

Health Polytechnic Ministry of Health Bandung
Nursing Study Program (Bogor Campus) Diploma Three Program

Amelia Apriliani
P17320321042

Application of Slow Stroke Back Massage to Lower Blood Pressure in the Elderly with Hypertension in RW 07 Bubulak Village Bogor City

i-xiii + 49 pages, V Chapter, 7 Tables, 9 Attachments

ABSTRACT

According to WHO data in 2019, hypertension currently attacks 22% of the world's population. The prevalence of hypertension in the population over the age of 18 years in Indonesia has increased from 25.8% to 34.1%, where most people with hypertension are elderly. Hypertension is a disease that often arises in the elderly caused by the deterioration of the flexibility of arteries due to aging reactions. Slow Stroke Back Massage is a massage therapy with slow strokes on the back that promotes relaxation and causes the release of endorphins to lower blood pressure. The purpose of this study was to get an overview of the Application of Slow Stroke Back Massage to Lower Blood Pressure in the Elderly with Hypertension in RW 07 Bubulak Village. This research uses case study design. Sampling is carried out non-probability with purposive sampling techniques. The results of this study showed that there was a decrease in blood pressure with the average systole was 117.66 mmHg and the average diastole was 71.33 mmHg. The application of slow stroke back massage is recommended to lower blood pressure in the elderly with hypertension in RW 07 Bubulak Village.

Keywords : Hypertension, Elderly, Slow Stroke Back Massage

Bibliography : 20 sources (2014-2023)

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung
Program Studi Keperawatan (Kampus Bogor) Program Diploma Tiga

Amelia Apriliani

P17320321042

Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di RW 07 Kelurahan Bubulak Kota Bogor

i-xiii + 49 halaman, V BAB, 7 Tabel, 9 Lampiran

ABSTRAK

Menurut data WHO tahun 2019, hipertensi saat ini menyerang 22 % populasi dunia. Prevalensi hipertensi pada penduduk usia di atas 18 tahun di Indonesia mengalami peningkatan dari 25,8% menjadi 34,1%, dimana penderita hipertensi sebagian besar adalah lansia. Hipertensi termasuk penyakit yang kerap timbul pada lansia disebabkan oleh kemunduran kelenturan pembuluh darah arteri akibat reaksi penuaan. *Slow Stroke Back Massage* merupakan terapi pijat dengan usapan perlahan pada punggung yang meningkatkan relaksasi dan menyebabkan pelepasan hormon endorfin untuk menurunkan tekanan darah. Tujuan dari penelitian ini adalah mendapatkan gambaran mengenai Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di RW 07 Kelurahan Bubulak. Penelitian ini menggunakan desain studi kasus. Pengambilan sampel dilakukan secara *non-probability* dengan teknik *purposive sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah dengan rerata sistol adalah 117,66 mmhg dan rerata diastole adalah 71,33 mmhg. Penerapan *slow stroke back massage* direkomendasikan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di RW 07 Kelurahan Bubulak.

Kata Kunci : Hipertensi, Lansia, *Slow Stroke Back Massage*

Daftar Pustaka : 20 sumber (2014-2023)