

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia (Lanjut usia) merupakan seseorang yang sudah menginjak usia 60 keatas. Lansia mengalami berbagai perubahan baik secara fisik, mental maupun (Lumowa & Rayanti, 2023). Penyakit yang umum dialami oleh lansia biasanya ditandai dengan peningkatan tekanan darah, kadar gula darah yang tinggi, dan peningkatan asam urat. Tekanan darah yang meningkat di atas normal dikenal sebagai hipertensi (Jayanti & Aderita, 2022). Hipertensi perlu diperhatikan lebih lanjut, dikarenakan menyebabkan komplikasi pada organ dan penyakit hipertensi tampaknya tidak menunjukkan gejala yang berarti awal terjadinya penyakit (Rahmawati, et al., 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO), mengatakan bahwa pada tahun 2021, hipertensi dilaporkan diderita oleh 1,13 miliar orang di seluruh dunia, sebagian besar di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Menurut data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa sekitar 63 juta orang di Indonesia memiliki hipertensi, dengan tingkat tertinggi 34,1% di Kalimantan Selatan dan tingkat terendah 22,2% di Papua. Sedangkan angka kejadian hipertensi di Sumatera Barat sebesar 25,8% pada tahun 2013 dan meningkat menjadi 34,1% pada tahun 2018. Angka kejadian hipertensi tertinggi terjadi di Kota Padang pada tahun 2021 sebesar 1327 orang, dengan kejadian hipertensi tertinggi di Puskesmas Alai sebanyak 18,1% atau 253 orang dan Puskesmas Kuranji sebanyak 17,4% atau 231 orang (Dinkes, 2021).

Hipertensi merupakan tekanan yang terjadi pada pembuluh darah seseorang yang dimana tekanan darahnya meningkat diatas normal yaitu

140/90 mmHg. Penyakit jantung dan pembuluh darah merupakan masalah kesehatan yang tersebar luas di negara-negara seperti Indonesia. Hipertensi adalah salah satu penyakit yang menyebabkan gangguan pada pembuluh darah dan banyak diderita oleh masyarakat (Wulandari et al., 2023).

Beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin, keturunan, kebiasaan merokok, obesitas, konsumsi alkohol yang berlebihan dan garam yang berlebih, dan ketidakseimbangan hormon manusia dapat menyebabkan hipertensi. Gejala hipertensi termasuk gangguan tidur, badan sering gelisah dan lelah, pusing dan nyeri di kepala, sering berdebar di dada dan nyeri, sesak nafas. Jika hipertensi tidak diobati, dapat menyebabkan komplikasi seperti serangan jantung, stroke, gagal ginjal, gangguan penglihatan, disfungsi seksual dan lainnya. (Kairupan *et al.*, 2025),

Peningkatan tekanan darah yang disebabkan oleh penyumbatan jantung dan pembuluh darah arteri dan vena menyebabkan nyeri kepala (Aldi & Nurlaily, 2022). Kerusakan vasikuler pembuluh darah menyebabkan nyeri kepala pada pasien hipertensi. Ketika jaringan terluka, tubuh merasa nyeri sebagai reaksi pertahanan, dan orang bereaksi dengan mengirimkan sinyal nyeri lebih mungkin terjadi jika seseorang memiliki hipertensi yang bertahan lama. Tekanan darah hampir setiap orang meningkat seiring bertambahnya usia dan akan terus meningkat hingga usia 80 tahun (Ferdisa & Ernawati, 2021).

Salah satu gejala hipertensi yaitu nyeri kepala, disebabkan oleh kerusakan pada pembuluh darah perifer. Nyeri kepala ini muncul akibat peningkatan tekanan pada dinding pembuluh darah di area leher yang

mengalirkan darah ke otak. Ketika tekanan darah meningkat menuju otak, hal ini dapat menyebabkan ketegangan pada pembuluh darah tersebut, hal ini dapat menekan serabut saraf dan otot di leher, menyebabkan rasa nyeri atau ketidaknyamanan pada area tersebut (Sutomo & Aprilin, 2022).

Pengalaman yang tidak menyenangkan, baik secara sensori dan emosional, yang berhubungan dengan ancaman atau kerusakan jaringan tubuh yang sebenarnya dikenal sebagai nyeri akut. Pengobatan untuk mengatasi agar tidak nyeri dengan obat ACE inhibitor, bersifat diuretik, vasodilator, beta bloker dengan mekanisme kerja dan kepatuhan metode non farmakologis seperti berolahraga secara teratur, menghindari konsumsi garam berlebih, dan melakukan pemijatan pada area kepala pada saat nyeri yaitu dengan menerapkan teknik terapi pijat *Head Massage*.

Teknik yang digunakan dalam *Head Massage* ini mencakup *berbHead* gerakan, seperti *effleurage* (gosokan) dari tengah dahi menuju belakang kepala, melintasi atas daun telinga; *petrissage* (pijatan) pada bagian kepala dari tepi menuju pusat atas kepala (umbun-umbun/parietalis); *friction* (gerusan) dari pelipis ke atas daun telinga; serta *friction* (gerusan) dari bawah prosesus mastoideus di sisi kiri menuju kanan. Tujuan dari teknik-teknik ini adalah untuk meningkatkan aliran darah vena, memberikan efek relaksasi, nyeri terasa berkurang (Astuti et al., 2020). Terapi *Head Massage* merupakan salah satu terapi non-farmakologis yang mudah dan efektif digunakan untuk membantu mengurangi nyeri pada penderita hipertensi.

