

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu faktor penting sebagai pemicu penyakit tidak menular seperti jantung, stroke, dan lain-lain yang saat ini menjadi ketakutan penyebab kematian nomor satu di dunia. Penyebab kematian tertinggi di dunia adalah stroke dan *Ischaemic Heart Disease*. Dua penyakit penyebab kematian teratas ini faktor penyebab utamanya adalah hipertensi. Penyakit hipertensi dikategorikan sebagai *the silent killer* karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi atau tidak sebelum memeriksakan tekanan darahnya. Hipertensi yang terjadi dalam jangka waktu lama dan terus menerus tanpa dilakukan pengobatan bisa memicu stroke, serangan jantung, gagal jantung dan bahkan merupakan penyebab utama penyakit gagal ginjal kronik (Djamaluddin, 2024).

Menurut *World Health Organization* (2024), hipertensi tetap menjadi penyebab utama kematian dan kecacatan di seluruh dunia. Laporan tersebut menyoroti bahwa sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. Hipertensi menempati urutan ke 3 sebagai salah satu pembunuh tertinggi di Indonesia setelah stroke dan *tuberkulosis*, sebesar 6,8%. Penyakit hipertensi menyumbang angka 7% terhadap beban penyakit dunia dan mengakibatkan 17 juta kematian per tahunnya. Prevalensi hipertensi (usia \geq 18 tahun) di dunia adalah 22%. Di Asia Tenggara, prevalensi hipertensi adalah 24,7% dan berdasarkan jenis kelamin lebih tinggi pada laki-laki yaitu 25,3% dan pada perempuan 24,2% (WHO, 2024).

Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 mencatat prevalansi hipertensi sebesar 7,9%. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang dengan prevalensi jumlah kasus hipertensi sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45- 54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Kemenkes, 2024).

Berdasarkan profil kesehatan Aceh, penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan sesuai standar di provinsi Aceh tahun 2024 dari data yang dilaporkan sebanyak 497,572 atau 38,29%. Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar penderita hipertensi berjenis kelamin perempuan 43,8% dan laki-laki sebesar 32,4%. Cakupan penderita hipertensi tertinggi yang mendapat pelayanan sesuai standar adalah Kota Langsa sebesar 86,98% dan cakupan terendah adalah Aceh Singkil yang hanya sebesar 2,07% (Dinkes Aceh, 2024). Penderita hipertensi di Kabupaten Aceh Timur pada tahun 2025 sebanyak 9.553 orang, adapun wilayah dengan penderita hipertensi terbesar adalah Kecamatan Peunaron yang memiliki 2.853 orang penderita hipertensi (Profil Dinkes Aceh Timur, 2025).

Hipertensi terjadi karena dipengaruhi oleh faktor-faktor risiko. Faktor-faktor risiko yang menyebabkan hipertensi adalah umur, jenis kelamin, obesitas, alkohol, genetik, stres, asupan garam, merokok, pola aktivitas fisik, penyakit ginjal dan diabetes melitus. Tanda dan gejala yang sering terjadi seperti pusing atau nyeri kepala, sering gelisah, wajah merah, tekuk terasa pegal, sukar tidur, sesak nafas, mudah lelah. Gejala klinis yang timbul akibat peningkatan tekanan darah yaitu edema dependen, penglihatan kabur, mual, muntah dan nyeri kepala (Prabowo dan Sari, 2025).

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi yakni, penyakit jantung, stroke dan gagal ginjal. Kejadian penyakit jantung dan stroke akibat hipertensi mencapai 45% dan 51%. Jika hipertensi dibiarkan tanpa pengobatan, hampir separuh klien hipertensi akan meninggal karena penyakit jantung dan 10-15% akan meninggal karena gagal ginjal. Stroke terutama stroke hemoragik dan gagal jantung non iskemik adalah penyakit yang banyak terjadi akibat komplikasi dari hipertensi di Asia (Putri, 2025).

Penanganan hipertensi secara holistik mempunyai tujuan untuk menurunkan tekanan darah, meliputi terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi seperti halnya pemberian obat antihipertensi sedangkan pengobatan non farmakologi merupakan terapi komplementer diantaranya bekam, akupunktur, tanaman tradisional dan pijat (*massage*). *Massage* merupakan metode

yang berupa tekanan atau gesekan, membelai/menggosok (*effleurage*), meremas otot-otot (*petrissage*) bagian luar tubuh dengan tangan atau jari-jari tangan dengan tambahan minyak krim, dan salep. Tujuan dari massage adalah untuk relaksasi otot, stimulasi sirkulasi, pembebasan myofascial, dan drainase limfatik (Ilahi, dkk 2021).

