BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Ekasari *et al*, (2021) Hipertensi adalah kondisi dimana tekanan darah melebihi batas normal baik sistole maupun diastole. Kondisi ini juga lebih dikenal sebagai penyakit tekanan darah tinggi. Tekanan darah yang dianggap normal biasanya adalah 120/80 mmHg atau lebih rendah. Cita & Ka'arayeno (2022) menjelaskan gejala yang mungkin dialami oleh penderita Hipertensi seperti sakit kepala dini hari, sesak napas, jantung berdebar, gangguan penglihatan, nokturia, pusing dan telinga berdengung. Saputra & Huda (2023) Hipertensi yang tidak segera ditangani dapat mengakibatkan masalah seperti stroke, penyakit jantung, gagal ginjal dan gangguan penglihatan yang disebabkan oleh kerusakan pada pembuluh darah di ginjal. Hipertensi menyebabkan sekitar 45% kematian akibat penyakit jantung dan 51% kematian akibat stroke.

Organisasi kesehatan dunia (*WHO*) melaporkan bahwa pada tahun 2023 jumlah penderita Hipertensi di seluruh dunia mencapai 1,3 miliar (*WHO*, 2023). Menurut data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 angka Hipertensi di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada kelompok usia 18-24 tahun sebesar 0,4%, usia 25-34 tahun sebesar 1,8%, usia 35-44 tahun sebesar 5,2%, usia 45-54 tahun sebesar 11,8%, usia 55-64 tahun sebesar 18,7%, usia 65-74 tahun sebesar 23,8% dan usia 75+ sebesar 26,1%. Prevelensi penderita Hipertensi di Sumatera Utara mencapai 25,4%. Hal ini menunjukkan bahwa prevelensi Hipertensi di Indonesia masih tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, angka penderita hipertensi pada laki-laki sebesar 26,9% sedangkan pada perempuan sebesar 34,7%. Prevelensi penderita hipertensi di Sumatera Utara mencapai 25,4%. Hal ini mengindikasikan bahwa penderita hipertensi di Indonesia lebih tinggi dialami oleh perempuan daripada laki-laki.

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan peneliti di Dinas Kesehatan Kabupaten Tapanuli Tengah menunjukkan penderita Hipertensi yang berusia >15 tahun pada tahun 2024 berjumlah 47.568 jiwa, tahun 2025 berjumlah 48.574 jiwa dan jumlah penderita Hipertensi di puskesmas Pandan

pada tahun 2024 1.904 sedangkan pada tahun 2025 berjumlah 4.195 jiwa (Dinkes Tapteng, 2025). Pada Kelurahan Sihaporas tercatat sekitar 47 jiwa yang mengalami Hipertensi.

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang kompleks karena sering disertai berbagai komorbiditas, salah satunya adalah nyeri kepala, yang secara signifikan menurunkan kualitas hidup lansia (Caponnetto *et al*., 2021). Nyeri kepala pada pasien hipertensi biasanya disebabkan oleh kerusakan pembuluh darah. Nyeri terjadi sebagai respons tubuh terhadap kerusakan jaringan, yang memicu individu untuk merasakan dan merespons rangsangan yang menyakitkan (Ferdisa & Ernawati, 2021).

Nyeri kepala (akut) merupakan masalah yang paling sering dialami oleh penderita Hipertensi dan sangat mengganggu aktivitas sehari-hari (Purqoti *et al*, 2021). Kondisi ini terjadi akibat meningkatnya tekanan darah yang menyebabkan kurangnya pasokan oksigen ke otak yang mengakibatkan metabolisme anaerob dan menghasilkan asam laknat yang akan menstimulasi rangsangan nyeri (Murtiono & Ngurah, 2020). Nyeri kepala yang dialami oleh penderita Hipertensi memiliki karakteristik seperti rasa berat di tengkuk tetapi tidak berdenyut. Sebagian besar nyeri kepala ini disebabkan oleh peningkatan aliran darah dalam pembuluh darah di otak. Proses ini menghasilkan penyempitan pembuluh darah, yang menjadi penyebab utama terjadinya nyeri kepala. Nyeri kepala pada pasien hipertensi apabila tidak ditangani dapat mengakibatkan gangguan tidur, cemas, emosional yang tidak stabil hingga mempengaruhi kualitas hidup pasien (Setiadi *et al*, 2024).

