

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan kesehatan akan meningkat seiring bertambahnya usia. Dalam perawatan kesehatan beberapa kelompok individu sering disebut sebagai kelompok rentan, salah satunya adalah kelompok lansia dikarenakan lansia mudah sekali terkena penyakit menular maupun tidak menular, hal ini terkait oleh proses menua pada lansia dengan bertambahnya usia seseorang akan mengalami penurunan atau perubahan fungsi seperti fisik, psikis, biologis, spiritual, dan hubungan sosialnya, serta hal ini memberikan dampak pada berbagai aspek kehidupan lansia salah satunya yaitu kondisi kesehatan (Fitrianti & Putri, 2018).

Proses menua pada lansia dapat memperlambat keseimbangan proses fisiologis, psikologis, sosial lansia sehingga meningkatkan kerentanan terhadap kondisi kesakitan dan faktor risiko lainnya, dan masalah yang berhubungan dengan lansia mempengaruhi kualitas hidup atau aktivitas sehari-harinya (Miller, 2012). Seiring dengan proses penuaan fungsi organ tubuh juga mengalami penurunan, sistem kardiovaskuler lansia pun rentan mengalami gangguan. Gangguan sistem kardiovaskuler pada lansia dapat terjadi pada jantung, pembuluh darah dan darah, salah satu gangguan yang sering dialami lansia pada sistem organ ini adalah hipertensi (Dewi 2014; Pratiwi & Mumpuni 2017).

Sumaryati (2018), mendefinisikan hipertensi sebagai sebuah kondisi medis dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah sistol diatas normal yaitu 140 mmHg dan tekanan diastol diatas 90 mmHg, selain itu penyakit ini sering dikatakan sebagai *the silent killer* karena orang yang menderita hipertensi sering tidak menunjukkan gejala.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2021), menunjukkan pada tahun 2020 secara global terdapat 727 juta jiwa yang berusia 65 tahun atau lebih, sedangkan jumlah lansia di Indonesia saat ini sekitar 29,3 juta orang

atau hampir 10% dari total penduduk. WHO menetapkan hipertensi sebagai faktor risiko nomor tiga etiologi kematian di dunia, kebanyakan orang tidak menyadari bahwa mengalami penyakit hipertensi. Perkiraan prevalensi hipertensi tahun 2021 secara global sebesar 1,28 juta diantaranya umur 30 – 79 tahun dari total penduduk dunia di negara berkembang dan menengah (World Health Organization, 2021).

Hasil Riskesdas RI tahun 2018 terkait masalah kesehatan pada lansia khususnya hipertensi menunjukkan terdapat 45,3% orang usia 45-54 tahun menderita hipertensi, 63,2% orang usia 65-74 tahun dan 69,5% orang usia 75 tahun keatas menderita hipertensi. Prevalensi hipertensi di DIY menurut Riskesdas 2018 adalah 11.01 % atau lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka nasional (8,8%). Prevalensi ini menempatkan DIY pada urutan ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi. Hipertensi selalu masuk dalam 10 besar penyakit sekaligus 10 besar penyebab kematian di DIY selama beberapa tahun terakhir berdasarkan STP Puskesmas maupun STP RS. Pada tahun 2021 berdasarkan Laporan Surveilans Terpadu Penyakit Rumah sakit di D.I. Yogyakarta tercatat kasus baru hipertensi 8.446 (ranap) 45.115 (rajal).

Menurut data Dinkes Sleman (2020), hipertensi merupakan salah satu penyakit yang masuk kedalam sepuluh besar penyakit yang ada di Sleman dengan jumlah kasus 138,702. Penjarangan posyandu lansia hipertensi menempati posisi pertama sebagai penyakit terbanyak yang menyerang lansia di Sleman dan ditemukan 39,65 % lansia dengan kasus hipertensi. Menurut Riskesdas (2018), proporsi minum obat antihipertensi dari lima kabupaten/kota yang ada di D.I. Yogyakarta, Kabupaten Sleman menduduki peringkat pertama dengan penderita hipertensi yang tidak minum obat dengan persentase 20,23%. Menurut data Profil Kesehatan Sleman (2019), data penderita hipertensi berusia ≥ 15 di Puskesmas Kalasan berjumlah 6.138 orang dengan laki-laki 3.012 orang dan perempuan 3.126 orang. Sedangkan penderita hipertensi yang

mendapatkan pelayanan kesehatan sebanyak 5.959 orang dengan persentase 97,08%.

