

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah penyebab utama kematian di seluruh dunia; menurut isolated systolic hypertension (ISH), 600 juta orang di seluruh dunia menderita hipertensi, dan 3 juta di antaranya meninggal setiap tahun. Penyakit hipertensi dimulai pada usia 18 tahun, menyerang pria hingga 24%, dan menyerang wanita hingga 20,5%. Menurut WHO (2023), hipertensi didefinisikan sebagai suatu kondisi ketika tekanan darah secara konsisten di atas 140/90 mmHg dan berpotensi serius jika tidak ditangani. Kebanyakan orang dengan hipertensi tidak diketahui penyebabnya (Maulana et al., 2024).

Di Afrika, prevalensi hipertensi tertinggi adalah 27%, sedangkan di Amerika Serikat adalah 18%, menurut data WHO tahun 2023. Antara tahun 1975 dan 2015, jumlah penderita hipertensi meningkat dari 594 juta menjadi 1,13 juta. Diperkirakan sekitar 70 juta warga Indonesia tambahan menderita hipertensi (Rokom, 2023). Di Jawa Tengah, 41.686 orang menderita hipertensi (Riskesdas, 2018). Menurut data riskesdas tahun 2018, 1.471 orang di Kabupaten Grobogan mengalami hipertensi.

Dengan prevalensi hipertensi pada tahun 2018 sebanyak 12,35 kasus dengan usia penderita mendekati 15 tahun (Riskesdas, 2018). Berdasarkan survei yang diperoleh data Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan tahun 2024, terdapat tiga puskesmas yang memiliki data penderita hipertensi

tertinggi. Diurutan pertama ada puskesmas purwodadi 1 terdapat pasien hipertensi dengan populasi berjumlah 25.814 jiwa, dan urutan kedua puskesmas grobogan terdapat pasien hipertensi dengan populasi berjumlah 24.850 jiwa, yang ketiga ada puskesmas toroh 1 terdapat pasien hipertensi dengan populasi berjumlah 24.699 jiwa.

Tabel 1. 1 Data Kasus Hipertensi Dinkes Kabupaten Grobogan 2024

No.	Puskesmas	Kasus	No.	Puskesmas	Kasus
1.	Purwodadi 1	25.814	16.	Wirosari 1	15.147
2.	Grobogan	24.850	17.	Godong 1	14.382
3.	Toroh 1	24.699	18.	Wirosari 2	14.149
4.	Klambu	24.266	19.	Karangjati	13.798
5.	Ngaringan	22.011	20.	Karangrayung 2	13.725
6.	Tawangharjo	18.372	21.	Tanggungharjo	13.246
7.	Karangrayung 1	18.352	22.	Penawangan 2	12.963
8.	Pulokulon 2	18.286	23.	Godong 2	12.789
9.	Purwodadi 2	18.215	24.	Toroh 2	12.717
10.	Tegowanu	17.775	25.	Gabus 2	12.128
11.	Pulokukon 1	17.554	26.	Gabus 1	11.567
12.	Gubug 1	17.225	27.	Kradenan 1	11.003
13.	Geyer 1	16.415	28.	Penawangan 1	9.687
14.	Brati	15.972	29.	Gubug 2	8.912
15.	Kradenan 2	15.282	30.	Geyer 2	7.104

Berdasarkan pengambilan data oleh peneliti di wilayah UPTD Puskesmas Grobogan ditemukan kasus dari mulai tahun 2023 sampai oktober 2024 telah terjadi 6 kasus kematian akibat hipertensi, dari 6 kasus kematian yang telah diakibatkan hipertensi 94%. Hipertensi di wilayah Puskesmas Grobogan ditahun 2023 terdapat 1,571 (6,32%) penduduk, tahun 2024 terdapat 24,850 (69,55 %) dari total penduduk di wilayah UPTD Puskesmas grobogan, dari tahun ke tahun semakin mengalami peningkatan jumlah penduduk yang berisiko terjadi penyakit hipertensi.

