

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi disebut sebagai *silent killer* karena tidak memiliki tanda dan gejala yang khas. Namun, sebagian besar penderita hipertensi mengeluhkan tengkuk tegang hingga nyeri kepala yaitu ketidaknyamanan pada area kepala mulai dari dagu hingga belakang telinga (Haekal dkk, 2021). Nyeri kepala yang dirasakan penderita hipertensi sebagai akibat adanya tekanan darah yang melonjak drastis secara tiba-tiba. Tekanan tinggi ini menyebabkan pembuluh darah otak melebar, kaku, dan memaksa jantung bekerja ekstra yang memicu tekanan di kepala (Damawiyah & Kamariyah, 2022). Nyeri kepala yang dirasakan ini akan berdampak pada penurunan produktivitas dan aktivitas sehari-hari pasien. Untuk itu, diperlukan penanganan yang tepat untuk mencegah berbagai masalah dan komplikasi yang muncul. Salah satunya dengan terapi komplementer berupa *slow stroke back massage* (Nugroho dkk, 2021).

Hipertensi di dunia mencapai sekitar 1,13 miliar individu, diambil dari data prevalensi hipertensi *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2024, artinya 1 dari 3 orang dewasa di dunia terdiagnosis hipertensi. Pada tahun 2025 jumlah penderita hipertensi di dunia diperkirakan akan terus meningkat mencapai 1,5 miliar individu, dengan kematian mencapai 9,4 juta individu. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2024, mencatat prevalensi hipertensi yang dilengkapi komplikasi berkontribusi terhadap 5,3% kasus kematian di Indonesia, menjadikannya penyebab kematian kelima di

semua kelompok umur (Siregar dkk, 2024). Sedangkan untuk Provinsi Jawa Timur berada pada peringkat keenam dari 34 Provinsi di Indonesia dengan tingkat prevalensi hipertensi tertinggi, mencapai 36,3% (Badan Pusat Statistik, 2024). Perkiraan jumlah pengidap hipertensi sekitar 11.686.430 jiwa, dengan proporsi pria sebesar 48,3% dan wanita sebesar 51,6%. Namun, data menunjukkan bahwa hanya 49,7% atau sekitar 5.806.592 penderita hipertensi yang mendapatkan perawatan medis (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2024).

Hipertensi Kota Madiun pada tiga bulan terakhir tahun 2025 sebesar 46,86% naik dibanding dengan tahun 2024 sebesar 24,70% penduduk, dengan proporsi laki-laki sebesar 29,19% dan perempuan sebesar 63,78% (Profil Kesehatan Dinas Kota Madiun, 2025). Berdasarkan hasil studi pendahuluan di wilayah kerja RSI Siti Aisyah Madiun kejadian hipertensi pada tahun 2024 sebanyak 2.281 kasus. Sedangkan pada tiga bulan terakhir tahun 2025 yaitu bulan Agustus terdapat 139 kasus, bulan September 150 kasus, bulan Oktober 147 kasus (Data Rekam Medis RSI Siti Aisyah Madiun, 2025).

Secara umum, terjadinya hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko yang saling berkaitan. Faktor perilaku seperti mengonsumsi makanan tinggi garam dan lemak, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, serta mengonsumsi alkohol berlebihan menjadi pemicu awal peningkatan tekanan darah. Selain itu, faktor non perilaku seperti usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, dan kondisi komorbid seperti obesitas, diabetes mellitus, serta gangguan fungsi ginjal turut berperan dalam proses terjadinya hipertensi (Devi, 2022). Gejala yang sering dialami oleh orang dengan hipertensi salah

satunya adalah nyeri kepala. Nyeri akibat hipertensi terjadi karena adanya perubahan struktur pada pembuluh darah yang menyebabkan terjadinya penyumbatan, lalu terjadi vasokonstriksi dan gangguan sirkulasi di otak yang meningkatkan resistensi pembuluh darah otak, sehingga memicu nyeri kepala pada penderita hipertensi. Nyeri kepala pada individu dengan hipertensi yang tidak diobati dapat berdampak pada kualitas hidup mereka (Lutfiyatul, 2022). Hipertensi yang tidak terkontrol dalam jangka panjang dapat menimbulkan berbagai dampak yang signifikan terhadap kesehatan. Tekanan darah yang terus meningkat berpotensi menyebabkan kerusakan organ seperti jantung, otak, ginjal dan mata. Manifestasi klinis yang dapat muncul antara lain penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke, gagal ginjal kronik, serta retinopati hipertensi. Dampak tersebut tidak hanya menurunkan kualitas hidup tetapi juga meningkatkan beban ekonomi dan pelayanan kesehatan (Nugroho dkk, 2021).

