit ini.

Di Kota Medan, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan. Berdasarkan laporan (Dinas Kesehatan Kota Medan, 2019), jumlah penderita hipertensi mencapai 38.556 orang yang terdata di 41 Puskesmas. Selain itu, penelitian di Puskesmas Teladan Kota Medan (2021) menemukan bahwa 59,7% penderita hipertensi tidak terkontrol, dengan faktor dominan seperti tingkat pendidikan, stres, dan pola konsumsi garam. Stres menjadi faktor utama yang mempengaruhi hipertensi tidak terkontrol, dengan nilai Odds Ratio (OR) 4,637, yang berarti orang yang mengalami stres memiliki risiko 4,6 kali lebih besar terkena hipertensi dibandingkan mereka yang tidak stres.

Salah satu bentuk intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam menurunkan tekanan darah adalah *Slow Stroke Back Massage (SSBM)*. Terapi ini adalah pijatan lembut dan perlahan di area punggung yang bisa membantu tubuh menjadi lebih rileks. Pijatan ini bekerja dengan cara merangsang saraf yang membuat tubuh lebih tenang (saraf parasimpatis) dan mengurangi aktivitas saraf yang memicu stres (saraf simpatis). Dengan begitu, otot-otot tubuh jadi lebih rileks, hormon endorfin yang membuat nyaman bisa meningkat, dan akhirnya pembuluh darah melebar, detak jantung jadi lebih lambat, serta tekanan darah bisa turun secara alami (*Utomo et al., 2022*). Menurut (Nurlathifah, D., 2022), terapi SSBM dapat membantu menurunkan ketegangan otot, meningkatkan kualitas tidur, serta memberikan efek relaksasi pada pasien hipertensi.

Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) bisa membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Penelitian yang dilakukan oleh (Meidayanti et al., 2023) menemukan bahwa jika terapi ini diberikan selama 10 menit, tiga kali seminggu, selama empat minggu berturut-turut, maka tekanan darah bisa turun cukup besar. Rata-rata tekanan darah sistolik (angka atas) turun sekitar 21,04 mmHg, dan tekanan diastolik (angka bawah) turun sekitar 11,68 mmHg, dan hasilnya benar-benar terbukti secara statistik. Penelitian lain oleh (Purnamasari, Husain, & Ika, 2024) dilakukan di ruang ICU RSUD Ir. Soekarno Sukoharjo. Di sana, terapi SSBM diberikan selama 10 menit setiap hari selama 7 hari pagi dan siang. Hasilnya, tekanan darah pasien yang awalnya 150/90 mmHg bisa turun menjadi 140/90 mmHg, yang menunjukkan bahwa terapi ini juga bisa bekerja dengan baik dalam waktu yang relatif singkat.

Hasil yang mirip juga ditemukan oleh Auliyah et al. (2024),. Setelah terapi SSBM diberikan kepada 20 pasien hipertensi, tercatat penurunan yang signifikan baik pada tekanan darah sistolik maupun diastolik. Dari hasil uji statistik, nilai p masing-masing adalah 0,000 untuk sistolik dan 0,010 untuk diastolik, yang artinya efek penurunannya memang benar-benar terbukti.

Berdasarkan data rekam medis RSUD. Haji Medan dapat diketahui jumlah pasien penderita Hipertensi tiap tahunnya mengalami naik turun. Pada tahun 2022 tercatat sebanyak 487 pasien, tahun 2023 mengalami penurunan sebanyak 357 pasien dan pada tahun 2024 sebanyak 380 pasien. Maka berdasarkan latar belakang di atas dan survey awal di Lokasi penelitian, maka peneliti tertarik mengambil judul “Penerapan slow stroke back massage untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang ICU RSUD HAJI MEDAN.

## **B.Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh teknik Slow Stroke Back Massage (SSBM) terhadap pengurangan tekanan darah pada pasien hipertensi?

## **C.Tujuan Penelitian**

### **1.Tujuan Umum**

Untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik Slow Stroke Back Massage (SSBM) dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang ICU RSU Haji Medan.

### **2.Tujuan Khusus**

- a. Untuk menganalisis pengaruh teknik Slow Stroke Back Massage (SSBM) terhadap pengurangan tekanan darah pada pasien hipertensi.
- b. Untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) dalam pengurangan tekanan darah pada pasien hipertensi
- c. Untuk mengevaluasi perubahan kualitas hidup pasien hipertensi yang mengalami tekanan darah tinggi sebelum dan sesudah diberikan terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM).
- d. Untuk memberikan rekomendasi terkait penggunaan terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) sebagai alternatif pengobatan dalam manajemen tekanan darah pada penderita hipertensi

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Subjek Penelitian Memberikan pemahaman yang lebih baik kepada pasien hipertensi mengenai manfaat terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) dalam membantu menurunkan tekanan darah.
2. Menambah wawasan dan pengetahuan bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, mengenai penerapan terapi SSBM sebagai intervensi

nonfarmakologis yang efektif untuk membantu mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang ICU

3. Bagi Institusi Sebagai referensi tambahan dan bahan kajian ilmiah bagi mahasiswa serta peneliti lain dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya mengenai terapi komplementer untuk pasien dengan masalah hipertensi.