

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG**

Lanjut usia (lansia) merupakan tahapan seseorang yang akan atau telah melebihi usia 60 tahun. Bertambahnya umur lansia adanya perubahan yang dialami, seperti perubahan pada fisik, psikologis, spiritual, dan psikososial mampu membuat lanjut usia mengalami peningkatan tekanan darah (Yunding *et al.*, 2021). Target tekanan darah agar mampu menurunkan terjadinya gangguan kardiovaskuler berdasar *The Eight Joint National Committee (JNC 8)* pada usia >60 tahun adalah <150/90 mmHg (Wulandari dan Abriani, 2020).

Berdasarkan jumlah angka penderita hipertensi hampir mencapai satu miliar orang di dunia menurut *Joint National Committee On Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment On High Blood Pressure VII (JNC-VII)*. Menurut WHO hipertensi menjadi salah satu penyebab kematian nomor 1 di dunia dan diperkirakan jumlahnya akan terus meningkat seiring jumlah penduduk yang membesar (Sumartini *et al.*, 2019). Prevalensi hipertensi lansia di dunia menurut data WHO terdapat kurang lebih 972 juta 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 (Hutagalung, 2020).

Penelitian yang diajukan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2018) menyatakan kasus hipertensi primer (*essensial*) mencapai 1,96% pada tahun 2016. Berdasarkan prevalensi di Jawa Tengah dengan 35 kabupaten yang di dalamnya adalah Wonogiri jumlah kejadian hipertensi pada tahun 2019 termasuk lima besar tertinggi sebesar 40,67% dari total penduduk Jawa Tengah (Wulandari dan Abriani, 2020).

Prevalensi di Jawa Tengah dengan 35 kabupaten yang di dalamnya adalah Wonogiri jumlah kejadian hipertensi pada tahun 2019 termasuk lima besar tertinggi sebesar 40,67% dari total penduduk Jawa Tengah (Wulandari dan Abriani, 2020). Prevalensi kejadian hipertensi lansia di Wonogiri pada tahun 2018 dengan prevalensi lanjut usia dengan usia 60 tahun pada tahun 2018 sejumlah 25%, Kabupaten Wonogiri merupakan peringkat 13 se-Jawa Tengah yang penduduknya menderita hipertensi (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2018).

Berdasarkan angka prevalensi kejadian hipertensi pada lansia yang semakin meningkat maka dampak yang terjadi pada penderita hipertensi yakni kerusakan pada jantung karena penyempitan pembuluh jantung yang menyebabkan jantung coroner dan gagal jantung. Ginjal sebagai alat penyaring darah tidak berfungsi dengan semestinya karena mengalami nefrosklerosis benigna dan malingna yang menyebabkan permeabilitas dinding pembuluh darah menurun. Penyakit penyerta lain yang disebabkan oleh hipertensi yaitu diabetes mellitus, resistensi urin, hipertiroid dan menimbulkan rematik (Yunia, 2019).

Secara umum dampak yang muncul pada penderita hipertensi membutuhkan beberapa penatalaksanaan pada lansia tersebut. Penatalaksanaan hipertensi dilakukan sebagai upaya pengurangan resiko naiknya tekanan darah dan pengobatannya. Dalam penatalaksanaan hipertensi upaya yang dilakukan berupa upaya farmakologis (obat-obatan) dan upaya nonfarmakologis. Penanganan hipertensi dengan non farmakologis yang merupakan pengobatan yang tidak menggunakan obat-obatan dengan bahan kimia, seperti halnya pengobatan komplementer. Pengobatan komplementer bersifat terapi pengobatan alami (Jayawardansa, 2017).

Penatalaksanaan non farmakologis hipertensi yang diberikan salah satunya adalah terapi *Slow Stroke Back massage* (SSBM) adalah salah satu terapi relaksasi berupa *massage* ( pijatan) untuk menurunkan tekanan darah. Menurut penelitian Pinasthika (2018) *Slow Stroke Back massage* merupakan

terapi *massage* ( pijatan) yang membuat efek relaksasi pada otot, sehingga meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis untuk merangsang pengeluaran neurotransmitter asitelkolin. Neurotransmitter asitelkolin selanjutnya menghambat aktivitas saraf simpatis sehingga terjadi vasodilatasi sistemik dan penurunan kontraktilitas otot jantung yang bermanifestasi pada penurunan kecepatan denyut jantung, curah jantung serta volume sekuncup yang pada akhirnya menyebabkan penurunan tekanan darah (Pinasthika, 2018).

Adapun manfaat dari terapi *Slow Stroke Back Massage* ini yaitu dapat memberikan rasa nyaman dengan cara melakukan pengurutan atau pemijatan pada otot atau yang menstimulasi sirkulasi darah serta metabolisme dalam tubuh. Efek dari penurunan tekanan darah dari *slow stroke back massage* didapatkan melalui peningkatan vasodilatasi pembuluh darah dan getah bening, meningkatkan level serotonin, mengurangi sekresi hormon katekolamin dan dapat mengurangi rasa nyeri kepala akibat hipertensi, sehingga komplikasi lebih lanjut dapat dicegah (Arifin, 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jayawardhana (2017) dengan hasil responden yang telah diberikan terapi *slow stroke back massage* didapatkan data bahwa responden mengalami perubahan penurunan tekanan darah yang sebelumnya tinggi. Manfaat tekanan pijat refleksi akan mengirim sinyal yang menyeimbangkan sistem saraf atau melepaskan bahan kimia seperti endorpin untuk mengurangi rasa sakit dan stres sehingga mendorong rasa relaksasi serta memperlancar sirkulasi darah.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Juni 2022, hasil wawancara dan pengukuran tekanan darah di dusun Mesu, Pracimantoro, Kabupaten Wonogiri. Dilakukan pengukuran tekanan darah pada lansia didapatkan data sebanyak 6 lansia di Dusun Mesu dengan tekanan darah rata-rata 180/80 mmHg, di dapatkan sejumlah 3 lansia diperoleh hasil tekanan darah 160/70 mmHg yang mengonsumsi obat dari dokter, didapatkan 2 lansia dengan hasil pengukuran tekanan darah 180/90 mmHg yang

mengonsumsi obat herbal atau obat racikan, didapatkan 1 lansia dengan hasil pengukuran tekanan darah 170/90 mmHg yang sama sekali tidak mengonsumsi obat dari dokter maupun obat racikan. Dari hasil wawancara yang dilakukan pada 6 lansia di dusun Mesu diantaranya merasakan pusing dan kepala bagian belakang terasa sakit dan belum pernah melakukan Terapi *Slow Stroke Back Massage* sebelumnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penerapan dalam bentuk “Penerapan Terapi *Slow Stroke Back Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi” yang diharapkan dapat menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalahnya adalah “Bagaimanakah hasil implementasi perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi *Slow Stroke Back Massage* pada lansia hipertensi?”

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mendeskripsikan hasil penerapan terapi *slow stroke back massage* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mendeskripsikan tekanan darah penderita hipertensi sebelum penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage*.
- b. Mendeskripsikan tekanan darah penderita hipertensi sesudah penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage*.
- c. Mendeskripsikan perbedaan dan perkembangan tekanan darah penderita hipertensi sebelum dan sesudah penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage*.

#### **D. MANFAAT PENELITIAN**

1. Bagi Masyarakat

Dengan penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada pembaca hasil tulisan secara luas tentang penanganan hipertensi secara mandiri dengan teknik non farmakologis.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan terapi *slow stroke back massage* secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pasien hipertensi dan peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

3. Bagi Penulis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan penulis memperoleh pengetahuan dan pengalaman serta melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang terapi *slow stroke back massage* pada klien hipertensi.