Tidak semua pasien hipertensi bisa mengatasi masalah nyeri kepala secara mandiri, sehingga memerlukan bantuan dari tenaga kesehatan. Berikut merupakan salah satu penatalaksanaan nyeri kepala pada pasien hipertensi secara non farmakologis yaitu dengan menerapkan *slow stroke back massage* (Putri & Mazarina, 2022). *Slow stroke back massage* dilakukan dengan mekanisme mengusap punggung yang dapat mempengaruhi system saraf otonom yang memicu munculnya respon relaksasi serta meredakan nyeri dengan mekanisme pelepasan endorphen yang menghambat transmisi stimulus nyeri sehingga nyeri kepala pada penderita hipertensi dapat berkurang (Damawiyah & Kamariyah, 2022). Menurut *Taylor's Handbook of*

Clinical Nursing Skills (Lynn, 2019), *slow stroke back massage* dilakukan dengan beberapa pendekatan, salah satu metode yang dilakukan ialah mengusap kulit klien secara perlahan dan berirama dengan gerakan sirkular yang memiliki 6 langkah gerakan, masing-masing gerakan dilakukan 10 kali dalam waktu 1 menit 40 detik dan dapat dilakukan 1-2 kali perhari dengan waktu 10-15 menit sebagai upaya menjaga atau mengontrol tekanan darah. Dengan penekanan berirama pada daerah torakal 10 sampai 12 dan lumbal 1 yang merupakan sumber persarafan akan meningkatkan relaksasi dengan menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis sehingga hal ini dapat menyebabkan seseorang akan merasa tenang dan rileks. *Slow stroke back massage* mampu merileksasikan otot, tendon, dan ligament sehingga dapat meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis kemudian mengakibatkan terjadinya pelebaran pada vena dan arteri disemua sistem peredaran pembuluh darah perifer, menurunnya hitungan detak dan kekuatan kerja jantung sehingga terjadi tahanan yang berkurang pada perifer yang mengakibatkan penurunan tekanan darah (Pratiwi dkk, 2020).

Hal tersebut sesuai dengan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Sormin, Susyanti , dan Pratama tahun (2022), penerapan teknik *slow stroke back massage* efektif untuk mengatasi nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi. *Slow Stroke Back Message* (SSBM) merupakan salah satu tindakan massage pada punggung dengan usapan yang perlahan selama 10 sampai 20 menit dan dilaksanakan 3 kali pertemuan dalam satu minggu, dengan kedua tangan

menutup area selebar 5 cm di luar tulang belakang yang dimulai pada bagian tengah punggung bawah ke area atas area belahan bahu kanan dan kiri (Salvo, 2016). Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Sumadi, Sarifah, dan Widyastuti tahun (2018), massage punggung adalah metode non farmakologi sederhana yang memberi kenyamanan, yang dapat meredakan ketegangan, merilekskan pasien dan meningkatkan sirkulasi. Cara kerja dari massage ini menyebabkan terjadinya pelepasan endorpin, sehingga memblok transmisi stimulus nyeri.

Dalam Islam sudah dijelaskan sebagaimana tercantum dalam QS Ar-Ra'd: 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya : “(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram”.

Dari ayat diatas dapat kita pahami bahwa dalam konteks kesehatan, ketenangan batin ini memiliki peran penting dalam menurunkan stres, kecemasan, dan tekanan emosional, faktor-faktor yang sering memperburuk kondisi fisik seperti hipertensi dan nyeri kepala. Bila dikombinasikan dengan terapi fisik seperti *slow stroke back massage*, maka efeknya bisa lebih komprehensif mengurangi nyeri kepala, menstabilkan tekanan darah, dan menenangkan jiwa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Bagaimana Penerapan Terapi *Slow Stroke*

Back Massage Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Ruang Marwa RSI Siti Aisyah Madiun ? ”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum :

Untuk melakukan penerapan terapi *slow stroke back massage* pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Marwa RSI Siti Aisyah Madiun.

1.3.2 Tujuan Khusus :

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSI Siti Aisyah Madiun.
2. Menegakkan diagnosis keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSI Siti Aisyah Madiun.
3. Merencanakan intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSI Siti Aisyah Madiun.
4. Melakukan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSI Siti Aisyah Madiun.
5. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSI Siti Aisyah Madiun.
6. Mendokumentasikan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di RSI Siti Aisyah Madiun.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu keperawatan khususnya dalam pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

1.4.2 Praktis :

1. Bagi Penulis

Penelitian ini memberikan pengalaman langsung dalam menerapkan intervensi *slow stroke back massage* pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri akut. Selain itu, penulis memperoleh pemahaman yang lebih mendalam terkait keberhasilan dari terapi *slow stroke back massage* pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri akut.

2. Bagi Pasien

Memberikan informasi baru kepada pasien dan keluarga tentang cara yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri pada pasien hipertensi.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi acuan dalam memberikan intervensi non-farmakologis yang efektif, sederhana, dan aman dalam praktik keperawatan. Hal ini juga dapat meningkatkan peran aktif perawat dalam penanganan pasien hipertensi dengan masalah nyeri akut.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian lebih lanjut terkait efektivitas intervensi *slow stroke back massage* dalam

masalah keperawatan nyeri akut khususnya pada pasien hipertensi. Peneliti selanjutnya juga dapat mengembangkan metode yang berhubungan dengan terapi yang diberikan pada hipertensi dengan permasalahan nyeri.

5. Bagi Rumah Sakit

Penerapan terapi *slow stroke back massage* dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis komplementer dalam membantu menurunkan intensitas nyeri dan memberikan rasa nyaman pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut. Penerapan intervensi ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan bagi rumah sakit dalam mengembangkan pelayanan keperawatan yang holistik, aman, dan berorientasi pada kenyamanan pasien, serta mendukung peningkatan mutu asuhan keperawatan.