

BAB I

PENDAHULUAN

I. 1 Latar Belakang

Indonesia merupakan salah satu negara yang akan mengalami ledakan penduduk usia lanjut. Angka harapan hidup penduduk Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Badan Pusat Statistik (BPS) menyatakan persentase penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia sebesar 11,75% pada 2023. Angka tersebut naik 1,27% poin dibandingkan dengan tahun sebelumnya yang sebesar 10,48%. Seiring dengan naiknya persentase lansia, rasio ketergantungan mereka pun bertambah menjadi 17,08 pada 2023. Ini berarti 100 penduduk usia produktif menanggung 17 penduduk lansia. Adapun, 63,59% lansia merupakan lansia muda atau berada di rentang usia 60-69 tahun. Sebanyak 26,76% lansia berusia 70-79 tahun atau madya. Sementara, 8,65% sisanya merupakan lansia tua atau berusia 80 tahun ke atas. Berdasarkan jenis kelaminnya, 52,28% lansia merupakan perempuan. Persentase itu lebih tinggi dibandingkan lansia laki-laki yang sebesar 47,72%. Lebih lanjut, mayoritas provinsi di Indonesia memiliki persentase penduduk lansia di atas 6%. Bahkan, ada delapan provinsi yang persentase penduduk lansianya sudah melebihi 10%. Salah satunya di provinsi Jawa Barat, dengan persentase penduduk lansia yaitu 11,21% (Risikesdas, 2018). Sedangkan berdasarkan data Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya, prevalansi lansia yaitu sebanyak 5.164 dengan jumlah 2.708 perempuan dan 2.456 laki-laki.

Salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak diderita lansia adalah hipertensi. Menurut Kemenkes RI (2019), hipertensi adalah masalah utama di Indonesia dan di seluruh dunia karena merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti diabetes, gagal ginjal, stroke, dan jantung. Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah berada di atas 140/90 mmHg. Ini meningkatkan risiko

kerusakan pembuluh darah besar, perifer, otak, jantung, ginjal, dan pembuluh darah penting lainnya (Laurensia et al., 2022)

Data *World Health Organization* (WHO, 2018) menunjukkan bahwa sekitar 972 juta orang, atau 26,4 persen dari populasi global, mengidap hipertensi. Angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 29,2 persen pada tahun 2021. Diperkirakan 9,4 juta orang meninggal setiap tahun karena hipertensi dan komplikasinya. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju, dan sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Hasil pengukuran RISKESDAS pada tahun 2013 menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 25,8%, meningkat 8,3 persen dibandingkan dengan hasil RISKESDAS 2018 yang menunjukkan prevalensi hipertensi adalah 34,1 persen. Kelompok usia 45 hingga 60 tahun (45,3%) memiliki hipertensi. Ini karena tekanan darah cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Di Indonesia, ada 63.309.620 kasus hipertensi dan 427.218 kematian akibat hipertensi (Kemenkes RI, 2018). Untuk di provinsi Jawa Barat, hasil pengukuran (Riskesdas, 2018) menyatakan prevalensi hipertensi di Jawa Barat adalah 39,60% yang sering terjadi pada usia 65-74 tahun (71,08%). Prevalensi hipertensi tertinggi di Jawa Barat salah satunya terdapat di Tasikmalaya yaitu sebesar 45,33% (Riskesdas, 2018). Sedangkan berdasarkan data dari Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya, prevalensi hipertensi pada lansia di tahun 2024 sebanyak 419 pasien dengan jumlah 288 perempuan dan 131 laki-laki.

Tingginya angka kejadian hipertensi pada lansia memerlukan peran petugas kesehatan untuk melakukan upaya menghindari komplikasi yang dapat timbul akibat hipertensi seperti stroke, serangan jantung, gagal ginjal, dan gangguan penglihatan. Sampai saat ini banyak penelitian yang telah menciptakan obat-obatan non farmakologi untuk mengendalikan berat darah pada penderita hipertensi. Beberapa diantaranya berpendapat bahwa pendekatan non-farmakologis dapat diterapkan pada penderita hipertensi, antara lain; cara mengurangi peregangan, penurunan berat badan, membatasi

minuman keras, natrium dan tembakau, berolahraga atau berolahraga yang berdampak meningkatkan lipoprotein ketebalan tinggi, dan bersantai yang merupakan syafaat wajib yang harus dilakukan dalam setiap pengobatan hipertensi (Trisnadewi et al., 2018).

