

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang terjadi pada seseorang yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara tetap. Seseorang dikatakan menderita hipertensi apabila memiliki tekanan darah di atas 140/90 mmHg. Banyak faktor yang mempengaruhi tekanan darah antara lain keturunan, jenis kelamin, umur, merokok, konsumsi alkohol, stress dan asupan natrium. Faktor keturunan memiliki peranan terhadap timbulnya hipertensi, seseorang yang mempunyai orang tua yang salah satunya penyakit hipertensi, maka orang tua tersebut beresiko untuk penyakit hipertensi. Jenis kelamin laki-laki lebih banyak mengalami hipertensi dibandingkan wanita, karena laki-laki mempunyai banyak faktor yang mendorong terjadinya hipertensi, seperti kelelahan dan makanan yang tidak terkontrol. Pola makan dengan asupan natrium yang tinggi, asupan lemak dan kolesterol yang tinggi serta kurangnya konsumsi serat merupakan salah satu faktor resiko hipertensi. Tekanan darah juga dipengaruhi oleh umur, dengan bertambahnya umur terjadi penumpukan zat kolagen pada lapisan otot sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku. (Marlyta & Jatmika, 2022).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Angka kejadian hipertensi di dunia pada tahun 2021 diperkirakan sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (Wulandari et al., 2023).

Menurut (Kemenkes RI, 2020) penderita hipertensi di Indonesia mencapai 8,4% selama 18 tahun. Prevalensi pengukuran tekanan darah sekitar 34,1% terdapat di provinsi Kalimantan Selatan dengan prevalensi penderita sekitar 44,1% atau lebih tinggi dari rata-rata prevalensi hasil pengukuran darah di Indonesia. Sedangkan di Sulawesi Selatan prevalensinya 31,68%, tertinggi ada di kabupaten Soppeng (42,57%) dengan usia 75 tahun (67,74%) pada kelompok jenis kelamin perempuan (34,82%) dan laki-laki (28%) (Riskesdas Sulawesi Selatan, 2018).

Hipertensi merupakan silent killer dimana gejala dapat bervariasi pada masing-masing individu serta hampir sama dengan gejala penyakit lainnya. Gejala-gejalanya yakni sakit kepala atau rasa berat pada tengkuk, mudah lelah, jantung berdebar – debar, telinga berdenging, penglihatan kabur serta mimisan. Gejala yang paling sering menyertai hipertensi adalah nyeri kepala serta kelelahan. Hal ini merupakan gejala yang membuat kebanyakan pasien membutuhkan pertolongan medis. Nyeri adalah peristiwa yang tidak menyenangkan pada seseorang dan dapat menimbulkan penderita sakit (Fresia, 2021).

Nyeri kepala merupakan tanda-tanda kelainan pada tubuh organik maupun fungsional. Nyeri kepala adalah rasa nyeri yang dirasakan sebagai perasaan yang tidak menyenangkan bisa menyebabkan marah serta tidak terjadinya kerusakan pada jaringan sebagai salah satu tanda penyakit. Sebagian nyeri kepala disebabkan oleh rangsangan nyeri yang berasal dari dalam intrakranial dan ekstrakranial (Istiyawati, 2020). Secara umum penatalaksanaan nyeri kepala terdiri atas 2 kategori yakni secara farmakologis serta non-farmakologis. Pendekatan dengan cara farmakologis dapat dilakukan dengan cara terapi analgetik yang merupakan cara paling umum. Namun terapi ini akan memiliki efek

samping obat yang berbahaya bagi pasien serta berdampak ketagihan. Sedangkan pendekatan dengan cara non-farmakologis dalam mengurangi nyeri kepala dapat ditangani dengan cara terapi nafas dalam, memberikan posisi yang nyaman, dan salah satunya adalah stimulus ketaneus yaitu stimulasi kulit yang dilakukan dalam mengurangi nyeri kepala. Kompres dingin dan panas, masase, stimulasi saraf elektrik transkutan (TENS) serta mandi air hangat adalah langkah sederhana stimulasi ketaneus dalam upaya menurunkan nyeri (Siauta, 2020).

