

Original Article

# Intervensi Terapi Komplementer Massage Pasien Hipertensi Guna Menurunkan Tekanan Darah

## *Complementary Massage Therapy Intervention for Hypertensive Patients to Lower Blood Pressure*

Yunika Oktarisa<sup>1</sup>, Yudi Budianto<sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi D-III Keperawatan, STIKes Al-Ma'arif Baturaja

**\*Corresponding author:**

Yudi Budianto

Program Studi D-III Keperawatan, STIKes  
Al-Ma'arif Baturaja.

Email:

[tukangsunat03@gmail.com](mailto:tukangsunat03@gmail.com)



This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

### Abstrak

*Hipertensi adalah keadaan dimana seorang pasien mengalami peningkatan tekanan darah secara terus-menerus dan berlangsung lama yang disebabkan karena peningkatan kinerja jantung memompa darah dalam memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi dalam Terapi komplementer dalam penatalaksanaan hipertensi yang akhir-akhir ini berkembang di Indonesia antara lain; Pijat refleksi, yoga, terapi musik, terapi akupunktur. Tujuan menerapkan terapi komplementer pada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah. Metode Penulis menggunakan metode penelitian deskriptif, dengan pendekatan Studi Kasus penelitian, studi kasus ini dilaksanakan pada 2 penderita Hipertensi dengan menerapkan metode proses keperawatan. Data ini diperoleh dengan cara yaitu : wawancara, pemeriksaan, observasi aktivitas, memperoleh catatan dan laporan diagnostik. Hasil: Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 hari dengan penerapan terapi komplementer dengan hasil teratasi pada hari ke 3. Kesimpulan: Penerapan terapi komplementer pada kedua pasien hipertensi dapat menurunkan tekanan darah. Saran: dalam penelitian ini adalah lebih mempromosikan tentang terapi komplementer sebagai terapi alternatif bagi penderita hipertensi, karena salah satu manfaat terapi komplementer adalah menurunkan tekanan darah.*

### Kata Kunci

*Hipertensi, Massage, Tekanan Darah*

### Abstract

Hypertension is a condition in which a patient experiences an increase in blood pressure continuously and lasts a long time due to an increase in the performance of the heart pumping blood in meeting the needs of oxygen and nutrients in complementary therapy in the management of hypertension which has recently developed in Indonesia, among others. ; Reflexology, yoga, music therapy, acupuncture therapy. The purpose of implementing complementary therapy in hypertensive patients is to lower blood pressure. Method The author uses a descriptive research method, with a case study approach, this case study was carried out on 2 patients with hypertension by applying the nursing process method. This data was obtained by means of: interviews, examinations, activity observations, obtaining records and diagnostic reports. Results: After 3 days of nursing actions with the diagnosis: Discomfort, dizziness is associated with an increase in blood pressure. with the application of complementary therapy with the results resolved on day 3. Conclusion: Application of complementary therapy in both hypertensive patients can reduce blood pressure. Suggestion: in this study is to promote more about complementary therapy as an alternative therapy for people with hypertension, because one of the benefits of complementary therapy is lowering blood pressure.

### Keywords

Hypertension, Message, Blood Pressure

### Background

Hipertensi adalah keadaan dimana seorang pasien mengalami peningkatan tekanan darah secara terus-menerus dan berlangsung lama yang disebabkan karena

peningkatan kinerja jantung memompa darah dalam memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi dalam tubuh (Asis, Fadli, & Kenre, 2021). Hipertensi juga dikategorikan sebagai the silent disease atau bahkan the silent killer, dengan risikonya yang lebih dari 20% atau 1 dari 5

penderita hipertensi akan berisiko mengalami kematian (Nuridah dan Odang, 2021).

Menurut WHO (2019), dari total penduduk dunia, prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dan kurang dari seperlima penderita melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Afrika sebagai Negara dengan prevalensi tertinggi sebesar 27% disusul oleh Asia tenggara sebesar 25% dari total kejadian di dunia. Diperkirakan 1 dari 5 orang perempuan di dunia menderita hipertensi, jumlah ini lebih besar dibandingkan laki-laki yaitu 1 dari 4 orang laki-laki (WHO, 2019) dalam (Kusuma, Tiranda, & Sukron, 2021). Sedangkan menurut American Heart Association (AHA) dalam Nelwan, J.E., & Sumampouw, O. 2019, Penderita hipertensi berusia  $\geq 18$  tahun mencapai 74,5 juta di Amerika, sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya (Asis et al., 2021).

