

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah suatu kondisi di mana tekanan darah dalam pembuluh arteri mengalami peningkatan secara terus menerus dalam periode waktu tertentu. Kondisi ini disebabkan oleh terjadinya penyempitan pada pembuluh darah kecil (arteriol) yang menghambat aliran darah, sehingga tekanan yang diterima dinding arteri menjadi lebih tinggi. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung lama maka beban kerja jantung akan meningkat serta pembuluh darah, dan jika tidak ditangani dengan baik maka terjadi kerusakan pada organ-organ vital. Hipertensi berperan besar dalam meningkatnya risiko terjadinya penyakit kardiovaskular, gangguan ginjal, stroke, serta komplikasi lainnya yang berkontribusi pada tingginya angka kesakitan dan kematian (Anggraini et al., 2020).

Hipertensi masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang sering ditemukan di Indonesia dan jumlah penderitanya terus bertambah. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, sekitar 34% penduduk usia lebih dari 18 tahun mengalami hipertensi. Angka ini menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan dibandingkan tahun 2013 yang hanya mencapai 25,8%. (Rahmanti et al., 2022) . Angka tersebut cenderung meningkat di tingkat provinsi, di mana Provinsi Jawa Timur memiliki angka hipertensi tercatat 36,3%, sehingga menempatkan provinsi ini sebagai salah satu daerah dengan angka hipertensi tertinggi secara nasional (Nugroho et al., 2022). Kondisi yang lebih mengkhawatirkan juga terlihat di tingkat kabupaten, khususnya di

Kabupaten Jember, yang berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur tercatat memiliki prevalensi hipertensi sebesar 6,63% atau sekitar 730.254 penduduk, sehingga menjadikan Kabupaten Jember berada pada peringkat keempat tertinggi di Provinsi Jawa Timur. Tingginya prevalensi hipertensi di berbagai tingkatan wilayah tersebut menunjukkan bahwa permasalahan ini memerlukan penanganan yang menyeluruh dan dilakukan secara berkelanjutan, terutama di daerah dengan beban kasus yang tinggi seperti Kabupaten Jember (Agung et al., 2023).

Secara patofisiologis, peningkatan tekanan darah pada hipertensi menyebabkan gangguan regulasi hemodinamik melalui peningkatan aktivitas saraf simpatis yang menyebabkan peningkatan frekuensi detak, kekuatan kontraksi miokard, serta penyempitan pembuluh darah. Keadaan tersebut menyebabkan meningkatnya tekanan darah secara terus-menerus. (Damayanti et al., 2023). Kondisi ini dapat menyebabkan terhambatnya aliran darah menuju otak, sehingga suplai oksigen ke jaringan otak berkurang. Kekurangan oksigen tersebut memicu terjadinya metabolisme anaerob di jaringan otak yang menghasilkan penumpukan asam laktat. Akumulasi asam laktat ini kemudian merangsang ujung saraf nyeri (nociceptor), sehingga timbul sensasi nyeri, terutama nyeri kepala. Selain itu, peningkatan tekanan intrakranial akibat tekanan darah yang tinggi juga berperan dalam menimbulkan rasa tertekan, berat di tengkuk, dan kaku pada leher. Nyeri kepala yang dialami pasien hipertensi umumnya bersifat akut, muncul saat tekanan darah meningkat, dan dapat mengganggu aktivitas, kenyamanan, serta kualitas hidup pasien apabila tidak ditangani secara adekuat (Astanti, et al, 2022).

Beberapa Hipertensi dapat menimbulkan gejala yang umum oleh individu dengan hipertensi seperti sakit kepala belakang , terasa pegal di area tengkuk, mual, muntah, kesulitan bernapas, dan penglihatan buram. Sakit kepala menjadi masalah umum dikalangan penderita hipertensi, yang seringkali dikategorikan sebagai nyeri kepala, sehingga memerlukan terapi nonfarmakologis untuk pengelolaan nyeri. Untuk mengatasi keluhan nyeri kepala pada pasien hipertensi, dapat digunakan tindakan keperawatan nonfarmakologis sebagai salah satu solusinya.. Salah satu intervensi yang dapat diterapkan adalah *Slow Back Massage* (SBM), yaitu teknik pijat punggung dengan usapan perlahan yang bertujuan untuk memberikan relaksasi dan mengurangi ketegangan otot. Terapi ini dapat merangsang pelepasan endorfin sehingga menurunkan persepsi nyeri sekaligus meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis yang berkontribusi pada penurunan tekanan darah (Takhani, N., & Riniasih, 2025).

Berdasarkan hal tersebut, intervensi *Slow Back Massage* sebagai salah satu solusi pendekatan yang efektif dan aplikatif untuk menangani salah satu solusi keperawatan yang efektif dan yang efektif dan aplikatif dalam menangani masalah nyeri kepala pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, penerapan asuhan keperawatan dengan fokus intervensi *Slow Back Massage* perlu dilakukan sebagai bagian dari upaya peningkatan kualitas pelayanan keperawatan, khususnya pada pasien hipertensi dengan keluhan nyeri kepala (Takhani, N., & Riniasih, 2025).

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana implementasi *Slow Back Massage* untuk menurunkan nyeri akut pada pasien hipertensi?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mendeskripsikan implementasi *Slow Back Massage* dalam upaya menurunkan nyeri akut pada pasien hipertensi di RS.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan pengkajian pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri akut.
2. Mendeskripsikan implementasi *Slow Back Massage* upaya untuk mengatasi nyeri akut pada pasien hipertensi.
3. Mendeskripsikan evaluasi pemberian *Slow Back Massage* untuk menurunkan nyeri akut.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap penguasaan ilmu keperawatan, khususnya di keperawatan medikal bedah yang melibatkan intervensi nonfarmakologis seperti *Slow Back Massage* untuk bagian dari asuhan keperawatan untuk pasien hipertensi yang mengalami nyeri akut.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Perawat

Hasil studi ini diharapkan bisa menjadi referensi dan acuan bagi perawat dalam mengaplikasikan *Slow Back Massage* sebagai tindakan keperawatan mandiri yang dapat menurunkan nyeri akut untuk pasien hipertensi.

2. Bagi Rumah Sakit

Membantu meningkatkan mutu pelayanan keperawatan serta pengembangan standar operasional prosedur berbasis evidence-based nursing, menjadi sumber pembelajaran dan referensi tambahan bagi institusi pendidikan keperawatan, serta memberikan manfaat langsung

3. Bagi Pasien

Membantu meningkatkan kenyamanan, menurunkan intensitas nyeri akut, dan menambah pemahaman mengenai alternatif terapi nonfarmakologis dalam perawatan hipertensi.