

**EDUKASI TERAPI *SLOW STROKE BACK MASSAGE* SEBAGAI UPAYA  
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA  
DENGAN MEDIA VIDEO**

Fauzi Andang P

[Victorfauzi22@gmail.com](mailto:Victorfauzi22@gmail.com)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**INTISARI**

**Latar Belakang :** Angka tekanan darah tinggi di dunia sangat besar. Pada usia 60 tahun lebih menempati posisi tertinggi yaitu sebesar 63,1%. Sedangkan angka kejadian hipertensi di Indonesia 55,2% pada usia 55-64 tahun, 63,2% pada usia 65-74 tahun dan 69,5% pada usia lebih dari 75 tahun. Provinsi Jawa Tengah jumlah penduduk beresiko (>15 tahun) dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2018 tercatat 9.099.765 sebanyak 1.377.356 orang dinyatakan menderita hipertensi. Penanganan hipertensi dibagi menjadi dua yaitu farmakologis menggunakan obat, sedangkan secara non farmakologis antara lain olahraga secara teratur, istirahat dan relaksasi **Metode :** Dengan menggunakan media video berjudul “Terapi *Slow Stroke Back Massage* (pijat punggung belakang) untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi” dipilih sebagai media komunikasi dalam memberikan edukasi kesehatan pada masyarakat khususnya pada lansia yang menderita darah tinggi. **Hasil :** *Project* yang dihasilkan berupa media video sebagai media edukasi lansia sebagai upaya mengatasi hipertensi dengan mengaplikasikan terapi *Slow Stroke Back Massage*. **Kesimpulan :** Video berjudul “Terapi *Slow Stroke Back Massage* (pijat punggung belakang) untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi” disusun agar dapat meningkatkan pengetahuan lansia dan masyarakat pada umumnya yang mengalami hipertensi untuk dapat menerapkan terapi *Slow Stroke Back Massage* sebagai upaya penurunan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi.

**Kata kunci :** *Slow Stroke Back Massage, Tekanan darah tinggi, Lansia, Media video*