Prevalensi Hipertensi berdasarkan diagnosis dokter atau minum obat anti Hipertensi pada penduduk umur  $\geq 18$  tahun menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatera Selatan, Risdas 2018 sebanyak 21.928 jiwa sementara kabupaten Ogan Komering Ulu menduduki peringkat ke 10 dari 17 kota/kabupaten di Sumatera Selatan yaitu sebanyak 950 jiwa. (Kemenkes RI 2018)

Berdasarkan data sekunder kunjungan pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas Tanjung Baru pada tahun 2019 sebanyak 476 jiwa, pada tahun 2020 sebanyak 541 jiwa dan pada tahun 2021 sebanyak 760 jiwa, sedangkan jumlah pasien Hipertensi pada bulan Januari 2022 di Puskesmas Sukaraya sebanyak 98 jiwa, dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 34 jiwa dan perempuan sebanyak 64 orang (Profil Puskesmas Tanjung Baru, 2020).

Faktor-faktor yang dapat memicu terjadinya hipertensi salah satunya faktor genetik, jenis kelamin, stres, kurang berolahraga serta mengonsumsi garam yang berlebih, dan merokok. Dampak dari kebiasaan tersebut yaitu peningkatan tekanan darah tinggi dan penyakit komplikasi lainnya (Kusuma et al., 2021).

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi yaitu dengan dua cara yakni secara farmakologi dan non farmakologis. Secara non farmakologis dapat dijadikan sebagai pendamping dari penatalaksanaan secara farmakologi atau bisa dilakukan secara bersamaan untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal. Penatalaksanaan secara farmakologi yaitu dengan pemberian obat yang bersifat diuretik, simpatik dan vasodilator. Sedangkan secara non farmakologi yaitu dengan cara melakukan penurunan berat badan, melakukan olahraga secara teratur, diet rendah garam, diet rendah lemak, dan melakukan terapi komplementer (Kusuma et al., 2021).

Pengobatan dasar untuk hipertensi adalah non-farmakologis terapi, dan termasuk penurunan berat badan, asupan natrium terbatas, aktivitas fisik, dan penghentian merokok dan konsumsi alkohol. Namun, kepatuhan jangka panjang dengan pengobatan non-farmakologis sulit bagi sebagian besar pasien. Oleh karena itu, obat anti hipertensi adalah pilihan yang lebih disukai untuk mengobati hipertensi (Trisnawati & Jenie, 2021). Namun, mereka dikaitkan dengan efek samping seperti resistensi obat. Oleh karena itu, pilihan perawatan yang lebih efektif dan aman sangat diperlukan untuk pasien hipertensi (Trisnawati & Jenie, 2021).

Pengobatan menggunakan terapi komplementer akhir-akhir ini berkembang dan menjadi sorotan di berbagai negara. Beberapa pengobatan komplementer yang telah ditemukan untuk membantu menurunkan tekanan darah diantaranya dengan tanaman tradisional, akupunktur, akupresur, bekam, dan lain-lain. Terapi komplementer yang ada menjadi salah satu pilihan pengobatan di masyarakat (Trisnawati & Jenie, 2021). Masyarakat menggunakan terapi komplementer dengan alasan keyakinan, keuangan, reaksi obat kimia dan tingkat kesembuhan. Terapi komplementer juga akan dirasakan lebih murah jika klien dengan penyakit kronis yang harus rutin mengeluarkan biaya untuk pengobatan, seperti pada pengalaman seorang klien yang awalnya menggunakan terapi modern menunjukkan bahwa biaya membeli obat berkurang 200-300 dolar dalam beberapa bulan setelah

menggunakan terapi komplementer (Trisnawati & Jenie, 2021).

Terapi komplementer dalam penatalaksanaan hipertensi yang akhir-akhir ini berkembang di Indonesia antara lain; Pijat refleksi, yoga, terapi musik, terapi akupuntur. Dengan meningkatnya keinginan masyarakat khususnya di Indonesia dalam menggunakan terapi komplementer dan juga hal ini berdampak terhadap banyaknya jenis dan variasi terapi yang digunakan. Selain itu, sepengetahuan penulis belumbanyak artikel penelitian yang membahas mengenai apa saja terapi komplementer yang digunakan dalam melihat penurunan tekanan darah (Kusuma et al., 2021).

Melihat dari faktor diatas maka penulis tertarik mengambil judul Laporan tugas akhir yaitu asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan intervensi terapi komplementer massage guna menurunkan tekanan darah di Terapi Pijat Keluarga Desa Air Karang tahun 2022.

