

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit yang dapat menyerang siapa saja, baik muda maupun tua. Hipertensi juga sering disebut sebagai *silent killer* karena termasuk penyakit yang mematikan. 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, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Seke, Bidjuni, & Lolong, 2016).

Hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi 2 jenis, yaitu hipertensi primer atau esensial (90% kasus hipertensi) yang penyebabnya tidak diketahui dan hipertensi sekunder (10%) yang disebabkan oleh penyakit ginjal, penyakit endokrin, penyakit jantung dan gangguan ginjal. Menurut JNC VII Report 2003, diagnosis hipertensi ditegakkan apabila didapatkan tekanan darah sistolik (TDS) ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik (TDD) ≥ 90 mmHg pada dua kali pengukuran dalam waktu yang berbeda (Tarigan, Lubis, & Syarifah, 2018).

Penyakit hipertensi tahun demi tahun terus mengalami peningkatan. Tidak hanya di Indonesia, namun juga di dunia. Sebanyak 1 milyar orang di dunia atau 1 dari 4 orang dewasa menderita penyakit ini. Bahkan, diperkirakan jumlah penderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 milyar menjelang tahun 2025. Kurang lebih 10 - 30% penduduk dewasa di hampir semua negara

mengalami penyakit hipertensi, dan sekitar 50-60% penduduk dewasa dapat dikategorikan sebagai mayoritas utama yang status kesehatannya akan menjadi lebih baik bila dapat dikontrol tekanan darahnya (Tarigan et al., 2018).

Menurut laporan Kemenkes (2013), bahwa hipertensi merupakan penyebab kematian nomer 3 setelah stroke dan tuberkulosis, dimana proporsi kematiannya mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Penderita hipertensi di Indonesia diperkirakan sebesar 15 juta tetapi hanya 4% yang hipertensi terkontrol. Hipertensi terkontrol adalah mereka yang menderita hipertensi dan mereka tahu sedang berobat untuk itu. Sebaliknya sebesar 50% penderita tidak menyadari diri sebagai penderita hipertensi, sehingga mereka cenderung untuk menderita hipertensi yang lebih berat (Tarigan et al., 2018). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, prevalensi hipertensi yang didapatkan melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%. Di Jawa Timur prevalensi hipertensi mencapai 26,2% yang berarti bahwa Jawa Timur memiliki angka prevalensi yang lebih tinggi dibandingkan angka nasional (Dewi, 2016).

Mengatasi hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai macam cara. Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengendalikan tekanan darah dapat dilakukan dengan terapi farmakologi yang biasanya diberikan dengan obat-obatan dan terapi non farmakologi yaitu dengan terapi herbal, aromaterapi, perubahan gaya hidup, kepatuhan dalam pengobatan, pengendalian stress dan terapi relaksasi (Wiramardani, Oktariani, & Mustikarani, 2017). Terapi relaksasi merupakan tindakan yang harus

dilakukan pada setiap anti-hipertensi. Apabila tekanan darah terlalu tinggi, pembuluh darah yang relax akan terjadi vasodilatasi pembuluh darah sehingga akan menyebabkan tekanan darah turun dan akan menjadi normal. Untuk membuat tubuh rileks dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti terapi musik klasik, yoga, teknik nafas dalam dan terapi *massage* (Adawiyah, Fithriana, & Febriani, 2017).

Massage adalah pijat dengan melakukan penekanan pada titik syaraf di kaki, tangan atau bagian tubuh lainnya untuk memberikan rangsangan bio-elektrik pada organ tubuh tertentu yang dapat memberikan perasaan rileks dan segar karena aliran darah dalam tubuh menjadi lebih lancar (Udani, 2016). Sejumlah studi menunjukkan bahwa terapi *massage* / pijat yang dilakukan secara teratur dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar *hormonestress cortisol*, menurunkan kecemasan sehingga tekanan darah akan turun dan fungsi tubuh semakin membaik (Ananto, 2017).

Dalam *massage* terdapat banyak manipulasi/teknik yang paling umum dan mudah dilakukan yaitu teknik *effleurage*. Manipulasi *massage* teknik *effleurage* bertujuan untuk membantu melancarkan peredaran darah dan cairan getah bening (cairan *limpha*), yaitu membantu mengalirkan darah di pembuluh baik (darah *venus*) agar cepat kembali ke jantung (Ananto, 2017). Teknik *Effleurage* adalah bentuk *massage* dengan menggunakan telapak tangan yang memberikan tekanan lembut keatas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang. Teknik *Effleurage* adalah teknik *massage* yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak

memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain (Tikamala, 2016).

Penanganan hipertensi non-farmakologi yang akan kita bahas dalam penelitian ini dengan memberikan relaksasi *massage* yaitu terapi *massage* kaki dan punggung. Melakukan *massage* kaki dan punggung dapat memberikan efek relaksasi. Pada *massage* punggung, efek relaksasi bermanfaat untuk meningkatkan sirkulasi permukaan sehingga dapat meningkatkan sirkulasi darah di jaringan, mengurangi beban kerja jantung, meningkatkan sirkulasi darah, merangsang aliran darah keseluruhan pembuluh darah yang lebih dalam, mempercepat sisa metabolisme dan gizi, mengurangi kecemasan dan gizi. Pada *massage* kaki bertujuan untuk menyembuhkan suatu penyakit melalui urat-urat saraf dan memperlancar peredaran darah.

Penelitian sebelumnya *massage* teknik *effleurage* dilakukan di bagian punggung, tengkuk dan bahu. Data yang diperoleh dari hasil pengukuran dianalisis dengan menggunakan uji-t berpasangan (*paired t-test*) dengan taraf signifikan yaitu 5%. Sedangkan Menurut hasil riset *massage* dilakukan dibagian punggung dan kaki, yaitu hasil *paired-sample t-test* tekanan darah skor *pre test* dan skor *post test* kelompok kontrol diperoleh nilai t hitung sebesar 1,435 ($p\text{-value} = 0,001$) yaitu dapat disimpulkan ada perbedaan tingkat tekanan darah responden sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi.

Hasil riset terdahulu yang dilakukan oleh Dwi Prasetyo Ananto tahun 2017 dengan judul “Pengaruh *Massage Teknik Effleurage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kalirejo Kabupaten Purworejo”

menyatakan bahwa ada efektifitas *massage effluerage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi $p \text{ value} < 0,05$. Responden Penelitian ini adalah lansia laki-laki penderita hipertensi dengan *massage* di bagian punggung, tengkuk dan bahu, serta bagian lengan dan tangan. Penelitian yang dilakukan oleh Any Risna Andria dengan judul “Pengaruh Pijat Kaki Dan Punggung Terjadap Tingkat Tekanan Darah Pada Lansia Di Panti Wredha Daerah Surakarta” menyatakan bahwa ada efektifitas pijat kaki dan punggung terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi $p \text{ value} < 0,05$.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Massage* Teknik *Effleurage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kemuningsari Kidul Kabupaten Jember”.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang paling mematikan didunia. Penyakit ini dapat menyerang siapa saja baik muda ataupun tua. Hipertensi yaitu meningkatnya tekanan darah, untuk menurunkan tekanan darah dapat digunakan terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi menggunakan obat-obatan anti hipertensi dan non-farmakologi menggunakan salah satunya terapi relaksasi yaitu terapi *massage* dengan teknik *effleurage*. *Massage* teknik *effleurage* ini tidak memiliki efek samping dan bisa di lakukan sendiri ataupun bantuan orang lain.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dilakukan *massage* teknik *effleurage* di wilayah kerja puskesmas Kemuningsari Kidul Kabupaten Jember ?
- b. Bagaimana tekanan darah pada penderita hipertensi setelah dilakukan *massage* teknik *effleurage* di wilayah kerja puskesmas Kemuningsari Kidul Kabupaten Jember ?
- c. Adakah pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Kemuningsari Kidul Kabupaten Jember ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Kemuningsari Kidul Kabupaten Jember.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dilakukan *massage* teknik *effleurage* di wilayah Kerja Puskesmas Kemuningsari Kidul Kabupaten Jember.
- b. Mengidentifikasi tekanan darah pada penderita hipertensi setelah dilakukan *massage* teknik *effleurage* di wilayah Kerja Puskesmas Kemuningsari Kidul Kabupaten Jember.

- c. Menganalisis pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Kemuningsari Kidul Kabupaten Jember.

D. Manfaat Penelitian

1. Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan menambah informasi dan masukan mengenai *massage* teknik *effleurage* sehingga menjadi bahan untuk meningkatkan kegiatan penyuluhan kepada masyarakat untuk mencegah hipertensi melalui *massage* teknik *effleurage*.

2. Institusi kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dijadikan sebagai referensi dan pertimbangan dalam menyikapi masalah pasien hipertensi dengan penurunan tekanan darah.

3. Penderita Hipertensi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam mengatasi peningkatan tekanan darah dalam menjaga kesehatannya.

4. Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan keluarga dalam mengenali penurunan tekanan darah dan diharapkan keluarga juga mampu menerapkan *massage* teknik *effleurage* kepada anggota keluarga dengan hipertensi.

5. Institut Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dan bahan pengembangan bagi Institusi pendidikan dibidang keperawatan terkait pengaruh kombinasi *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah.

6. Peneliti

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan peneliti dan sumber informasi tentang kesehatan khususnya tentang *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah, serta sebagai acuan untuk peneliti selanjutnya.

