

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut Usia yaitu manusia yang mempunyai usia diatas 60 tahun yang karena sebab-sebab tertentu yang secara jasmani, rohani, dan sosial tidak dapat terpenuhi. Bersamaan bertambahnya umur, permasalahan kesehatan akan semakin meningkat. Kemunduran fungsi fisiologi dampak dari bertambah umurnya, oleh karena itu lanjut usia sering menderita penyakit tidak menular. Masalah degeneratif juga melemahkan sistem kekebalan tubuh lansia. Menurunnya fungsi organ tubuh, terutama pada lansia, dapat melemahkan daya tahan tubuh lansia dan rentan terhadap serangan berbagai penyakit (Kumalasary & Seftiana, 2021).

Data verifikasi kasus berdasarkan kelompok umur, kematian tertinggi dialami oleh lansia yaitu 39,29%. Lanjut usia rentan mempunyai kondisi kronis atau penyakit penyerta seperti hipertensi, penyakit jantung, diabetes, asma atau kanker, komplikasi dan penyakit organ. Hipertensi termasuk penyakit yang kerap timbul pada seseorang yang lanjut usia. Sebagai teoritis lanjut usia yang menderita hipertensi disebabkan oleh kemunduran kelenturan pembuluh darah arteri akibat reaksi penuaan, kecuali karena kelenturan juga dapat disebabkan oleh kultur dari diri sendiri (Indriani et al., 2021).

Tekanan darah tinggi terkadang tidak menunjukkan gejala sehingga menjadi *silent killer* dan juga pemicu stroke, penyakit jantung, dan ginjal. Hipertensi adalah kondisi di mana pembuluh darah melebar dalam waktu yang lama sehingga mengakibatkan organ jantung meningkatkan kemampuan tubuh akan oksigen serta nutrisi (Septiana, Ni Nita, 2019).

Menurut data WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) tahun 2019, saat ini hipertensi menyerang 22 % populasi dunia, dan Asia Tenggara menempati urutan ketiga dengan 25 % populasi. Indonesia proporsi dari populasi hipertensi yang diukur dibawah umur 18 tahun merupakan 63.309.620 atau 34,1% kasus penderita hipertensi, tingkat kematian sebesar 427.218. Proporsi dari populasi hipertensi di Indonesia usia di atas 18 tahun terjadi peningkatan berawal dari 25,8% ke 34,1% dimana penderita hipertensi sebagian besar adalah lansia. Prevalensi penyakit hipertensi pada usia 60-64 tahun sebanyak 45,9%, sebanyak 57,6% pada usia 65-74 tahun, selanjutnya pada usia 75 tahun sebanyak 63,8%. Pada usia 60-64 tahun, risiko terjadinya hipertensi meningkat hingga 2,45 kali lalu bertambah hingga 2,97 kali di umur 70 tahun (Prमितasari, A & Cahyati, W. H, 2022).

Pada tahun 2020 prevalensi hipertensi mencapai sebanyak 39,8%, didapat oleh data Riskesdas tahun 2018 proporsi dari populasi provinsi Jawa Barat meningkat dari data 34,5 %. Prevalensi hipertensi bertambah dikarenakan gaya hidup dan perilaku. Tahun 2018 data Riskesdas umur 15 tahun ke atas mengetahui faktor risiko yaitu sebanyak 35,5% kurang mengonsumsi sayur buah dan kurang berolahraga, merokok sebanyak 29,3%, sebanyak 31%

obesitas netral, dan sebanyak 21,8% obesitas menurun. Kota Bogor termasuk dalam provinsi Jawa Barat dan mempunyai prevalensi hipertensi sebesar 63% (Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2020).

Penanganan hipertensi dapat melalui terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi yaitu obat yang digunakan sebagai terapi untuk penurunan tekanan darah, seperti diuretik, penghambat, antagonis kalsium, dan penghambat enzim pengubah angiotensin. Sedangkan non farmakologi adalah pengobatan tanpa obat, menjadikan pola hidup lebih sehat, menghindari faktor risiko, pengobatan tradisional atau alternatif yang saling melengkapi. Berdasarkan riset penerapan non farmakologi yang bisa diterapkan yaitu relaksasi otot progresif, senam hipertensi, relaksasi benson, terapi genggam jari, relaksasi nafas dalam, relaksasi *guided imagery*, hidroterapi dan *slow stroke back massage* (Kusumoningtyas & Ratnawati, 2018).