Salah satu cara sederhana dalam rangka menurunkan nyeri kepala yakni dengan teknik stimulus ketaneus atau slow stroke back massage. Slow stroke back massage merupakan salah satu teknik yang dilakukan menggunakan cara massage (usapan) punggung yang perlahan serta sentuhan. Massage atau sentuhan merupakan satu tindakan memberi kenyamanan yang bisa meringankan ketegangan, menenangkan seseorang, dan meningkatkan peredaran darah. Teknik slow stroke back massage ini menyebabkan terjadinya pelepasan-endorfin, sehingga membatasi-jalan stimulus. nyeri (Fatimah, 2020).

Menurut dari riset Nalinda & Aluddin Tahun 2017 menunjukkan massage punggung memiliki kemampuan untuk menghasilkan respon relaksasi. Gosokan punggung sederhana 3 selama 3-5 menit dapat meningkatkan kenyamanan dan relaksasi, serta memiliki efek positif pada parameter kardiovaskuler seperti tekanan darah, frekuensi denyut jantung, dan frekuensi pernafasan (Nalinda and Aluddin, 2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang berjudul Efektivitas Pemijatan Punggung dari Bahu Sampai Kepala terhadap tingkat nyeri kepala pada penderita hipertensi, pada 7 orang penderita hipertensi didapatkan bahwa pasien mengalami perubahan

penurunan tingkat nyeri, dari nyeri sedang (100%) menjadi nyeri ringan (70%) dan nyeri sedang (30%); dari pemberian pemijatan dari bahu sampai kepala. Terdapat perubahan tingkat nyeri, dengan hasil uji analisis data hitung sebesar $P: 0,000$ lebih kecil dari nilai $\alpha: 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima (Haris & Nurwahidah, 2017).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas yang penulis dapatkan, maka penulis tertarik untuk mengangkat studi kasus dengan judul “Penerapan Intervensi *Massage* Punggung Terhadap Penurunan Nyeri Kepala Pada Pasien dengan Hipertensi di PKM Pampang Makassar”

B. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas penerapan intervensi *massage* punggung terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi di wilayah kerja PKM Pampang Makassar

2. Tujuan khusus

Melaksanakan gambaran nyata dalam:

- a. Untuk mengetahui hasil pengkajian asuhan keperawatan terhadap penerapan *massage* punggung terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi
- b. Untuk mengetahui hasil diagnosa keperawatan terhadap penerapan *massage* punggung terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi
- c. Untuk mengetahui hasil intervensi keperawatan terhadap penerapan *massage* punggung terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi
- d. Untuk mengetahui hasil implementasi keperawatan terhadap

penerapan massage punggung terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi

- e. Untuk mengetahui hasil evaluasi keperawatan terhadap penerapan massage punggung terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi
- f. Untuk mengetahui hasil analisis inovasi keperawatan terhadap penerapan massage punggung terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi responden

Sebagai sarana untuk meningkatkan pengetahuan serta wawasan klien untuk menurunkan nyeri kepala yang diakibatkan oleh hipertensi dan klien mampu menerapkan secara mandiri massage punggung untuk mengontrol nyeri kepala yang diakibatkan oleh hipertensi

2. Bagi institusi pendidikan

Dapat dijadikan sebagai salah satu referensi bacaan literature dalam peningkatan mutu pendidikan dan lebih memperkaya pengetahuan serta bahan ajar mengenai intervensi massage punggung terhadap penurunan nyeri kepala yang diakibatkan oleh hipertensi

3. Bagi pelayanan kesehatan

Bagi Puskesmas diharapkan dapat mengajarkan pemberian intervensi massage punggung kepada penderita yang mengalami nyeri kepala yang diakibat oleh hipertensi pada saat posyandu lansia maupun didalam masyarakat diruang lingkup puskesmas.