

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) merupakan seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan. Lansia memiliki banyak permasalahan kesehatan diantaranya hipertensi, Diabetes Mellitus, dan penyakit jantung. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Suciana et al., 2020). Usia yang bertambah juga bisa menjadi penyebab terjadinya hipertensi, pada lansia akan mengalami penurunan fungsi organ jantung. Lansia dapat mengalami hipertensi sistolik saja, ini disebabkan adanya arteriosklerosis, arteriosklerosis adalah kondisi medis yang terjadi ketika pembuluh darah arteri mengeras, menebal, dan kehilangan elastisitas, akibat adanya penumpukan plak dan lemak pada dinding pembuluh darah (Siregar, 2021).

Prevalensi kejadian hipertensi di dunia menurut data WHO (2023) terdapat kurang lebih 1,28 miliar orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, yang kemungkinan angka tersebut akan terus mengalami peningkatan di tahun 2025 menjadi sebanyak 29,2%. 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 di negara berkembang, termasuk Indonesia. Menurut kemenkes RI 2022 (dalam Sumyati et al., 2022), di Indonesia prevalensi hipertensi meningkat seiring dengan peningkatan kelompok umur, dibuktikan dengan prevalensi lansia dengan rentang usia 65-74 tahun yang mengalami hipertensi yaitu sebesar 63,2% dan prevalensi lansia berusia diatas 75 tahun yang mengalami hipertensi yaitu sebesar 69,5%. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (2023) prevalensi hipertensi di Jawa Tengah tahun 2021 mencapai 31,57%. Sementara itu, prevalensi hipertensi pada perempuan sebanyak 40,17% lebih tinggi daripada laki-laki

sebanyak 34,83%. Prevalensi hipertensi di wilayah perkotaan sebanyak 38.11% sedikit lebih tinggi jika dibandingkan dengan perdesaan sebanyak 37,01%. Menurut data Dinkes Kota Surakarta (2023) menunjukkan angka prevalensi hipertensi secara umum yang ada di Kota Surakarta sebanyak 67.355 kasus. Terjadi penurunan jika dibandingkan dengan jumlah kasus pada tahun 2022 yaitu sebanyak 92.614 kasus. Sedangkan prevalensi angka kejadian di Kota Surakarta kecamatan Jebres sebanyak 23.398 jiwa, kelurahan Mojosongo menduduki peringkat pertama dengan prevalensi kejadian hipertensi sebanyak 12.296 penderita.

Hipertensi dapat menyebabkan komplikasi jika tidak terkontrol dengan baik. Serta memiliki risiko lebih tinggi untuk kerusakan organ, termasuk penebalan intima-media *karotis*, *retinopati*, *hipertrofi ventrikel* kiri dan gagal jantung, *infark miokard*, *stroke*, gangguan fungsi ginjal, dan kematian (Kurdi *et al.*, 2022). Sehingga hal ini perlu dilakukan penanganan lebih lanjut. Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi 2 yaitu penatalaksanaan farmakologis dan non farmakologis, penatalaksanaan farmakologi merupakan pengelolaan hipertensi menggunakan obat-obatan, seperti mengonsumsi Bisoprolol dan Candesartan. Sedangkan penatalaksanaan non farmakologis atau sering disebut pendekatan komplementer adalah upaya tambahan di luar pendekatan medis yang dipercaya dapat menurunkan tekanan darah. Perkembangan pengobatan komplementer memiliki presentase peningkatan yang sangat pesat. Secara global terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah telah banyak dilakukan contohnya seperti *Swedish massage*.