## Methods

Desain penelitian ini adalah studi Kasus. Tujuan ini adalah untuk mengeksplorasi masalah upaya intervensi terapi komplementer massage guna menurunkan tekanan darah pasien Hipertensi. Subjek penelitian pada kasus ini menggunakan 2 orang klien pasien Hipertensi.sebagai subyek penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah sebagai berikut: Jenis Kelamin klien Perempuan, Umur 40-50 tahun, Menderita Hipertensi, Tidak cacat mental. Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah sebagai berikut:Menolak tindakan, Tingkat kepatuhan klien kurang, Klien tidak menderita Hipertensi.

Studi kasus ini memfokuskan untuk mengetahui intervensi terapi komplementer massage guna menurunkan tekanan darah. Instrumen studi kasus yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan tahapan pengkajain, perumusan diagnosis keperawatan, penyusunan perencanaan, pelaksanaan keperawatan, evaluasi keperawatan, Leaflet Hipertensi, SOP Intervensi Terapi

Komplementer Massage, Sarung Tangan atau Handscoon, Masker.

Lokasi penelitian lokasi Penelitian dilakukan di Pijat terapi keluarga desa Air Karang wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Baru. Penelitian dilaksanakan studi kasus ini yaitu pada bulan April – Juni 2022. Adapun metode penelitian yang digunakan dalam penelitian karya tulis ilmiah adalah studi kasus dengan teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan dalam penyusunan laporan tugas akhir ini adalah : Observasi, Wawancara, Studi dokumentasi, Studi kepustakaan.

Etika Studi Kasus Dalam melakukan studi kasus, Setelah mendapat persetujuan barulah melakukan studi kasus dengan menekankan etika yang meliputi : Informed consent (persetujuan menjadi responden), Anonimity (tanpa nama), Confidentialy (rahasia).

## Results

Setelah memberikan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan intervensi terapi komplementer massage guna menurunkan tekanan darah di Puskesmas Tanjung Baru tahun 2022 pada Tn. A dan Tn. B, Proses keperawatan mulai dari pengkajian, penentuan diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi.

### Pengkajian

bagaimana cara untuk menurunkan tekanan darah, Tidak ada keluarga yang menderita penyakit sama dengan klien, Setiap 1 minggu sekali Kontrol ke Puskesmas, Minum obat Hipertensi Setiap Pagi 1x sehari, Observasi TTV: TD : 160/90 mmHg, N : 85 x/menit, RR : 20 x/menit, Suhu : 36,50C

Berdasarkan Pengkajian dilihat dari kasus II Klien mengatakan mengeluh nyeri kepala bagian belakang dan leher belakang, Klien mengatakan belum mengerti bagaimana cara untuk menurunkan tekanan darah tinggi, Ada keluarga yang menderita penyakit sama dengan klien, Jika Hipertensinya kambuh klien barukontrol ke puskesmas, Minum obat jika Hipertensi kambuh saja, Observasi TTV : TD : 150/90 mmHg, N : 75 x/menit, RR : 20 x/menit, Suhu : 36C.

### *Diagnosis Keperawatan*

Diagnosis keperawatan yang ditemukan pada kasus hipertensi dengan intervensi terapi komplementer massage guna menurunkan tekanan adalah: Nyeri akut berhubungan dengan peningkatan tekanan darah.

### *Intervensi Keperawatan*

Perencanaan keperawatan pada kasus hipertensi dengan intervensi terapi komplementer massage guna menurunkan tekanan darah berdasarkan diagnosis keperawatan Nyeri akut berhubungan dengan peningkatan tekanan darah adalah sebagai berikut : Kaji skala nyeri, Anjurkan klien mengatur pola tidur dan istirahat, Berikan terapi komplementer massage.

### *Implementasi Keperawatan*

Tindakan yang diberikan pada pasien hipertensi dengan intervensi terapi komplementer massage guna menurunkan tekanan darah berikut : Mengkaji skala nyeri, Menganjurkan klien mengatur pola tidur dan istirahat, Memeriksa terapi komplementer massage terhadap penurunan skala nyeri.

### *Evaluasi Keperawatan*

Evaluasi keperawatan pada kasus hipertensi dengan intervensi terapi komplementer massage guna menurunkan tekanan darah berdasarkan diagnosis keperawatan Nyeri akut berhubungan dengan peningkatan tekanan darah pada Tn.A berdasarkan subjektif Klien mengatakan sakit kepala sudah membaik setelah dilakukan pijat punggung, pada objektif Klien sudah tidak memegang kepala, Skala nyeri 1, TTV : TD : 140/90 mmHg, N : 80 x/menit, RR : 20 x/menit, Suhu : 370C, pada penilaian Masalah sudah teratasi dan perencanaan Intervensi di hentikan dengan edukasi. Pada Tn.B berdasarkan subjektif Klien mengatakan sudah tidak nyeri kepala bagian belakang dan leher belakang, pada objektif Klien tampak tidak memegang kepala bagian belakang dan leher belakang, Skala nyeri 2, TTV : TD : 130/80 mmHg, N : 80x/menit, RR : 20 x/menit, Suhu : 360C, pada penilaian Masalah sudah teratasi dan

perencanaan Intervensi di hentikan dengan edukasi.