Nyeri Akut adalah pengalaman sensorik atau emosional yang berhubungan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan serangan mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari tiga bulan (SDKI DPP PPNI, 2016). Nyeri pada orang dewasa dapat diukur menggunakan alat pengkajian nyeri antara lain dengan NRS (*Numeric Rating Scale*), VAS (*Visual Analouge Scale*), VRS (*Verbal Descriptor/Rater Scale*).

Nyeri kepala akibat Hipertensi dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi Farmakologis mencakup penggunaan obat-

obatan anti-Hipertensi yang sudah terbukti efektif dalam mengurangi tekanan darah tinggi (Haryanti, *et al*, 2024). Terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri pada Hipertensi yaitu terapi pijat. *Foot massage* merupakan terapi alternative yang efektif dan sederhana untuk dilakukan yang dapat meningkatkan sirkulasi, meningkatkan fleksibilitas sendi, mengurangi rasa sakit, melemaskan otot dan memberikan rasa nyaman kepada pasien.

Foot massage adalah salah satu terapi komplementer yang dapat membantu menurunkan dan menjaga kestabilan tekanan darah. Terapi ini mampu memberikan rasa relaksasi pada otot-otot yang kaku, sehingga terjadi pelebaran pembuluh darah yang berdampak pada penurunan tekanan darah secara konsisten (Ainun, *et al*, 2021). *Foot massage* dapat dijadikan opsi untuk mengendalikan peningkatan tekanan darah dan direkomendasikan dilakukan secara rutin sebagai tindakan keperawatan bagi penderita Hipertensi. *Foot massage* juga berdampak pada tekanan darah serta mengurangi tingkat nyeri (Iswati, 2022).

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Winantuningtyas & Ismoyowati (2024) menunjukkan bahwa terapi *Foot massage* efektif dalam mengatasi nyeri kepala pada pasien penderita Hipertensi. Terapi dilakukan selama 3 hari dengan waktu 10-15 menit. *Foot massage* yang dilakukan memperoleh hasil nyeri kepala hilang dengan skala nyeri 0.

Berdasarkan hasil penelitian Ainun, *et al*, (2021) menunjukkan bahwa terapi *Foot massage* berdampak positif pada penderita Hipertensi, dimana penderita mengalami rileks, mampu berjalan dengan nyaman tanpa ada keluhan nyeri, kaku otot berkurang dan tekanan darah stabil. Penerapan dilakukan selama 3 hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Paneo *et al*, (2023) menunjukkan hasil bahwa terapi *Foot massage* efektif dalam penurunan tekanan darah dan menurunkan skala nyeri. Terapi dilakukan selama 3 hari dengan frekuensi 1 kali dalam sehari dengan durasi 20 menit. Penurunan skala nyeri pada pasien 1 dan 2 yaitu skala nyeri 5 menjadi skala nyeri 1.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus Penerapan Terapi *Foot massage* Untuk Mengatasi Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah studi kasus ini adalah "Bagaimana Penerapan Terapi *Foot massage* Untuk Mengatasi Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Sihaporas Kecamatan Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah?".

C. Tujuan

1. **Tujuan Umum**
   a. Menggambarkan Penerapan Terapi *Foot massage* Untuk Mengatasi Nyeri Akut Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Sihaporas Kecamatan Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah.
2. **Tujuan Khusus**
   a. Menggambarkan karakteristik pasien Hipertensi (umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan)
   b. Menggambarkan nyeri akut sebelum diberikan terapi *Foot massage*
   c. Menggambarkan nyeri akut sesudah diberikan terapi *Foot massage*
   d. Membandingkan nyeri akut sebelum dan sesudah diberikan terapi *Foot massage*

D. Manfaat penelitian

Studi kasus ini diharapkan memberi manfaat bagi:

1. **Bagi peneliti**
   Studi Kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah pengetahuan bagi peneliti selanjutnya, terutama tentang penerapan terapi *Foot massage* untuk mengatasi nyeri akut pada pasien Hipertensi.
2. **Bagi Tempat Peneliti**
   Studi Kasus ini diharapkan dapat menambah keuntungan bagi Keluruhan Sihaporas Kecamatan Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah untuk

menambah petunjuk tentang penerapan terapi *Foot massage* untuk mengatasi nyeri akut pada pasien Hipertensi.

3. **Bagi Institusi D-III Keperawatan Tapanuli Tengah Kemenkes Poltekkes Medan**

   Studi Kasus ini diharapkan bisa menjadi pelengkap yang berguna kepada kualitas pendidikan, bisa dijadikan referensi serta bahan bacaan di ruang belajar prodi D-III keperawatan Tapanuli Tengah Kemenkes Poltekkes Medan.