Pada lansia hipertensi disebabkan oleh perubahan pada penurunan elastisitas dinding aorta, katup jantung menebal serta menjadi kaku, kemampuan jantung memompa untuk darah, hilangnya elastisitas pembuluh darah dan meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer (Fitrianti & Putri, 2018). Penyebab hipertensi dapat dikategorikan menjadi dua faktor yakni faktor yang tidak dapat diubah seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga serta faktor yang masih dapat diubah yaitu gaya hidup seseorang seperti kebiasaan merokok dan kebiasaan pola makan yang tidak sehat (Supriyanto, 2019). Teori lain juga menegaskan bahwa ada beberapa faktor yang menjadi penyebab terjadinya penyakit hipertensi seperti kelainan pembuluh darah, gangguan kelenjar tiroid, faktor keturunan, pola makan, faktor merokok, berat badan, dan faktor alkohol yang dianggap sangat mempengaruhi meningkatnya angka kejadian hipertensi (Situmorang, 2015).

Gejala yang dirasakan oleh penderita hipertensi antara lain : sakit kepala, pandangan mata kabur, marah-marah, sulit tidur, nyeri dada, pusing, tengkuk terasa pegal, denyut jantung kuat dan cepat. Tanda dan gejala yang muncul ini dapat mengakibatkan perubahan secara fisik, psikologis, mental, sosial maupun spiritual yang terjadi pada lansia dan mempengaruhi kualitas hidup Lansia (Pratiwi & Mumpuni, 2017). Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan gangguan target organ, dan dapat menyebabkan serangan jantung, stroke, gangguan ginjal, serta kebutaan (Widiana & Ani, 2017). Selain itu, pada Lansia hipertensi dapat muncul masalah keperawatan antara lain : nyeri akut, gangguan pola tidur, perfusi perifer tidak efektif, hipervolemia, resiko penurunan curah jantung, intoleransi aktivitas, resiko jatuh, dan defisit pengetahuan (Fajarnia, 2021).

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan farmakologis yaitu dengan memberikan

obat – obatan seperti antihipertensi. Sementara untuk yang non farmakologis bisa menggunakan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM). Peran seorang perawat sangat diperlukan untuk mencegah timbulnya komplikasi pada penderita hipertensi salah satunya menggunakan terapi non farmakologi. Salah satu bentuk terapi non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengontrol tekanan darah dapat melalui terapi relaksasi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM). SSBM merupakan terapi relaksasi dengan pijatan yang lembut di daerah punggung yang dapat memberikan efek fisiologis terutama pada vaskular, muskular, dan sistem saraf pusat pada tubuh. Selain itu, efek relaksasi yang ditimbulkan melalui terapi SSBM dapat memperlancar sirkulasi darah dan menurunkan tekanan darah (Afrilia et al., 2015).

Slow Stroke Back Massage dilakukan dengan teknik mengusap kulit klien secara perlahan lahan dan berirama dengan menggunakan kecepatan 60 kali per menit. Kedua tangan menutup suatu area yang lebarnya 5 cm pada kedua sisi tonjolan tulang belakang. Tindakan pijat *Slow Stroke Back Massage* pada klien dengan penyakit terminal terbukti menurunkan tekanan sistolik dan diastolik (Potter & Perry, 2011). Terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) merupakan salah satu alternatif pilihan dalam mengatasi hipertensi karena mudah dilakukan, sederhana, murah, dan tidak memerlukan peralatan khusus (Audhina, et al, 2016). *Slow Stroke Back Massage* dapat dilakukan sebanyak 3x setiap minggu selama 10-15 menit sebagai upaya untuk menurunkan tekanan darah (Kusumoningtyas et al, 2018).