### **Discussion**

Tanda dan gejala pada hipertensi dibedakan menjadi 2 yaitu 1) Tidak ada gejala yang spesifik yang dapat dihubungkan dengan peningkatan tekanan darah, selain penentuan tekanan arteri oleh dokter yang memeriksa. Hal ini berarti hipertensi arterial tidak akan pernah terdiagnosa jika tekanan arteri tidak terukur (Nurrarif & Kusuma, 2015). 2) Gejala yang lazim Sering dikatakan bahwa gejala terlahim yang menyertai hipertensi meliputi nyeri kepala dan kelelahan. Dalam kenyataan ini merupakan gejala terlahim yang mengenai kebanyakan pasien yang mencari pertolongan medis (Nurrarif & Kusuma, 2015) Beberapa pasien yang menderita hipertensi yaitu Mengeluh sakit kepala, pusing, lemas, kelelahan, gelisah, mual, muntah, epistaksis, kesadaran menurun. Berdasarkan teori keluhan utama pada saat dilakukan pengkajian menurut penulis tidak ada kesenjangan antara teori dan kasus nyata.

Faktor-Faktor yang dapat memicu terjadinya hipertensi salah satunya faktor genetik, jenis kelamin, stres, kurang berolahraga serta mengkonsumsi garam yang berlebih, dan merokok. Dampak dari kebiasaan tersebut yaitu peningkatan tekanan darah tinggi dan penyakit komplikasi lainnya (Kusuma et al., 2021).

Terapi komplementer dalam penatalaksanaan hipertensi yang akhir-akhir ini berkembang di Indonesia antara lain; Pijat refleksi, yoga, terapi musik, terapi akupuntur. Dengan meningkatnya keinginan masyarakat khususnya di Indonesia dalam menggunakan terapi komplementer dan juga hal ini berdampak terhadap banyaknya jenis dan variasi terapi yang digunakan. Selain itu, sepengetahuan penulis belumbanyak artikel penelitian yang membahas mengenai apa saja terapi komplementer yang digunakan dalam melihat penurunan tekanan darah (Kusuma et al., 2021).

Penatalaksanaan yang dapat dilakukan pada pasien hipertensi yaitu dengan dua cara yakni secara farmakologi dan non farmakologis.

Secara non farmakologis dapat dijadikan sebagai pendamping dari penatalaksanaan secara farmakologi atau bisa dilakukan secara bersamaan untuk mendapatkan hasil yang lebih maksimal. Penatalaksanaan secara farmakologi yaitu dengan pemberian obat yang bersifat diuretik, simpatik dan vasodilator. Sedangkan secara non farmakologi yaitu dengan cara melakukan penurunan berat badan, melakukan olahraga secara teratur, diet rendah garam, diet rendah lemak, dan melakukan terapi komplementer (Kusuma et al., 2021).

Pengobatan menggunakan terapi komplementer akhir-akhir ini berkembang dan menjadi sorotan di berbagai negara. Beberapa pengobatan komplementer yang telah ditemukan untuk membantu menurunkan tekanan darah diantaranya dengan tanaman tradisional, akupunktur, akupresur, bekam, dan lain lain. Terapi komplementer yang ada menjadi salah satu pilihan pengobatan di masyarakat. Masyarakat menggunakan terapi komplementer dengan alasan keyakinan, keuangan, reaksi obat kimia dan tingkat kesembuhan. Terapi komplementer juga akan dirasakan lebih murah jika klien dengan penyakit kronis yang harus rutin mengeluarkan biaya untuk pengobatan, seperti pada pengalaman seorang klien yang awalnya menggunakan terapi modern menunjukkan bahwa biaya membeli obat berkurang 200-300 dolar dalam beberapa bulan setelah menggunakan terapi komplementer (Trisnawati & Jenie, 2021).

