

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi adalah kondisi dimana tekanan darah meningkat melebihi batas normal, yaitu lebih dari 140/90 mmHg, yang dapat menyebabkan risiko serius hingga kematian. Penyakit ini sering dikatakan sebagai the silent killer (Syarli & Arini, 2021). Hipertensi merupakan kondisi di mana tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg, yang beresiko membahayakan kesehatan masyarakat serta berpotensi menimbulkan komplikasi. (Nova Nur Hidayah, Ari Pebru Nurlaily, 2022). Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah meningkat akibat gangguan pada pembuluh darah, sehingga oksigen dan nutrisi ke jaringan tubuh yang membutuhkannya menjadi terganggu. (Fernalia, Buyung Keraman, 2021)

Hipertensi adalah salah satu penyebab utama kematian dini secara global dan menjadi masalah kesehatan yang signifikan karena berperan sebagai faktor risiko utama bagi berbagai penyakit serius seperti penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes mellitus, dan stroke. Penderita hipertensi kerap tidak menyadari adanya gejala atau tanda-tanda penyakit ini, sehingga tidak memperoleh pengobatan dan penanganan secara dini. Hipertensi dipengaruhi oleh dua jenis faktor risiko, yaitu faktor yang tidak bisa diubah (seperti usia, jenis kelamin, dan faktor keturunan), serta faktor yang berkaitan dengan gaya hidup penderita, seperti merokok, pola makan rendah serat, konsumsi makanan berlemak tinggi, asupan natrium dan garam yang berlebihan, kurang berolahraga, stress, kelebihan berat badan atau obesitas, serta konsumsi alkohol. (Fernalia, Buyung Keraman, 2021)

Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2022 mencatat sekitar 9,4 juta meninggal akibat hipertensi (WHO dalam Fitriyatun & Putriningtyas, 2022) Berdasarkan data Riset Kesehatan dasar (Riskesdas) prevelensi hipertensi Jumlah kasus hipertensi di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 36.309.620 orang (Kemenkes RI dalam Rika Widianita,

2023). Pada tahun 2022 tercatat jumlah penderita hipertensi di NTT mencapai 65.194 (Natalia et al., 2023). Sedangkan pada tahun 2021 penderita hipertensi di kabupaten sumba barat mencapai 5.276 jiwa, dan pada tahun 2022 mencapai 3.377 jiwa (Dinas Kesehatan Sumba Barat 2023, n.d.). Data yang di dapat dari Rumah Sakit Umum daerah Waikabubak mencatat bahwa jumlah penderita hipertensi dari tahun 2020 hingga 2022 tidak berkurang tetapi bertambah dengan jumlah penderita mencapai 997 jiwa (RSUD Waikabubak, 2023).

Hipertensi yang tidak dikelola dengan baik dapat menyebabkan berbagai komplikasi. Beberapa komplikasi yang umum terjadi akibat tekanan darah tinggi antara lain kerusakan pada pembuluh darah di otak, stroke, gangguan fungsi ginjal, gagal jantung, sindrom metabolic, bahkan dapat berujung pada kematian. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan hipertensi meliputi pola makan yang tidak sehat, aktivitas fisik, makanan, konsumsi makanan tinggi garam dan stres. Dalam konteks ini, stres merangsang sistem saraf simpatik, yang menyebabkan peningkatan curah jantung dan vasokonstriksi arterioli, merangsang kelenjar adrenal untuk melepaskan hormon adrenalin, membuat jantung berdetak lebih cepat dan lebih kuat, dan meningkatkan tekanan darah. Hipertensi dapat dikelola menggunakan dua pendekatan: farmakologis dan non farmakologis (Aditya & Khoiriyah, 2021)

Ada beberapa contoh terapi nonfarmakologis, salah satunya adalah pijat punggung. terapi pijat punggung ini telah di teliti dan dilakukan oleh (Aditya & Khoiriyah, 2021). Pijat punggung merupakan teknik mengusap menggunakan telapak tangan atau ujung jari, yang dapat dilakukan dengan tekanan ringan maupun sedang. Usapan ringan umumnya digunakan untuk meratakan minyak pijit, sebagai tahap awal pemijatan, atau untuk merilekskan otot yang telah distimulasi oleh gerakan sebelumnya. Terapi pijat punggung juga terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik serta membantu menurunkan tekanan darah diastolik. Pijat memiliki efek langsung: perasaan rileks. Ini karena pijat punggung melebarkan pembuluh darah, mengendurkan otot, dan meningkatkan produksi endorfin dan serotonin di otak, sehingga meningkatkan kondisi mental. (Sholihah & Aktifah, 2021)

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis akan melakukan penelitian dengan judul implementasi terapi pijat punggung untuk mengurangi nyeri pada pasien hipertensi

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran implementasi terapi pijat punggung untuk mengurangi nyeri pada pasien hipertensi

## **C. Tujuan Penelitian**

Menggambarkan implementasi terapi pijat punggung untuk mengurangi nyeri pada pasien hipertensi

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi tempat penelitian

Hasil studi kasus ini dapat bermanfaat untuk meningkatkan kinerja pelayanan dalam memberikan implementasi terapi pijat punggung untuk mengurangi nyeri pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Waikabubak

### 2. Bagi perkembangan ilmu keperawatan

Diharapkan studi kasus ini dapat memperluas pengetahuan dan pemahaman bagi tenaga keperawatan, khususnya dalam penerapan terapi pijat punggung sebagai implementasi untuk mengurangi nyeri pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Waikabubak

### 3. Bagi pasien, keluarga dan masyarakat

Sebagai tambahan informasi dan pengetahuan pasien, keluarga, maupun masyarakat tentang implementasi terapi pijat punggung untuk mengurangi nyeri pada pasien hipertensi di rumah sakit umum daerah waikabubak

### 4. Bagi penulis

Memperoleh pengalaman baru bagi penulis atas informasi yang diperoleh selama studi kasus dilakukan dan dapat mengimplementasikan terapi pijat punggung untuk mengurangi nyeri pada pasien hipertensi di rumah sakit umum daerah waikabubak.