

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Seiring perkembangan zaman, ilmu pengetahuan dan teknologi terus berkembang. Kemajuan ini terlihat di segala bidang, terutama di bidang kesehatan. Di Indonesia, kemajuan teknologi terlihat dari banyaknya rumah sakit yang sudah menggunakan metode canggih dalam pemberian pelayanan kesehatan. Perkembangan rumah sakit di Indonesia berkembang sangat pesat dan memegang peranan yang sangat penting untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang sehat (Nugraha & Moeliono, 2019). Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi ini berdampak pada peningkatan derajat kesehatan masyarakat dan usia harapan hidup, sehingga jumlah populasi lanjut usia (lansia) juga meningkat (Fauzan et al., 2021). Lansia merupakan tahap akhir dalam siklus kehidupan (Akbar et al., 2021)

Adanya peningkatan usia harapan hidup dan jumlah lansia tentu menjadi perhatian khusus pemerintah untuk mewujudkan lansia yang sehat, berkualitas dan produktif di masa tuanya (Arianti Putri & Suhartiningsih, 2020). Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) kategori usia tua dibagi menjadi empat yakni usia pertengahan (45-59 tahun), lanjut usia (60-74 tahun), lanjut usia tua (75-90 tahun) dan usia sangat tua (>90 tahun) (Shahrom et al., 2022). *World Health Organization* (WHO) menjelaskan jika proporsi penduduk lansia di dunia terus mengalami peningkatan dimana jumlah lansia di tahun 2019 sebanyak 13,4% dan diperkirakan akan meningkat sebesar 5,3% pada tahun 2050 dan pada tahun 2100 diperkirakan menjadi 35,1% dari total penduduk (WHO, 2019). Pada tahun 2030, satu dari enam orang di dunia akan berusia 60 tahun atau lebih. Jumlah penduduk berusia 60 tahun ke atas saat ini diperkirakan meningkat dari 1 miliar pada tahun 2020 menjadi 1,4 miliar pada tahun 2050, dan jumlah penduduk berusia 80 tahun ke atas diperkirakan meningkat tiga kali lipat hingga 426 juta orang (WHO, 2022). Peningkatan jumlah lansia ini juga terjadi di

Indonesia. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (2022) terjadi peningkatan jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2021 sebanyak 9,64% atau sekitar 25,64 juta orang dan meningkat di tahun 2022 sebanyak 10,48% atau sekitar 30,16 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia. Apabila dikelompokkan umur, sebanyak 65,56% lansia muda (60-69 tahun), lansia madya 26,76% (70-79 tahun), dan lansia tua 7,69% (80 tahun ke atas). Dari Data Badan Pusat Statistik menunjukkan jika presentase penduduk lansia terhadap total penduduk di Provinsi Jawa Tengah terus mengalami peningkatan, yaitu 12,64% pada tahun 2021 menjadi 13,07% pada tahun 2022 (Badan Pusat Statistik, 2022a). Provinsi Jawa Tengah menempati urutan ke empat dengan jumlah penduduk lansia sebesar 13,07%. Peningkatan jumlah lansia ini terjadi karena meningkatnya penduduk lansia di beberapa kota atau kabupaten di Provinsi Jawa Tengah, salah satunya di Kabupaten Sragen. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (2022a) didapatkan jika penduduk lansia di Kabupaten Sragen pada tahun 2021 sebanyak 149.703 penduduk (15,22%) meningkat pada tahun 2022 dengan jumlah penduduk 151,59 (15,31%).

Meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia (Lansia) menimbulkan masalah terutama dari segi kesehatan dan kesejahteraan lansia. Lansia cenderung mengalami masalah kesehatan karena adanya penurunan fungsi fisik dan rentan terhadap penyakit. Salah satu masalah kesehatan yang paling banyak dialami lansia adalah hipertensi (Mahfuzah et al., 2023). Hipertensi atau tekanan darah tinggi ini termasuk kategori penyakit tidak menular dan penyakit yang menjadi masalah kesehatan di seluruh dunia. Hipertensi mempengaruhi 1 dari 3 orang dewasa di seluruh dunia. Sekitar 1,2 milyar orang atau 28,5% dari populasi global menderita hipertensi dan diperkirakan meningkat pada tahun 2025 menjadi 29,2% (Soesanto & Marzeli, 2020). Data WHO menyatakan terdapat sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun yang menderita hipertensi, dengan dua pertiga dari mereka tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023). Berdasarkan Kemenkes RI (2023)

menjelaskan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2021) menyatakan hipertensi di Provinsi Jawa Tengah mencapai 8.700.512 penduduk atau sekitar 30,4% dan prevalensi hipertensi di Kabupaten Sragen sebanyak 250.035 jiwa.