Massage merupakan terapi non farmakologi yang sangat efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi. *Massage* adalah teknik penyembuhan yang ditetapkan kedalam bentuk sentuhan langsung dengan tubuh penderita untuk memberikan efek relaksasi melalui mechanoreseptor tubuh yang mengatur kehangatan, tekanan dan sentuhan menjadi mekanisme relaksasi, selain itu dapat terjadi hubungan saling percaya antara pasien dengan perawat (Kusumoningtyas & Ratnawati, 2018). Terapi *slow stroke back massage* merupakan salah satu terapi dengan tindakan pijat punggung dengan usapan yang perlahan selama 3-10 menit, terapi ini membantu melancarkan sirkulasi darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah, dan meningkatkan hormon endorfin yang dapat memberikan rasa nyaman (Pangastuti et al., 2022)

Rasulullah adalah teladan dalam melakukan terapi pijat dengan mengusap sebagian anggota tubuhnya sebagaimana diisyaratkan dalam hadits berikut:

عَنْ عَائِشَةَ، أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ إِذَا أَوَى إِلَى فِرَاشِهِ كُلَّ لَيْلَةٍ جَمَعَ كَفَّيْهِ ثُمَّ نَفَثَ فِيهِمَا فَقَرَأَ فِيهِمَا : (قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ) (وَ :) قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ (وَ :) قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ) ثُمَّ يَمْسَحُ بِهِمَا مَا اسْتَطَاعَ مِنْ جَسَدِهِ يَبْدَأُ بِهِمَا عَلَى رَأْسِهِ وَوَجْهِهِ وَمَا أَقْبَلَ مِنْ جَسَدِهِ يَفْعَلُ ذَلِكَ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ.

Dari 'Aisyah Ra. bahwasanya Rasulullah Saw. apabila hendak beristirahat di setiap malam mendekatkan kedua tangannya lalu berdo'a dan memcaba qul huallah, qul a'udzu birabbi al falaq, qul 'audzubirabbi an nas, kemudian mengusapkan kedua tangannya kepada sebagian anggota tubuhnya yang dapat dijangkau dengan memulai dari kepalanya, wajahnya, dan tubuh yang lainnya sebanyak tiga kali.

Hadits di atas menunjukkan upaya yang dilakukan oleh Rasulullah Saw. dalam menyembuhkan penyakit dengan cara berdo'a dan mengusap bagian yang sakit. Usapan Rasulullah Saw. sama dengan terapi pijatan pada

pasien *slow stroke* yang dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi.

Di sisi lain, Islam menanamkan keyakinan bahwa setiap penyakit pasti akan ada obatnya, dan juga menanamkan keyakinan bahwa ketika seorang Muslim diuji dengan penyakit Allah akan menyembuhkannya dengan obat dan ikhtiar maksimal. Sebagaimana disampaikan oleh Jabir dalam hadits berikut:

عَنْ جَابِرٍ عَنِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءٌ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ. (رواه مسلم وأبو داود)

“Dari Jabir dari Rasulullah SAW. Beliau bersabda: setiap penyakit ada obatnya. Apabila ditemukan obat yang tepat untuk suatu penyakit, maka akan sembuhlah penyakit itu dengan izin Allah (HR. Muslim, Abu Daud dan Ahmad)”.

