

MANFAAT PENERAPAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH TINGGI PADA PENDERITA HIPERTENSI LANSIA

Al Fatih Mohammad Said, Maryatun, Siti Fatmawati
Alfatihsaid4@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang: Lansia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun keatas yang rentan mengalami penyakit akibat proses penuaan salah satunya yaitu hipertensi. Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah sistolik 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih. Hipertensi memiliki beberapa penatalaksanaan, salah satu penanganan dengan penatalaksanaan non farmakologik yaitu dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage*. *Slow stroke back massage* merupakan gosokan lambat yang berirama menggunakan tangan pada tingkat 60 gosokan permenit yang dapat diberikan selama 3 sampai 10 menit. Efek gerakan *effleurage* pada *Slow Stroke Back Massage* dapat menstimulasi sistem saraf parasimpatis sehingga terjadi penurunan tahanan perifer dan penurunan curah jantung. Proses tersebut dapat menurunkan tekanan darah. **Tujuan:** Untuk menambah pengetahuan kepada lansia tentang tentang Manfaat Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi Lansia. **Metode:** Poster berjudul tentang Manfaat Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi Lansia yang dapat menarik perhatian pembaca dan dapat memahami materi yang disampaikan melalui poster. **Kesimpulan:** Poster berjudul tentang Manfaat Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi Lansia berisi tentang informasi penting disertai gambar yang menarik, penggunaan bahasa yang mudah untuk dipahami, sehingga pembaca terutama lansia tidak bingung tentang informasi yang disampaikan melalui poster.

Kata Kunci : Lansia, Hipertensi *Slow Stroke Back Massage*, poster.