Terapi *Head Massage* dapat menstimulasi saraf – saraf yang menuju ke hipotalamus, tempat otak berada. Hormon endorpin dilepaskan oleh system

saraf decenden, peningkatan kadar hormon ini dapat meningkatkan kinerja dopamin dalam tubuh. Kadar dopamine yang lebih tinggi akan merangsang aktivitas system saraf parasimpatis, yang berfungsi untuk menurunkan stress dan meningkatkan relaksasi tubuh. Saraf parasimpatis berfungsi untuk mengontrol aktivitas dan rileksasi tubuh. Pasien hipertensi menganggap sentuhan sebagai stimulus untuk relaksasi dan menurunkan tekanan darah. (Yulisetyaningrum et al., 2024). Terapi *Head Massage* dilakukan dengan 9 hingga 12 kali pijatan per menit selama 15 menit (Yunita, 2023). Oleh karena itu, diperlukan asuhan keperawatan untuk mengurangi nyeri tersebut setelah dilakukan terapi non- farmakologis seperti *Head Massage*.

Head Massage dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik karena mengurangi hormon stress kortisol, yang menghasilkan tekanan darah yang lebih rendah dan fungsi tubuh yang lebih baik. (Setyaningrum, 2022). Terapi pijat adalah metode pengobatan yang efektif dan aman tanpa efek samping yang menggunakan tangan untuk membantu merelaksasi, menghilangkan stres, menjadi lebih nyaman saat tidur, dan mengurangi nyeri (Said, 2023). Salah satu metode terbaik untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan terapi pijat, yang membantu mengurangi nyeri kepala. Studi menunjukkan bahwa pijat teratur dapat mengurangi tekanan darah sistolik dan diastolik, mengurangi tingkat hormone stress cortisol, mengurangi kecemasan, menurunkan tekanan darah dan meningkatkan fungsi tubuh (Risprawati, 2020).

Dampak mencegah hipertensi lebih buruk dapat dilakukan dengan tindakan pencegahan dan pengobatan agar dapat mengendalikan tekanan darah. Peran perawat dalam melakukan asuhan dapat dilakukan berupa upaya

promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitative. Pada upaya kuratif dapat dilakukan dengan pemberian terapi konvensional atau non farmakologis karena hampir tidak memiliki dampak negatif dari pada terapi farmakologis.

Hasil penelitian (Kairupan *et al.*, 2025), dengan penerapan *evidence based nursing* terapi *head massage* yang dilakukan selama 3 hari, didapati tingkat nyeri pada hari pertama berada pada skala nyeri 5, dan pada hari kedua menurun ke skala 1, dari hasil evaluasi didapatkan bahwa terapi *head massage* efektif dalam menurunkan tingkat nyeri.

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan oleh penulis di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin terdapat 110 orang lansia dengan masalah kesehatan yang ditemukan ialah hipertensi sebanyak 46 orang yang menderita hipertensi. Maka penulis memilih pasien Tn. I yang diteliti, Tn. I sangat kooperatif dan aktif mengikuti instruksi sehingga nyeri yang dirasakan Tn. I dengan skala nyeri 5 menurun dengan skala nyeri 2.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk membuat Asuhan Karya Ilmiah Ners dengan judul “Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Tn. I Dengan Pemberian Terapi *Head Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wisma Gunuang Tigo PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka permasalahan dalam Penulisan ini adalah “ Bagaimana Asuhan Keperawatan Gerontik Pada

Pasien Tn. I Dengan Pemberian Terapi *Head Massage* Di Wisma Gunung Tigo PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.”

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Untuk melakukan Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Pasien Tn. I Dengan Pemberian Terapi *Head Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wisma Gunung Tigo PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan pengkajian asuhan keperawatan pada Tn. I dengan Hipertensi di Wisma Gunung Tigo PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.
- b. Merumuskan diagnosa pada Tn. I dengan Hipertensi di Wisma Gunung Tigo PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.
- c. Membuat intervensi asuhan keperawatan pada Tn. I dengan Hipertensi di Wisma Gunung Tigo PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin
- d. Melakukan implementasi asuhan keperawatan pada Tn. I dengan Hipertensi di Wisma Gunung Tigo PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin
- e. Melakukan evaluasi asuhan keperawatan pada Hipertensi di Wisma Gunung Tigo PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin
- f. menerapkan *Evidence Based Nursing Head Massage* untuk menurunkan nyeri pada pasien hipertensi di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Pendidikan

Untuk sumber pengetahuan dan wawasan serta dapat di aplikasikan dalam kehidupan sehari-hari tentang manfaat Pemberian Terapi *Head Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Penderita Hipertensi

2. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan sebagai Ners terhadap intervensi Terapi *Head Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Penderita Hipertensi

3. Bagi Klien

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan serta dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari – hari tentang manfaat Pemberian Terapi *Head Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Penderita Hipertensi

4. Bahan Lahan Praktek

Penulis berharap ini dapat dijadikan sumber informasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan tentang Asuhan Keperawatan pada penderita Hipertensi