Tingginya angka prevalensi kasus hipertensi di atas, diperlukan adanya pengendalian dan penanganan sejak dini untuk mengurangi adanya komplikasi lanjut dari hipertensi. Tekanan yang berlebihan dapat meningkatkan kerja jantung dalam memompa darah dan merusak dinding pembuluh darah arteri sehingga menurunkan aliran darah dan oksigen ke jantung. Peningkatan tekanan dan berkurangnya aliran darah ini dapat menyebabkan komplikasi lain seperti nyeri dada (angina), serangan jantung, gagal jantung, stroke, hingga kematian (WHO, 2023).

Hipertensi perlu penanganan secara menyeluruh dengan harapan dapat meningkatkan harapan hidup dan kualitas hidup lansia (Sari et al., 2020). Penanganan hipertensi dapat dikontrol dengan pengobatan farmakologi dan *non* farmakologi (Ridwanah et al., 2021). Pengobatan farmakologi yaitu dengan mengonsumsi obat-obatan untuk menurunkan tekanan darah seperti diuretik. Sedangkan pengobatan *non* farmakologi berarti pengobatan yang tidak memerlukan penggunaan obat dalam proses penyembuhan. Terapi pijat *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) merupakan pengobatan *non* farmakologis yang dapat menurunkan tingkat stress dan tekanan darah. Teknik pijat pada terapi SSBM ini akan merangsang produksi hormon endorfin yakni hormon yang memberikan efek ketenangan. Dampak dari respon sentuhan pijat ini akan memberikan relaksasi pada tubuh, mengurangi impuls neural ke otak, dan mengurangi aktivitas otak dan sistem tubuh lainnya (Wowor et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Meidayanti et al (2023) didapatkan hasil bahwa 44 responden dibagi menjadi 2 kelompok yakni kelompok kontrol (hanya minum obat hipertensi saja) dan kelompok intervensi (diberikan terapi). Kelompok intervensi sebanyak 22 orang yang

mendapatkan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) mengalami perubahan tekanan darah setelah dilakukan terapi dengan durasi 10 menit dengan rata-rata sistole 157,27 mmHg menjadi 136,22 mmHg dan diastole dari 90,54 mmHg menjadi 85,86 mmHg. Sedangkan kelompok kontrol, rata-rata tekanan darah sistole 161,63 mmHg menjadi 158,63 mmHg dan diastole 93,45 mmHg menjadi 91,40 mmHg.

Penelitian lain dari Wowor et al (2022) menyatakan jika terdapat penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi setelah dilakukan terapi SSBM. Hasil penelitian sebelum dilakukan terapi yaitu rata-rata sistole responden 150,65 mmHg dan rata-rata distole 94,04 mmHg. Sedangkan hasil setelah diberikan terapi SSBM untuk sistole yakni 142,32 mmHg dan rata-rata diastole 82,93 mmHg.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mahfuzah et al (2023) yang menunjukkan adanya perubahan nilai sistole dan diastole pada kelompok intervensi. Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 12 orang dari jumlah populasi 117 orang. Intervensi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemberian teknik *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) selama 20 menit. Hasil analisis didapatkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan teknik SSBM yakni 162,5 mmHg dan 131,66 mmHg. Sedangkan Rata-rata tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan teknik SSBM adalah 89,16 mmHg dan 76,66 mmHg.