1,13 juta orang di seluruh dunia menderita hipertensi, artinya satu dari tiga orang telah terdiagnosis dengan kondisi tersebut, menurut data Kementerian Kesehatan RI (2019). Menurut perkiraan, akan ada 1,5 juta penderita hipertensi dan 9,4 juta penderita hipertensi dan kesulitan terkait pada tahun 2025 karena jumlah penderita hipertensi masih terus meningkat setiap tahunnya. Menurut data SKI tahun 2023 yang menunjukkan terdapat 82.177 penderita hipertensi di Jawa Tengah, Indonesia diperkirakan akan terus berkembang seiring dengan negara-negara lain di dunia (BPS, 2018).

WHO (2021) melaporkan bahwa dalam tiga tahun terakhir, jumlah orang berusia 30 hingga 79 tahun yang menderita hipereksitabilitas meningkat dari 650 juta menjadi 1,28 juta. Terlepas dari kenyataan bahwa 720 juta orang menderita hipertensi (53% wanita dan 62% pria), tidak satupun dari mereka mendapatkan perawatan yang diperlukan. Sekitar 1 dari 4 wanita dan 1 dari 5 pria dengan hipertensi mendapat manfaat dari tekanan darah terkontrol, yang merupakan pengobatan yang berhasil yang membantu menurunkan tekanan darah ke kisaran normal.

Menurut data dari Kemenkes (2021) hipertensi menyebabkan komplikasi seperti stroke dan penyakit kardiovaskular. Secara umum, prevalensi hipertensi 30-45% pada sekitar orang dewasa dan angka ini meningkat seiring pertambahan usia, mencapai >60% pada usia 60 tahun.

Sakit kepala hipertensi disebabkan oleh kerusakan pembuluh darah perifer. Perubahan struktur arteri kecil dan arteriol dapat menyebabkan penyumbatan pembuluh darah, sakit kepala adalah tanda khas tekanan darah

tinggi. Sebuah penelitian terhadap individu hipertensi menemukan bahwa 58% dari mereka mengalami sakit kepala, dengan frekuensi yang lebih tinggi yaitu 73%. Selanjutnya menurut Surya dan Yusri (2022), 40% pasien mengalami nyeri kepala ringan, 28% mengalami nyeri kepala sedang, dan 5% mengalami nyeri kepala berat.

Pijat punggung *slow stroke back massage* adalah salah satu metode non-farmakologis terbaik untuk mengobati ketidaknyamanan sakit kepala. Untuk memberikan efek menenangkan dan rileks, teknik ini melibatkan membelai punggung Anda secara perlahan dan lembut. Sentuhan kecil ini dapat meningkatkan aliran darah, mengendurkan otot yang kaku, dan mengurangi ketegangan mental. Selain itu, pijatan ini merangsang endorfin, yang merupakan bahan kimia yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami tubuh dan dapat menghalangi jalannya impuls nyeri (Fatimah & Pujiastuti, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan Surya dan Yusri (2022) tentang efektivitas terapi pijat punggung stroke lambat pada nyeri kepala pada pasien hipertensi, hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi pijat punggung stroke lambat efektif dalam mengurangi nyeri kepala.

Untuk penanganannya yaitu pijat punggung dengan gerakan lambat, lembut, dan berirama menggunakan tekanan ringan dengan pemijatan di area kepala belakang dan pundak agar meredakan nyeri kepala lebih cepat. dengan durasi 5-15 menit. Penanganan nyeri kepala menggunakan *slow stroke back massage* yaitu untuk membantu meredakan nyeri, membantu

merileksasikan, memberikan rasa nyaman, meningkatkan peredaran darah, membantu pelepasan endorfin yang dapat meredakan rasa nyeri.

Studi pendahuluan ini dilakukan oleh peneliti pada tanggal 12 Desember 2024 di wilayah kerja Puskesmas Grobogan. Desa Rejosari terdapat 304 jiwa penderita hipertensi. Studi pendahuluan ini dilaksanakan di desa rejosari dusun plosonambangan, dari pemeriksaan tekanan darah dan pengukuran skala nyeri dengan responden yang mengalami tekanan darah tinggi selama pelaksanaan program posyandu integrasi layanan primer (ILP). 11 responden yang menderita hipertensi ditemukan melalui penelitian tersebut, dengan 6 di antaranya melaporkan gejala nyeri kepala dan 5 tidak mengalaminya. Dalam hal nyeri kepala, 4 responden biasanya menggunakan metode non-farmakologis, seperti memijat area nyeri kepala dan punggung, atau metode farmakologi, seperti menggunakan obat-obatan yang diresepkan dari dokter. Mengingat masalah ini, peneliti ingin melakukan penelitian tentang teknik pijat non-farmakologis, khususnya menerapkan pijat punggung *slow stroke back massage* ke kepala. Berdasarkan uraian di atas, penulis ingin melakukan penelitian tentang efektivitas *slow stroke back massage* pada nyeri kepala penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Grobogan.