Slow Stroke Back Massage adalah terapi dengan pijat dan usapan perlahan dilakukan pada area punggung yang meningkatkan relaksasi dan menyebabkan pelepasan hormon endorfin untuk membuat tekanan darah menurun. *Slow Stroke Back Massage* yaitu tekanan dan sentuhan di tubuh area punggung dengan efek relaksasi pada ligament, tendon, dan otot, sehingga aktivitas saraf parasimpatis meningkat membuat vasodilatasi sistematis dan penurunan kontraktifitas miokard, yang bermanifestasi sebagai penurunan curah jantung, stroke, dan denyut jantung yang membuat terjadi menurunnya tekanan darah (Pinasthika, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian Kusumoningtyas dan Ratnawati (2018). Analisis perubahan sebelum dan setelah pada tekanan darah penerapan *Slow Stroke Back Massage* hasil sebelum penerapan rerata sistol (154,60 mmHg), diastol (93,27 mmHg) dan setelah penerapan sistol (149,33 mmHg), diastol (88,00 mmHg) yang berarti terlihat perbedaan hasil tekanan darah yang signifikan sebelum penerapan dan setelah penerapan pada responden.

Menurut Mahfuzah., Alini., Hidayat, R., (2023) hasil penelitian sebelum penerapan menunjukkan bahwa rata-rata sistol (162,5 mmHg) dan diastol (89,16 mmHg), setelah penerapan rata-rata sistol (131,66 mmHg) dan diastol (76,66 mmHg) yang berarti penerapan ini memberikan manfaat untuk menurunkan tekanan darah.

Kelurahan Bubulak Kecamatan Bogor Barat Kota Bogor terdapat 12.340 jumlah jiwa. Keluarga yang memiliki lansia terdapat 639 keluarga dan terdapat 819 orang lansia (BKKBN, 2022). Peneliti mendapatkan informasi dari kader di RW 07 Kelurahan Bubulak terdapat lansia sebanyak 229 orang dengan penyakit terbanyak yang dialami lansia yaitu hipertensi dan 70 lansia menderita hipertensi.

Berdasarkan penjabaran tersebut, peneliti tertarik melakukan studi kasus penerapan *Slow Stroke Back Massage*, dimana penerapan tersebut relatif efektif dilakukan untuk membantu penurunan tekanan darah pada lansia yang menderita tekanan darah tinggi, berjudul “Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di RW 07 Kelurahan Bubulak Kota Bogor”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut “*Bagaimana Penerapan Slow Stroke Back Massage Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di RW 07 Kelurahan Bubulak Kota Bogor?*”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran penerapan *slow stroke back massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di RW 07 Kelurahan Bubulak Kota Bogor.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik (usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, indeks massa tubuh, olahraga) responden dengan hipertensi dalam penerapan *slow stroke back massage* di RW 07 Kelurahan Bubulak Kota Bogor.
- b. Diketahui gambaran hasil tekanan darah sebelum mendapatkan penerapan *slow stroke back massage* di RW 07 Kelurahan Bubulak Kota Bogor.
- c. Diketahui penerapan *slow stroke back massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di RW 07 Kelurahan Bubulak Kota Bogor.
- d. Diketahui gambaran hasil tekanan darah setelah mendapatkan penerapan *slow stroke back massage* di RW 07 Kelurahan Bubulak Kota Bogor.

D. Manfaat Penelitian

1. Peneliti

Diharapkan meningkatnya pengetahuan dan wawasan tentang karya tulis ilmiah dengan pendekatan studi kasus. Menambah pengetahuan tentang penerapan *Slow Stroke Back Massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi.

2. Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat menjadi rujukan, acuan dan masukan untuk pengembangan ilmu keperawatan, dan berguna sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya khususnya dalam bidang keperawatan komunitas.

3. Institusi Pelayanan Kesehatan atau Tempat Penelitian

Diharapkan Pelayanan Kesehatan dapat mengakses dan mendapatkan gambaran hasil penelitian penerapan *Slow Stroke Back Massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi kemudian dijadikan sebagai pertimbangan program pengembangan.