Studi yang dilakukan Dias (2017), di Puskesmas Donorojo Kabupaten Jepara pada 24 responden menunjukkan hasil ada penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi SSBM dengan nilai penurunan tekanan darah sistolik rata-rata 15 mmHg dan penurunan tekanan darah diastolik rata-rata 10 mmHg.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dibuat rumusan masalah dalam penulisan ini adalah “Bagaimanakah penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi” di Dusun Sidokerto, Kelurahan Purwomartani, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Mengetahui apakah terapi *Slow Stroke Back Massage* berpengaruh untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi

2. Tujuan Khusus

- 1) Diperoleh gambaran tekanan darah sebelum Terapi *Slow Stroke Back Massage*
Terhadap lansia penderita Hipertensi
- 2) Diperoleh gambaran tekanan darah sesudah Terapi *Slow Stroke Back Massage*

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Masyarakat

Hasil penulisan ini dapat dijadikan referensi bagi masyarakat dalam tindakan pencegahan hipertensi dengan melakukan *Slow Stroke Back Massage* secara rutin.

2. Bagi Penulis

Menambah wawasan keilmuan dan kemampuan tentang cara tindakan pencegahan hipertensi dan aplikasi *Slow Stroke Back Massage* terhadap hipertensi.

3. Bagi perkembangan ilmu pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pada dunia ilmu pengetahuan

4. Bagi STIKES Wira Husada

Sebagai tambahan referensi dalam bidang riset khususnya dalam ilmu keperawatan tentang Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi, serta sebagai *upgrade* keilmuan pada mahasiswa dalam membuat dokumen keperawatan.

E. Ruang Lingkup

1. Materi

Penulisan ini mengacu pada mata kuliah keperawatan gerontik tentang Penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

2. Tempat

Studi kasus ini telah dilakukan di Dusun Sidokerto, Kelurahan Purwomartani, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

3. Waktu

Implementasi terapi *Slow Stroke Back Massage* telah dilakukan pada tanggal 21-30 juni 2023 di Dusun Sidokerto, Purwomartani, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi dan pembahasan Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalasan Tahun 2023, maka dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut:

1. *Slow Stroke Back Massage* yang dilakukan selama tiga kali kunjungan dalam 1minggu pada klien hipertensi berpengaruh terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik menurun.
2. Terdapat penurunan klasifikasi hipertensi kedua responden dari stadium yang tinggi ke stadium rendah.

B. Saran

1. Bagi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas)
Perawat puskesmas hendaknya dapat menggunakan terapi SSBM sebagai salah satu intervensi alternatif yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia selain terapi obat antihipertensi.
2. Bagi STIKES Wira Husada
Hasil studi ini dapat menjadi sumber literatur tentang intervensi yang dapat menurunkan tekanan darah, sehingga dapat dimasukkan kedalam bahan pembelajaran mahasiswa tentang terapi komplementer yang dapat dilakukan untuk membantu menurunkan tekanan darah salah satunya dengan menggunakan terapi *Slow Stroke Back Massage*.
3. Bagi Penulis Lain
 - a. Agar hasil studi ini dapat lebih digeneralisasi dengan sampel yang berskala lebih besar.
 - b. Studi dapat dilakukan pada semua jenis kelamin dan dalam rentang usiadewasa muda hingga lansia yang mengalami hipertensi.

- c. Pada kelompok kontrol sebaiknya dapat diberikan intervensi seperti melakukan penkes dengan media leaflet dll.
- d. Diharapkan agar peneliti selanjutnya memperhatikan homogenitas penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Anastasi & Dian. (2012). *Tindakan Slow Stroke Back Massage Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*, Jurnal STIKES, 5(2), 133-143.
- Atashi, V., Mohammadi, F., Dalvandi, A., Abdollahi, L., & Kazemi, R. (2012). *Effect Of Slow Stroke Back Massage (SSBM) On Shoulder Pain and Handfunction In Patients With Stroke*, Journal of HAYAT, 18(2), 48–56.
- Badan Pusat Statistik. (2021). Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021. [https://www.bps.go.id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/st atistik-penduduk-lanjut-usia-2021.html](https://www.bps.go.id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/st%20istik-penduduk-lanjut-usia-2021.html)
- Choi B, Han D, Na S, Lim B. (2017). *Factors Related To The Parallel Use Of Complementary And Alternative Medicine With Conventional Medicine Among Patients With Chronic Conditions in South Korea*. Integr Med Res, 6(2), 223–229.
- Dewi, S. R. (2014). Buku Ajar Keperawatan Gerontik (1st ed.). Yogyakarta: Deepublish.
- Dias, V. A., Hartati, E., & Galuh, M. (2017). *Efektivitas Slow Stroke Back Massage Dan Brisk Walking Exercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Usia Dewasa Tengah Di Wilayah Binaan Desa Jugo Puskesmas Donorojo Kabupaten Jepara*. Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences, 356(1408), 421–435. <https://doi.org/10.1098/rstb.2000.0775>
- Ernawati, S. S. F. & I. (2020). *Manajemen Terapi Pada Penyakit Degeneratif*. Edited by N. R. H. Gresik: Graniti.
- Fajarnia, P. A. H. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Ny. M Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Diagnosa Medis Hipertensi Di Desa Gedangklutuk Beji. POLITEKNIK KESEHATAN KERTA CENDEKIA SIDOARJO
- Fitri, L., Noviawanti, R. & Sasrawita, S. (2018). *Efektifitas Stimulasi Kutan Slow Stroke Back Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Bersalin*, Jurnal Endurance, 3(2), 232.
- Kemenkes RI. (2019). Laporan Riskesdas 2018. Jakarta.
- Kusumoningtyas & Ratnawati. (2018). *Efektifitas Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia*, Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi, 2(2), pp. 39–57.

