BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau yang secara medis dikenal sebagai *hypertension* (Inggris), *ipertensione* (Italia), atau *hypertoine* (Jerman) merupakan salah satu penyakit yang masih menjadi pembunuh diam-diam (*silent killer*) yang menyebabkan tingkat kematian di Indonesia, yang salah satunya yaitu pecahnya pembuluh darah diotak (American Heart Association, 2023).

Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* tahun 2023*,* penyakit hipertensi menempati urutan ke dua pada penyakit tidak menular dan cenderung mengalami peningkatan setiap tahun nya, sehingga menyebabkan populasi pasien dengan kasus tekanan darah tinggi diperkirakan melebihi 1.28 miliar orang dalam rentang umur 30 tahun hingga
79 tahun sudah mengalami hipertensi, sebagian besar di negara yang berpenghasilan menengah kebawah.

Wilayah asia tenggara memiliki prevalensi diatas 45%, dan Indonesia menduduki peringkat kedua dengan peningkatan tiap tahunnya prevalensi 40% setelah negara Bhutan. Angka kejadian hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia, dengan prevelensi tertinggi di usia 55-59 tahun sebesar (55,2%). Beberapa provinsi mencatat tinggi seperti Sulawesi Utara (44,1%), sementara papua menempati peringkat terendah dengan prevelensi (22,2%). Peningkatan ini sebagian besar disebabkan oleh pola hidup yang tidak sehat dan kurang dalam melakukan aktivitas fisik (World Health Organization, 2023).

Sementara di daerah Sumatera Utara terutama di kota Medan menduduki peringkat ke empat dengan prevelensi (30%). Berdasarkan laporan dinas kesehatan Sumatera Utara (2024), jumlah penderita hipertensi mencapai 50.162 jiwa, dengan mayoritas terjadi pada perempuan (27.021 jiwa) dan kelompok usia di atas 55 tahun (22.618 jiwa), sementara itu, di kota Medan juga mencatat 423.933 penderita hipertensi, terdiri dari 206.973 laki-laki dan 216.960 perempuan.

Pada studi awal pendahuluan yang dilakukan di RSU Haji Medan, di dapatkan data penderita penyakit hipertensi selama 1 tahun terakhir mengalami peningkatan setiap tahunnya. Tercatat pada tahun 2024 terdapat 19.860 kasus, dimana 50% diantaranya berjenis kelamin perempuan, 40% berjenis kelamin laki-laki dan 10% diantaranya adalah anak-anak. Penataaksanaan yang dilakukan biasanya seperti pengaturan pola makan (diet sehat), senam atau latihan fisik ringan, dan untuk terapi pijat punggung belum pernah dilakukan untuk pasien dengan hipertensi di RSU Haji Medan.

Berdasarkan data-data yang sudah dikumpulkan tersebut, yang dapat menunjukkan angka hipertensi semakin tinggi adalah kita perlu mengambil beberapa solusi secara non farmakologi. Salah satu teknik yang dapat diberikan adalah teknik pijat punggung yang dapat membantu menurunkan nyeri kepala pada penderita hipertensi. Sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi yaitu pecahnya pembuluh darah diotak, dan beberapa penelitian juga telah membuktikan efektivitas bahwa pijat punggung dapat menurunkan nyeri kepala.

Hasil penelitian (Aprilia Damayanti, 2025). Dengan judul "Penerapan intervensi *massage* punggung terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi di puskesmas Pampang" menunjukkan bahwa *massage* punggung dapat mengurangi skala nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi. Dimana pemberian asuhan keperawatan pada pasien hipertensi setelah di lakukan interversi didapatkan evaluasi tingkat nyeri menurun, tingkat ansietas menurun, dan status kenyamanan semakin meningkat.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Ester Hotmaria Malau, 2024). Dengan judul "Penerapan teknik relaksasi *massage* punggung untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas citra medika kota Lubuk Linggau" menunjukkan bahwa penerapan *massage* punggung cukup efektif dalam menurunkan nyeri kepala pada penderita hipertensi. Studi ini melibatkan 2 responden, dimana dilakukan penerapan selama 3 hari dan didapatkan penurunan skala nyeri dari tingkat sedang menurun menjadi tingkat ringan, dimana skala nyeri pada subjek 1 sebelumnya pada skala nyeri 6 menurun menjadi skala nyeri 3, dan skala

nyeri pada subjek 2 yang sebelumnya pada skala nyeri 6 menurun menjadi skala nyeri 2. Tindakan *massage* punggung dilakukan bersama dengan pemberian terapi amlodipine 10 mg.