Berdasarkan penjelasan di atas, para peneliti sangat ingin memahami efektivitas *slow stroke back massage* pada nyeri kepala pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Masalah yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah "pengaruh *slow stroke back massage* terhadap nyeri kepala pada penderita hipertensi", yang didasarkan pada informasi latar belakang yang diberikan sebelumnya.”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

- a. Untuk mengetahui efektivitas pemberian *slow stroke back massage* (ssbm) terhadap nyeri kepala pada penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengkaji bagaimana efektivitas pemberian *slow stroke back massage* (ssbm) terhadap nyeri kepala pada pasien hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat secara teori

Temuan penelitian ini harus mendukung hipotesis bahwa *slow stroke back massage* (ssbm) membantu pasien hipertensi mengatasi nyeri kepala.

b. Keuntungan yang Berguna

Hasil berikut diantisipasi dari penelitian ini:

a. Untuk Umum

Untuk menggunakan teknik *slow stroke back massage* (ssbm), diharapkan penelitian ini dapat dimanfaatkan secara lebih luas sebagai sumber pengetahuan, ilmu pengetahuan, dan pemahaman yang lebih baik.

E. Sistematika Penulisan

Sistem penulisan skripsi dijelaskan pada bagan di bagian ini. Berikut ini adalah metodologi umum penulisan skripsi :

Tabel 1. 2 Sistematika Penulisan Skripsi

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan , berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan peneliti, sistematika penulisan dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan Pustaka , berisi tentang dan desain penelitian, teori yang digunakan untuk penelitian serta menggambarkan dalam teori penelitian.
BAB III	Metodeologi Penelitian , berisi tentang konsep metodeologi mulai dari jenis, design dan rancangan penelitian, populasi, sampel, definisi operasional, instrumen penelitian, uji instrumen penelitian, dan analisa data serta etika dalam penelitian
BAB IV	Hasil Penelitian , berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisa data penelitian (hasil uji statistik).
BAB V	Pembahasan , berisi tentang pembahasan hasil dan keterbatasan penelitian.
BAB VI	Penutup , berisi tentang simpulan dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil peneliti.

F. Penelitian Terkait

1. Studi "Efektivitas Terapi *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi"(Surya & Yusri, 2022) menggunakan metodologi kuantitatif. 21 responden diperoleh dengan menggunakan metodologi sampling non probability yang dikombinasikan dengan teknik sequential sampling. Sebagian besar peserta berusia antara 25 dan 50 tahun, menurut analisis data, dan ada perbedaan 3,24 pada sakit kepala sebelum dan sesudah pijat punggung *slow stroke*. Menurut hasil tes t-dependent, SSBM berhasil mengatasi masalah sakit kepala pasien hipertensi (nilai $p = 0,000$; $p < 0,05$)

Judul, waktu, teknik pengumpulan data dan lokasi penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya.

2. Pengaruh teknik *slow stroke back massage* (ssbm) terhadap penurunan nyeri kepaladan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di desa Batu Belah wilayah kerjs puskesmas air tiris menjadi judul penelitian yang dilakukan oleh Mahfuzah dkk. pada tahun 2023. 12 responden dikumpulkan melalui penggunaan prosedur purposif dan nonprobability sampling. Nilai GIS menunjukkan efek tekanan darah dan sakit kepala sebelum dan sesudah perawatan *slow stroke back massage* (SSBM) bersekor 2 0,00 dengan penurunan sakit kepala sebesar 2,34, tekanan darah diastolik sebesar 12,5 dan tekanan darah sistolik sebesar 30,84. Judul, waktu, teknik pengumpulan data dan lokasi penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya.