

**PENERAPAN TERAPI *SLOW STROKE BACK MASSAGE*
(SSBM) PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI
Di DESA GERDU KABUPATEN SRAGEN**

Lutfi Alvianika¹, Riyani Wulandari²
viasragen02@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang; Hipertensi di Provinsi Jawa Tengah mencapai 8.700.512 penduduk atau sekitar 30,4% dan prevalensi hipertensi di Kabupaten Sragen sebanyak 250.035 jiwa. Umumnya, hipertensi banyak diderita oleh lansia. Seiring bertambahnya usia, lansia mengalami hipertensi akibat faktor fisiologis yang menyebabkan kehilangan elastisitas dan kekakuan pada pembuluh darah. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan komplikasi dan mempengaruhi kualitas hidup lansia. Terapi *non* farmakologis seperti terapi pijat menjadi solusi dalam menurunkan tekanan darah. Salah satu terapi *non* farmakologis adalah terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM). **Tujuan;** Mendeskripsikan hasil pengamatan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) sebagai upaya menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. **Metode;** Metode penelitian ini adalah analisis deskriptif studi kasus dan menggunakan alat *sphygmomanometer* untuk mengukur tekanan darah. Penerapan terapi SSBM dilakukan dengan durasi waktu 10 menit sebanyak 3 kali dalam seminggu selama 4 minggu. **Hasil;** Setelah dilakukan penerapan terapi SSBM terjadi penurunan tekanan darah pada reponden I dan II yaitu dalam rentang kategori hipertensi stadium I. **Kesimpulan;** Penerapan terapi SSBM pada lansia dengan hipertensi dapat menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci : *Hipertensi, Lansia, Slow Stroke Back Massage* (SSBM)