

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyakit tidak menular (PTM) adalah suatu penyakit yang tidak mengalami proses pemindahan dari orang lain, namun menjadi penyebab kematian paling banyak bagi masyarakat. Menurut WHO meningkatnya penyakit tidak menular terutama didorong oleh empat faktor risiko utama yaitu pola makan yang tidak sehat, kurang aktivitas fisik, penggunaan tembakau, dan penggunaan alkohol yang berbahaya. (Kemenkes RI, 2021).

Semakin bertambahnya usia seseorang maka akan mengalami proses menua karena hal ini maka akan semakin mudah untuk timbulnya berbagai macam penyakit, salah satunya adalah *Migrain*. *Migrain* bisa terjadi pada lansia, Sakit kepala *migrain* terjadi ketika arteri yang menuju otak menjadi sempit (mengerut), kemudian melebar (dilatasi) yang akan mengaktifkan reseptor nyeri di dekatnya.

Migrain bisa terjadi pada segala usia, tetapi biasanya mulai timbul pada usia antara 10-30 tahun. Serangan pertama *migrain* umumnya terjadi pada usia muda, namun berlanjut hingga lansia. Pada lansia *migrain* lebih sering terjadi karena dipengaruhi oleh banyak faktor terutama oleh gaya hidup, kurangnya istirahat, kurang gerak (berolahraga) atau bisa karena stres yang berlebihan sehingga mengakibatkan nyeri kepala atau yang bisa disebut dengan *Migrain*.

Menurut organisasi kesehatan Dunia/ World Health Organization (WHO) mengungkapkan bahwa migrain merupakan salah satu jenis nyeri kepala yang

paling umum terjadi di dunia dan merupakan suatu penyakit yang paling sering terjadi dikalangan lansia dan salah satu penyakit yang menyebabkan disabilitas. *Migrain* merupakan nyeri kepala akibat kelainan neurovaskular yang sering terjadi serta dapat diwariskan.

Nyeri kepala adalah rasa sakit /nyeri dikepala yang bisa muncul secara bertahap atau mendadak. Nyeri kepala merupakan salah satu masalah Kesehatan masyarakat yang penting akibat disabilitas yang ditimbulkan sehingga menurunkan produktivitas yang mengakibatkan beban ekonomi dalam keluarga.(Kemenkes RI, 2022).

Berdasarkan data dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Kusumawati Prima Dewi (2016), sekitar 68 lansia yang sering mengeluh sakit kepala / *migrain* dari total semua lansia 105 orang yang ada di UPT PSLU Blitar Tulungagung. Penyebabnya pun beragam ada yg karena faktor usia, penyakit bawaan, gaya hidup yang kurang baik, stres, faktor makanan dan kurangnya olahraga.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Raditya Kurniawan Djoar, dkk (2020), nyeri kepala banyak terjadi dikalangan lansia dengan tingkat pravalensi pada populasi umum 3,7 – 5,8 %, nyeri kepala ini telah menjadi pusat perhatian karena gejalanya paling banyak dijumpai yang berakibat menjadi keterbatasan dalam melakukan pekerjaan sehari-hari.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Martha, dkk (2022) diperoleh sebanyak 9 orang warga di Perumahan Menteng Regency mengalami nyeri kepalayang dimana nyeri kepala yang dirasakan hanya diobati dengan minum obat tanpa resep dari dokter.

Berdasarkan data dari Puskesmas Selemadeg 1 Tabanan tahun 2023 diperoleh sebanyak 46 orang lansia yang menderita *migrain* yaitu 27 orang berjenis kelamin laki-laki dan 19 orang berjenis kelamin perempuan. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada masyarakat yang berada di Selemadeg mengatakan bahwa sering mengalami sakit kepala dan memilih tidak berobat ke Puskesmas melainkan memilih untuk mengobati dengan cara membeli obat ke apotek terdekat.

Berbagai upaya telah dilakukan dalam penanganan *migrain* yaitu dengan dilakukannya intervensi secara farmakologis dan non-farmakologis. Penanganan *migrain* secara farmakologi dilakukan dengan cara pemberian analgesik seperti antiinflamasi nonsteroid (AINS). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Tuda dkk (2020) diperoleh sebanyak 80% pasien yang menggunakan analgesik untuk mengobati nyeri kepala. Penanganan pada *migrain* selain dilakukan dengan intervensi farmakologis dapat juga dilakukan dengan alternatif pengobatan secara non-farmakologi yaitu salah satunya menggunakan teknik *massage*.

Massage merupakan salah satu cara perawatan tubuh yang paling tua dan paling bermanfaat dalam perawatan fisik (badan). *Massage* mengarahkan penerapan manipulasi (penanganan) perawatan dari bagian luar tubuh yang dilakukan dengan perantaraan tangan. Terapi *massage* ini dilakukan pada lansia yang telah mengalami *migrain* di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg 1 Tabanan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Raditya Kurniawan Djoar dkk (2020), *massage* memberikan efek pada system syaraf parasimpatis yang memungkinkan terjadinya relaksasi. Kondisi relaksasi ini memungkinkan sirkulasi

darah menjadi lancar dalam pengiriman oksigen dan produk metabolisme ke system syaraf pusat. Gerakan pada *massage* ini mampu memberikan pengaruh pada peningkatan aliran darah vena yang dapat menurunkan tekanan vena dan memberikan bantuan dalam aliran balik vena. Kondisi inilah yang memungkinkan terjadinya penurunan nyeri kepala atau *migraine* pada lansia.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dapat dirumuskan suatu masalah penelitian yaitu “Apakah ada Pengaruh *Segment Massage* Dalam Menurunkan Nyeri Kepala Karena *Migrain* Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg 1 Kecamatan Selemadeg Kabupaten Tabanan Tahun 2023?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *segment massage* dalam menurunkan nyeri kepala karena *migrain* pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg 1 Tabanan.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini yaitu :

- a. Mengidentifikasi karakteristik lansia berdasarkan umur, jenis kelamin dan pekerjaan yang mengalami nyeri kepala karena *migrain* di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg 1 Tabanan.
- b. Menganalisis pasien yang mengalami nyeri kepala karena *migrain* sebelum diberikan *segment massage*

- c. Menganalisis pasien yang mengalami nyeri kepala karena *migrain* sesudah diberikan *segment massage*.
- d. Menganalisis pengaruh *segment massage* terhadap penurunan nyeri kepala karena *migrain* pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg 1 Tabanan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini bermanfaat untuk mengembangkan ilmu keperawatan khususnya di bidang komunitas berupa adanya referensi atau kajian baru terkait dengan pemberian *segment massage* dalam menurunkan nyeri kepala pada lansia yang menderita *migrain*

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini digunakan sebagai informasi khususnya masyarakat lansia agar mengetahui tentang *segment massage* dalam menurunkan nyeri kepala pada lansia yang menderita *migrain*
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya yang membahas masalah serupa dan semoga dapat dikembangkan sesuai dengan kondisi yang ditemukan oleh peneliti selanjutnya
- c. Penelitian ini diharapkan mampu memberi informasi, pengetahuan, dan keterampilan mengenai *segment message* dalam menurunkan nyeri kepala pada lansia yang menderita *migrain*.