

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi menjadi salah satu penyebab terjadinya gagal jantung kongestif serta penyakit cerebrovaskuler, dimana hipertensi tersebut menjadi faktor penyebab terjadinya kematian (Istyawati et al., 2020). Hipertensi sendiri didefinisikan sebagai tekanan pembuluh darah arteri yang meningkat di atas 140/90 mmHg (Ampofo et al., 2020). Penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan yang semestinya. Hipertensi yang tidak mendapat pengobatan atau penanganan yang baik dapat menyebabkan komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, diabetes melitus, gagal ginjal dan kebutaan. Stroke (51%) dan penyakit jantung koroner (45%) menjadi penyebab kematian tertinggi (Sumadi et al., 2020).

Menurut hasil Riskesdas tahun 2023 total yang terkena hipertensi di provinsi Jawa Tengah mencapai 37,57% dengan perempuan 40,17% dan laki-laki 34,83. Prevalensi hipertensi pada jenis kelamin perempuan lebih tinggi dibandingkan pada pria, untuk perempuan menunjukkan 40,17% sedangkan untuk pria 34,01%. Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (34,43%) dibandingkan dengan pedesaan (33,72%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur (Kemenkes RI, 2019). Data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan prevalensi hipertensi sebesar 29,2% berdasarkan hasil pengukuran, dengan Provinsi Jawa Tengah memiliki 31,3%, yang jauh lebih tinggi dari nilai nasional (Kemenkes RI, 2024).

Masalah umum yang sering dirasakan oleh penderita hipertensi biasanya nyeri kepala, pandangan kabur dan berputar, kaku pada leher, nyeri dada, cepat merasa letih ketika beraktivitas serta susah tidur (Adrian & Tommy,

2019). Menurut Rikesdas (2023) menunjukkan hasil 60% pasien hipertensi yang mengalami kualitas tidur yang buruk.

Pembuluh darah yang mengalami penyempitan menyebabkan distribusi oksigen serta zat yang dibutuhkan sel tubuh terhambat, termasuk distribusi yang menuju ke sel otak. Nyeri kepala ini terjadi karena gangguan suplai oksigen dan nutrisi. Nyeri kepala yang dirasakan pasien hipertensi bila tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan gangguan tidur, cemas, emosional yang tidak stabil dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien. Intervensi yang dilakukan untuk meredakan nyeri kepala pada pasien hipertensi bisa dilaksanakan dengan tindakan farmakologis atau non farmakologis. Farmakologis dengan cara penggunaan obat yang diresepkan dokter, sedangkan non farmakologis dengan menggunakan alternatif lain seperti penggunaan terapi massage agar pembuluh darah menjadi rileks sehingga alirannya lancar (Fresia, 2021).

Studi kasus dalam Karya Ilmiah Akhir ini menggunakan terapi relaksasi *Slow Stroke Back Massage (SSBM)*. *SSBM* ini terapi manipulasi dengan pijatan lembut pada jaringan yang bertujuan yang memberikan efek terhadap fisiologis terutama pada vaskular, muskular, dan sistem saraf pada tubuh. *SSBM* bermanfaat bagi kesehatan, meningkatkan kualitas tidur dan memberikan relaksasi secara menyeluruh. *SSBM* merupakan teknik massage seperti selang seling tangan, remasan, gesekan adalah salah satu teknik yang dapat digunakan dalam massage (Wowor et al., 2022).

Data pasien di Rumah Sakit Krisen Ngesti Waluyo Parakan dengan Hipertensi selama bulan Januari sampai dengan Maret sebanyak 73 orang. Pelaksanaan peningatan kualitas tidur pasien di rumah sakit masih didominasi oleh pemberian obat, sedangkan penatalaksanaan non-farmakologis yang paling sering dilakukan adalah teknik relaksasi nafas, namun pemberian *SSBM* belum pernah diterapkan dalam penatalaksanaan peningkatan kualitas tidur pada pasien, khususnya pada pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Hipertensi seringkali menjadi faktor resiko terjadinya kerusakan organ seperti otak, jantung, ginjal, pembuluh darah besar dan pembuluh darah perifer dimana memerlukan perbaikan secepatnya (Laurensia et al., 2022; Rossi et al., 2021). Tanda gejala hipertensi yang sering terjadi pada penderita hipertensi adalah pusing, mudah lelah, mata berkunang-kunang, emosi yang tidak terkontrol, kualitas tidur berkurang, nafas makan tidak teratur, merasakan nyeri pada leher bagian belakang (Maulana, 2022). Diagnosa keperawatan yang sering menjadi permasalahan pada kasus hipertensi di antaranya risiko penurunan curah jantung, nyeri akut (nyeri kepala), risiko perfusi jaringan tidak efektif, gangguan pola tidur (Harefa, 2019).

Penatalaksanaan peningkatan durasi tidur pada pasien hipertensi dapat dilakukan dengan pendekatan terapi komplementer. Salah satu terapi

komplementer yang dapat digunakan adalah *slow stroke back massage* (*SSBM*). *Slow stroke back massage* (*SSBM*) menjadi salah satu cara yang dapat diimplementasikan sebagai metode meningkatkan relaksasi tubuh serta dapat meningkatkan kadar hormon kebahagiaan serta menurunkan hormon kortisol, norepinephrine, dan dopamine. Terapi *slow stroke back massage* (*SSBM*) bisa dilakukan oleh siapa pun, sehingga dapat dilakukan secara mandiri tanpa tenaga medis (Mobalen et al., 2020), sehingga dapat dirumuskan masalah keperawatan sebagai berikut: “Bagaimana Efektifitas *Slow Stroke Back Massage* (*SSBM*) dalam meningkatkan durasi tidur dan penurunan tekanan darah pada pasien Hipertensi dengan Masalah Keperawatan gangguan pola tidur di Ruang Dahlia Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan 2025.”

C. Tujuan Penulisan

Penulis mampu melakukan analisis kasus dan mengetahui Efektifitas *Slow Stroke Back Massage* (*SSBM*) dengan Masalah Keperawatan gangguan pola tidur pada Pasien Hipertensi di Ruang Dahlia Rumah Sakit Kristen Ngesti Waluyo Parakan 2025.