Massage dengan teknik *petrissage* secara fisiologis dapat memengaruhi sistem saraf parasimpatis yang dapat menimbulkan respin relaksasi. Ketika tubuh mengalami relaksasi, yang berarti menandakan penurunan hormon kortsitol yang berperan terhadap stress serta berpengaruh terhadap sirkulasi darah. Salah satu gerakan massage adalah petrissage yaitu gerakan pemijatan seperti memeras jaringan kulit atau otot. Massage dengan teknik *petrissage* yaitu mengangkat kulit dengan telunjuk dan ibu jari yang bermanfaat untuk memperlancar aliran darah pada area pijatan (Sitepu, 2020).

Massage dengan teknik *petrissage* membutuhkan pelumas sebagai memperlancar gerakan. Pelumas yang umum untuk memperlancar gerakan Massage dan menjaga kelembaban kulit yaitu gel, krim dan minyak alami. Terdapat beberapa minyak alami yang bisa digunakan sebagai pelumas yaitu Olive Oil, Jojoba Oil, minyak wijen, dan salah satu penelitian ini menggunakan VCO. Virgin Coconut Oil adalah produk olahan dari daging kelapa yang berupa cairan berwarna jernih, tidak berasa, dan bau khas kelapa. Pembuatan *Virgin Coconut Oil* tidak mahal karena bahan bakunya mudah didapat dan prosesnya sederhana. Karena banyaknya manfaatnya, *virgin coconut oil* sangat disukai oleh masyarakat Indonesia (Suhascaryo & Yudiantoro, 2020).

Selain menjaga kelembaban kulit dalam mencegah gesekan, VCO (*Virgin Coconut Oil*) juga mengandung monolaurin yakni suatu senyawa yang bersifat antivirus, antibakteri, dan anti jamur. Bahan ini lebih dipilih dibandingkan minyak lain dan mengandung 100% lemak, sehingga lebih bersifat melembabkan. Minyak kelapa murni dianggap baik untuk kesehatan dan hidrasi kulit karena mudah diserap oleh kulit serta memiliki mengandung vitamin E. Minyak kelapa murni memiliki kandungan bahan sebagai berikut: Asam lemak jenuh yang terdiri dari asam laurat (asam laurat saat masuk ke dalam tubuh akan diubah menjadi

monolaurin), asam miristat, asam kaprat, asam palmitat, asam kaprat kaprilat, dan asam kaproat, sehingga sangat efektif dalam perawatan kulit (Batool, 2021).

VCO (*Virgin Coconut Oil*) juga dapat merangsang saraf di permukaan kulit yang selanjutnya mengirimkan sinyal ke otak, terutama ke hipotalamus sehingga terjadi pelepasan hormon endorfin. Hormon tersebut memiliki efek relaksasi dan menyebabkan pembuluh darah melebar (vasodilatasi) sehingga tekanan darah menurun. Selain itu, hormon endorfin juga dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis akibat stimulasi hormon dopamine. Sistem syaraf parasimpatis berfungsi mengatur aktivitas tubuh saat dalam keadaan rileks, sehingga sentuhan diinterpretasikan oleh penderita hipertensi sebagai sumber relaksasi (Nila, dkk 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari, (2025) tentang pengaruh massage teknik *petrissage* dengan coconut oil terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kumpai Batu Atas Kabupaten Kotawaringin Barat Provinsi Kalimantan Tengah dengan hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh massage teknik *petrissage* dengan *coconut oil* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi hal ini dikarenakan massage manipulasi dari struktur jaringan lunak yang dapat menenangkan serta mengurangi stress psikologis dengan meningkatkan hormon endorfin sehingga dapat menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik melakukan penelitian mengenai pengaruh *massage* teknik *petrissage* dengan *coconut oil* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Peunaron Kabupaten Aceh Timur.

Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “pengaruh *massage* teknik *petrissage* dengan *coconut oil* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Peunaron Kabupaten Aceh Timur?”.

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *massage* teknik *petrissage* dengan *coconut oil* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Peunaron Kabupaten Aceh Timur.

Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dilakukan *massage* teknik *petrissage* dengan *coconut oil* di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Peunaron Kabupaten Aceh Timur.
2. Untuk mengetahui tekanan darah pada pasien hipertensi setelah dilakukan *massage* teknik *petrissage* dengan *coconut oil* di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Peunaron Kabupaten Aceh Timur.
3. Untuk menganalisis pengaruh *massage* teknik *petrissage* dengan *coconut oil* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Peunaron Kabupaten Aceh Timur.

Manfaat Penelitian

1. Bagi institusi pendidikan, sebagai bahan masukan mengenai pengaruh *massage* teknik *petrissage* dengan *coconut oil* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi dan dapat digunakan sebagai bahan referensi yang memperkaya sumber perpustakaan bagi penelitian selanjutnya.
2. Bagi Puskesmas, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dan sumber informasi untuk instansi Puskesmas dalam upaya pemberian pelayanan non farmakologi pada pasien hipertensi, dan sebagai terapi komplementer keperawatan.
3. Bagi masyarakat, dapat memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai pemberian *massage* teknik *petrissage* dengan *coconut oil* perawatan alternatif salah satunya adalah pemberian *massage* kaki dalam penurunan tekanan darah.