Manfaat tekanan pijat (massage) akan mengirim sinyal yang menyeimbangkan sistem saraf atau melepaskan bahan kimia seperti endorphin sehingga atau mendorong rasa relaksasi serta melancarkan sirkulasi darah. Mekanisme pijat punggung yaitu membuat lansia nyaman, dengan memijat daerah refleksi memberikan rangsangan yang diterima oleh saraf sensorik, dan langsung disampaikan oleh urat saraf motorik kepada organ yang dikehendaki. Apabila pijat di satu titik, maka tubuh akan melepaskan beberapa zat seperti: serotonin, histamine, bradikinin, slow reacting substance (SRS) serta zat lain yang belum diketahui. Zat - zat ini menyebabkan terjadinya dilatasi kapiler dan arteriol serta flare reaction mengakibatkan terjadinya

perbaikan mikrosirkulasi pembuluh darah. Akibatnya timbul efek relaksasi (pelemasan) otot-otot yang kaku serta akibat vasodilatasi umum akan menurunkan tekanan darah secara stabil (Potter & Perry, 2018).

## Conclusion

Setelah penulis melakukan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan intervensi terapi komplementer massage guna menurunkan tekanan darah.

Pengkajian yang penulis temukan pada Tn A dan Tn B dengan mengobservasi tanda - tanda vital : pada Tn .A mengeluh Klien mengatakan sakit kepala sebelah kanan dan sering demam, darah naik serta klien tidak tahu bagaimana cara terapi untuk menurunkan tekanan darah. sedangkan Tn. B mengeluh nyeri kepala bagian belakang dan leher belakang, Klien mengatakan belum mengerti bagaimana cara untuk menurunkan tekanan darah

Diagnosa yang muncul pada saat pengkajian pada Tn.A ada 2 yaitu nyeri akut berhubungan dengan peningkatan tekanan darah dan dan pada saat pengkajian pada Tn.B yaitu nyeri akut berhubungan dengan peningkatan tekanan darah

Intervensi pada Tn. A dan Tn.B berdasarkan diagnosa keperawatan yaitu dengan kaji skala nyeri, anjurkan klien mengatur pola tidur dan istirahat, Berikan terapi komplementer massage. Implementasi pada Tn. A dan Tn.B berdasarkan diagnosa keperawatan yaitu mengkaji skala nyeri, menganjurkan klien mengatur pola tidur dan istirahat, Memerikan terapi komplementer massage terhadap penurunan skala nyeri.

Evaluasi setelah dilakukan evaluasi asuhan keperawatan yang telah dilaksanakan pada Tn.A Klien mengatakan sakit kepala sudah membaik setelah dilakukan pijat punggung dan Tn.B Klien mengatakan sudah tidak nyeri kepala bagian belakang dan leher belakang dapat di lihat dari hasil evaluasi yang telah dicapai bahwa ada sebagian masalah kesehatan yang teratasi.

Agar kita sebagai tim medis dapat memberikan pelayanan yang sebaik-baiknya

dan untuk meningkatkan mutu pelayanan kesehatan diharapkan hendaknya selalu memperhatikan aspek manusia baik dari aspek biologis, psikologis, sosial dan spiritual khususnya.

Diharapkan dapat meneliti Hipertensi dengan penerapan- penerapan yang lainya seperti Hipertensi dengan tindakan edukasi menggunakan seduhan daun Nangka untuk menurunkan tekanan darah dan di harapkan dapat berguna untuk peneliti - peneliti selanjutnya sebagai referensi.

## References

- Asis, A. S., Fadli, & Kenre, I. (2021). Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Dan Kebidanan*, 01 (1), 20-25
- Junaedi, E., Yulianti, S., & Rinata, G. (2019). *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Jakarta: Fmedia.
- Kusuma, W., Tiranda, Y., & Sukron. (2021). Terapi Komplementer Yang Berpengaruh Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 01 (3), 80-84
- Muttaqin, A. (2017). *Pengantar Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurhidayat, S. (2015). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi*. Ponorogo: Unmuh Ponorogo Press.
- Nurrarif, A. h., & Kusuma, H. (2018). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa medis dan Nanda Nic-Noc*. jogjakarta: Mediaction Publishing Jogjakarta
- Nuridah, & Odang. (2021). *Pengaruh Terapi Bekam terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Studi Quasy Eksperimental*. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 06 (11), 78-90
- Profil Puskesmas Tanjung Baru.(2020). *Profil Puskesmas Tanjung Baru*. Baturaja
- Perry, & Potter. (2018). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan< Konsep, Proses Praktik Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Riset Kemenkes RI, (2018). *Riset Kesehatan dasar Provinsi Sumatera Selatan*. Palembang
- Saptawati, L. (2013). *Bersahabat Dengan Penyakit Jantung*. Yogyakarta: Kanisius
- Trisnawati, E., & Jenie, I. M. (2021). Terapi Komplementer Terhadap Tekanan Darah Padapenderita Hipertensi: A Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*,6 (3), 130-136