- Kusumoningtyas,D,N dan Ratnawati,D. 2018. *efektifitas terapi slow stroke back massage terhadap tekanan darah pada lansia di RW 001 kelurahan Jombang Kecamatan Ciputat kota Tangerang Selatan*. Jurnal ilmiah keperawatan Orthopedi (JIKO).
- Manuntung, A. (2018). *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi*. Jakarta : Wineka Media.
- Miller, C. A. (2012). *Nursing For Wellnes In Older Adults* (6th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Musakkar, & Djafar, T. (2021). *Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi*. Purwokerto: CV. Pena Persada.
- Mustika, I. W. (2019). *Buku Pedoman Model Asuhan Keperawatan Lansia Bali Elderly Care (BEC)*. Journal of Chemical Information and Modeling, 53(9), 1689–1699.
- Nursalam. (2015). *Metodologi ilmu keperawatan*, edisi 4, Jakarta: Salemba Medika.
- Pratiwi, E., & Mumpuni, dr. Y. (2017). *Tetap Sehat Saat Lansia-Pencegahan dan Penanganan 45 Penyakit yang Sering Hinggap di Usia Lanjut* (F. S. Suyantoro, Ed.; 1st ed.). Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Prawesti, D., & Retno, W. A. (2012). *Tindakan slow stroke back massage dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi*. Jurnal Stikes RS Bapris, 5.Sidoarjo: Indomedia Pustaka.
- Trisnadewi N. W., Pramesti, T.A., & Adiputra, I. M. S. (2018). *Efektifitas Slow Stroke Back Massage Dengan Menggunakan Minyak Esensial Kenangan (Cananga Odorata) Dan Minyak Esensial Lavender (Lavandula Angustifolia) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*. Bali Medika Jurnal, 5(2), 68–79. <https://doi.org/10.36376/bmj.v5i2.36>.
- Sumadi, A. R., & Sarifah, S. (2020). *Pemanfaatan Teknik Relaksasi Massase Punggung Dalam Penurunan Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi*. IJMS-Indonesian Journal on Medical Science, 7.
- Sumaryati, M. (2018). *Studi Kasus Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Keluarga Ny”M” Dengan Hipertensi Dikelurahan Barombong Kecamatan Tamalate Kota Makassar*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 6(2), 1379–1383. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v6i2.54>.
- Susilo & Wulandari. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Sya”diyah, H. (2018). *Keperawatan Lanjut Usia Teori dan Aplikasi* (1st ed.).

- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). Standart Diagnosis Keperawatan Indonesia.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). Standart Intervensi Keperawatan Indonesia - Definisi dan Tindakan Keperawatan (1st ed.). Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2018). Standart Luaran Keperawatan Indonesia - Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan (1st ed.). Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Trisnadewi N. W., Pramesti, T.A., & Adiputra, I. M. S. (2018). *Efektifitas Slow Stroke Back Massage Dengan Menggunakan Minyak Esensial Kenangan (Cananga Odorata) Dan Minyak Esensial Lavender (Lavandula Angustifolia) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*, Bali Medika Jurnal, 5(2), 68–79.
- WHO. (2019). *Global Health Estimates Hipertensi*. Geneva.
- World Health Organization. (2021). Hypertension. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.