Swedish massage merupakan salah satu terapi yang dapat menurunkan Tekanan Darah Sistolik (TDS) dan penurunan Tekanan Darah Diastolik (TDD) secara signifikan. *Swedish massage* adalah teknik memanipulasi jaringan lunak dan otot-otot pada tangan atau kaki dengan merilekskan otot, menurunkan denyut jantung, tekanan darah, dan pernapasan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ritanti dan Darnis Arnetta Sari menunjukkan bahwa dengan melakukan *Swedish Massage* mampu menurunkan tekanan darah setelah dilakukan kepada 8 responden evaluasi terhadap intervensi unggulan ini menunjukkan adanya

penurunan tekanan darah terapi *Swedish massage* menunjukkan rata-rata penurunan Tekanan Darah Sistolik (TDS) sebesar 9 mmHg. Setelah dilakukan terapi *Swedish massage* menunjukkan rata-rata penurunan tekanan darah diastolik (TDD) sebesar 7-12 mmHg (Ritanti & Sari, 2020). *Swedish massage* merupakan salah satu terapi komplementer yang dipercaya mampu memberikan respon relaksasi, selain itu juga mampu menurunkan tekanan darah (Nuraini et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan Widyaningrum, (2020) pengaruh *Swedish massage* terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi yang dilakukan terhadap 60 responden menunjukkan adanya perubahan tekanan darah yang signifikan setelah diberikan terapi *Swedish massage*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktianingsih *et al.*, 2022 terjadi penurunan tekanan darah pada 22 responden setelah dilakukan intervensi *Swedish massage*. Maka dapat disimpulkan ada pengaruh antara pengaruh *Swedish massage* terhadap penurunan tekanan darah diastolik pada pasien hipertensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Mei 2024 di Puskesmas Sibela Kelurahan Mojosongo Kota Surakarta, di Kelurahan Mojosongo terdapat 34 RW dengan prevalensi tertinggi berada di RW. 24, terdapat 35 pasien lansia dengan hipertensi kemudian dari 35 pasien tersebut dipilih yang sesuai dengan kriteria inklusi menjadi 10 pasien. Hasil wawancara dan pengukuran tensi pada pasien lansia dengan hipertensi di RW. 24 kelurahan Mojosongo terdapat 10 pasien lansia hipertensi. Dari 10 responden hipertensi, mereka mengaku mengalami keluhan pusing, sulit tidur, nyeri pada leher dan tidak rutin minum obat hipertensi. Mereka juga mengatakan sering melakukan pemijatan punggung untuk meredakan gejala tersebut akan tetapi mereka tidak mengetahui dan tidak pernah diberi teori tentang terapi *Swedish massage*. Setelah diwawancarai, 4 pasien lansia dengan hipertensi *grade 2* mengaku hanya membeli obat di apotek jika merasa pusing, sedangkan 6 pasien lansia dengan hipertensi *grade 1* mengaku hanya tidur dan beristirahat untuk

menurunkan tekanan darahnya karena mereka mengira ini adalah penyakit yang biasa dan akan sembuh dengan sendirinya.

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan maka penulis tertarik untuk melakukan penerapan dengan judul “Penerapan Terapi *Swedish Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Kelurahan Mojosongo Kota Surakarta”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Mojosongo Kota Surakarta sebelum dan sesudah diberikan terapi *Swedish massage*?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi terapi *Swedish massage* pada pasien lansia dengan hipertensi di wilayah kelurahan Mojosongo Kota Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan nilai tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Mojosongo Kota Surakarta sebelum dilakukan terapi *Swedish massage*.
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan nilai tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Mojosongo Kota Surakarta sesudah dilakukan terapi *Swedish massage*.
- c. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden lansia dengan hipertensi di Kelurahan Mojosongo Kota Surakarta sebelum dan sesudah diberikan terapi *Swedish massage*.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi:

1. Bagi Masyarakat:

Membudayakan pengelolaan pasien lansia dengan hipertensi secara mandiri melalui tindakan *Swedish massage* secara mandiri.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan:
 - a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang pengaruh terapi *Swedish massage* untuk menurunkan nilai tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.
 - b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian di bidang keperawatan tentang tindakan *Swedish massage* pada pasien lansia dengan hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.
3. Bagi Penulis:

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan *Swedish massage* pada pasien lansia dengan hipertensi.