Minimnya pengetahuan dan kesadaran seseorang akan berdampak pada kepatuhan dalam menjalankan pengobatan. Pasien hipertensi dapat melakukan penatalaksanaan penyakit mereka dengan baik jika pengetahuan dan kesadaran tentang penyakit mereka meningkat (Suaib et al., 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Pangastuti et al (2022) diperoleh data lansia >45 tahun berjenis kelamin laki-laki dan perempuan dengan total 10 responden dengan hipertensi. Dari total 10 orang responden tersebut, 7 orang mengkonsumsi obat secara rutin untuk mengatasi hipertensi dan 3 orang tidak mengkonsumsi obat dengan rutin. Dari hasil

wawancara penelitian tersebut, seluruh responden tidak pernah melakukan dan tidak tahu tentang pengobatan secara *non* farmakologis dengan teknik SSBM terhadap penurunan tekanan darah. Mereka mengatakan jika ketika gejala darah tinggi muncul hanya melakukan istirahat tidur.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada bulan April 2024 di Dinas Kesehatan Kabupaten Sragen didapatkan hasil kasus hipertensi lansia di Kecamatan Sidoharjo sebanyak 42,79% kasus. Dari hasil pemeriksaan tekanan darah terhadap 11 lansia penderita hipertensi di Desa Gerdu, Kecamatan Sidoharjo, Kabupaten Sragen terdapat 5 responden yang minum obat secara rutin, 4 responden tidak minum obat, dan 2 responden hanya makan melon atau timun saja. 5 responden mengatakan jika riwayat hipertensi mereka sudah lama sekitar  $\geq 10$  tahun, memiliki keturunan dan mengkonsumsi obat tensi dengan rutin. Pengukuran dan wawancara juga dilakukan pada 4 responden lainnya dan mereka mengatakan jika mereka tidak minum obat tensi dengan alasan lupa dan tidak merasakan gejala yang mengarah ke tekanan darah mereka naik, mereka menggunakan waktunya untuk tidur ketika merasa pusing atau lemas, rata-rata lama riwayat hipertensi  $\pm 3$  tahun. Selain itu, 2 responden lainnya mengatakan hanya makan melon atau timun atau dibuat jus yang dibuatkan anaknya, tidak merasakan gejala jika tekanan darah tinggi dan jarang minum obat karena mudah lupa. Saat dilakukan wawancara, mereka mengatakan tidak tahu berapa lama riwayat hipertensi, mereka menganggap jika mulai pusing berarti tensinya naik.

Pada saat melakukan wawancara, penulis juga bertanya apakah mereka sudah tahu tentang pijat *Slow Stroke Back Massage* dan 11 responden menjawab belum tahu dan mereka hanya tahu pijat punggung biasa tanpa adanya tahapan gerakan yang khusus. Dari 11 responden tersebut, peneliti mengambil 2 responden dari 4 responden yang tidak mengkonsumsi obat. Saat melakukan wawancara ulang dan meminta persetujuan terhadap 4 responden yang tidak mengkonsumsi obat, terdapat 2 responden yang bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Maka berdasarkan hasil wawancara langsung tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penerapan dengan judul “Penerapan Terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi” dan akan diterapkan pada 2 responden yang tidak mengkonsumsi obat di Desa Gerdu Kabupaten Sragen.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah tekanan darah lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) di Desa Gerdu Kabupaten Sragen?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mendeskripsikan hasil implementasi terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) pada lansia dengan hipertensi di Desa Gerdu Kabupaten Sragen.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan tekanan darah sebelum penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) pada lansia dengan hipertensi di Desa Gerdu Kabupaten Sragen.
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan tekanan darah sesudah penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) pada lansia dengan hipertensi di desa Gerdu kabupaten Sragen.
- c. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden pada lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) di Desa Gerdu Kabupaten Sragen.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Masyarakat
  - a. Untuk menambah informasi bagi masyarakat dengan hipertensi yang belum paham tentang terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM).
  - b. Untuk memberikan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) sebagai upaya menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.
  - c. Untuk mengetahui cara terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) yang baik dan benar.
2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan
  - a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan atau kebidanan pasien lansia dengan hipertensi.
  - b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan atau kebidanan tentang tindakan terpi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) pada klien lansia hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan atau kebidanan.
3. Bagi Penulis
  - a. Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan atau kebidanan di tatanan pelayanan keperawatan atau kebidanan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) pada lansia dengan hipertensi.