Pada penelitian (Aluddin, 2022). Dengan judul "Penerapan *massage* punggung pada penderita hipertensi untuk menurunkan intensitas nyeri kepala di ruang laika waraka rumah sakit umum bahteramas provinsi Sulawesi Tenggara" menunjukkan bahhwa *massage* punggung mampu mempengaruhi perubahan skala nyeri kepala pada penderita hipertensi. Penerapan *massage* punggung pada 2 orang subjek yang di lakukan selama 3 hari kunjungan mampu mengurangi tingkat nyeri, dari tingkat nyeri sedang menurun ke tingkat nyeri ringan (skala nyeri 6 dan 6 menurun menjadi skala 3 dan 2).

Penelitian yang dilakukan oleh (Khalimatullatifah, 2022). Dengan judul "Penerapan teknik relaksasi *massage* punggung untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi". Dapat menunjukkan adanya penurunan skala nyeri kepala pada pasien hipertensi sesudah di berikan *massage* punggung. *Massage* punggung mampu mempengaruhi perubahan skala nyeri kepala pada penderita hipertensi dengan tetap mempertahankan massage punggung dalam memenuhi kebutuhan kenyamanan (rasa nyeri).

Asuhan keperawatan dengan terapi relaksasi massage punggung pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri kronis di Desa Wulai, Provinsi Sulawesi Barat. Dilakukan pada satu pasien yang diberikan terapi massage punggung selama tujuh hari berturut-turut. Menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi tersebut, nyeri yang dirasakan pasien berkurang hingga tidak terasa lagi dan tekanan darah menjadi lebih stabil (Robi, A., Sri, P., Agnes, D, 2021).

Berdasarkan dari kelima jurnal sebelumnya dapat disimpulkan penerapan teknik relaksasi *massage* punggung dapat menurunkan nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi. Sehingga berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan dan mengambil kasus dengan judul "Penerapan teknik pijat punggung untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi".

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat di rumuskan masalah dalam penelitian ini adalah apakah penerapan teknik pijat punggung dapat menurunkan tingkat nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi.

C. Tujuan studi kasus

1. Tujuan umum

   Mempelajari penerapan terapi pijat punggung untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi.

2. Tujuan khusus
   a. Mengidentifikasi penurunan tingkat nyeri kepala sebelum dilakukan tindakan pijat punggung.
   b. Mengidentifikasi penurunan tingkat nyeri kepala sesudah dilakukan tindakan pijat punggung.
   c. Membandingkan penurunan tingkat nyeri kepala sebelum dan sesudah di lakukannya teknik pijat punggung.

D. Manfaat studi kasus

1. Bagi subjek penelitian

   Diharapkan dapat memberikan manfaat dan dapat menambah pengetahuan mengenai penerapan pijat punggung untuk mengurangi nyeri kepala terhadap pasien dengan hipertensi dan dapat meningkatkan kemandirian keluarga pasien maupun klien itu sendiri (subjek) untuk melakukan teknik pijat punggung pada pasien hipertensi.

2. Bagi tempat penelitian

   Diharapkan dapat memperluas ilmu pengetahuan dan teknologi tentang penerapan dalam keperawatan mengenai terapi pijat punggung (non farmakologi), yang bertujuan untuk menurunkan tingkat nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi.

3. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan dapat menjadi sebuah sumber masukan untuk menambah pengetahuan atau wawasan terhadap penelitian terkait penanganan nyeri pada pasien dengan hipertensi. Dapat juga sebagai konsep ilmu pembelajaran keperawatan dan sebagai referensi di perpustakaan Poltekkes Kemenkes Medan (jurusan keperawatan).