Hadits di atas mengisyaratkan diizinkannya seseorang Muslim mengobati penyakit yang dideritanya. Sebab, setiap penyakit pasti ada obatnya. Jika obat yang digunakan tepat mengenai sumber penyakit, maka dengan izin Allah SWT penyakit tersebut akan hilang dan orang yang sakit akan mendapatkan kesembuhan. Meski demikian, kesembuhannya kadang terjadi dalam waktu yang agak lama, jika penyebab penyakitnya belum diketahui atau obatnya belum ditemukan. Sama halnya dengan terapi *Slow Stroke Back Massage* yang dapat menurunkan denyut jantung dan curah jantung sehingga dapat terjadi penurunan tekanan darah. *Slow Stroke Back Massage* dilakukan selama 3-10 menit (Samosir & Triyulianti, 2021)

Hal ini sudah dibuktikan oleh beberapa peneliti yang sudah melakukan penelitian tentang pemberian terapi *Slow Stroke Back Massage* untuk menurunkan tekanan darah. Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Meidayanti 2023 memberikan intervensi *slow stroke back massage* dalam waktu 10 menit yang dilakukan 3 kali seminggu dalam 1x sehari selama 4 minggu, hasil yang diperoleh rerata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok intervensi adalah 21,04 mmHg dan 11,68 mmHg, p-value (0,000<0,05). Sedangkan rerata penurunan tekanan darah sistolik

dan diastolik pada kelompok kontrol adalah 3,00 mmHg dengan p-value ($0,071 > 0,05$) dan 2,04 mmHg dengan p-value ($0,081 > 0,05$). Hasil analisis data menggunakan uji Independent Sample T-test diperoleh p-value sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh slow stroke back massage terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan penelitian lain yang dilakukan oleh (Mobalen et al., 2020) dilakukan pada 43 responden dengan penerapan slow stroke back massage yang dilakukan selama 3-10 menit didapatkan hasil adanya pengaruh *Stimulasi Kutaneus Slow Stroke Back Massage* (SSBM) mengalami perubahan tekanan darah. Dari 30 responden yang mengalami hipertensi derajat I dan derajat II ketika sudah diberikan intervensi, sebesar 96,7% yang mengalami penurunan darah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Pangastuti et al., 2022), yang dilakukan pada 67 responden selama 4 minggu. Hasil analisis dari pengukuran tekanan darah pada lansia minggu 1 sampai dengan minggu 4 sebelum dilakukan terapi, mayoritas lansia memiliki tekanan darah pada derajat 1 sebanyak 34 orang (50%). Setelah diberikan terapi mengalami penurunan dengan mayoritas responden memiliki tekanan darah pada derajat 1 menjadi 31 orang (47%).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peran perawat sangat penting untuk memberikan asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi untuk menurunkan tekanan darah. Peran perawat dalam memberikan asuhan keperawatan dapat memfokuskan pemenuhan kebutuhan dasar dengan melakukan pengkajian kepada pasien, menentukan diagnosa keperawatan yang tepat, menentukan intervensi keperawatan dengan memberikan terapi *Slow Stroke Back Massage* dapat menghindari resiko ataupun komplikasi dari penyakit Hipertensi, melaksanakan implementasi keperawatan, dan memberikan evaluasi kepada pasien penderita Hipertensi.

Berdasarkan data kunjungan ke Puskesmas Tamansari pada bulan November-Desember 2023 penderita Hipertensi penatalaksanaanya hanya diberikan terapi farmakologi dan berdasarkan studi pendahuluan pada saat praktik keperawatan bulan November 2023 di wilayah kerja Puskesmas Tamansari, terapi *Slow Stroke Back Massage* belum banyak dilakukan sebagai terapi komplementer atau non-farmakologi, sementara hasil-hasil penelitian sudah banyak membuktikan bahwa ada efektifitas dari terapi *Slow Stroke Back Massage* ini untuk menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk mengimplementasikan asuhan keperawatan keluarga gerontik dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* untuk mengurangi tekanan darah pada Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

I. 2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas bahwa ada usia lanjut akan terjadi berbagai kemunduran pada organ tubuh, oleh sebab itu lansia mudah sekali terkena penyakit salah satunya penyakit hipertensi. Penyakit hipertensi akan menjadi masalah serius jika dibiarkan begitu saja. Hipertensi akan menimbulkan komplikasi yang berbahaya seperti seperti stroke, serangan jantung, gagal ginjal dan kerusakan penglihatan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan *Slow Stroke Back Massage*. *Slow Stroke Back Massage* dapat menurunkan denyut jantung dan curah jantung sehingga dapat terjadi penurunan tekanan darah.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan peneliti dapat dirumuskan sebagai berikut “Bagaimana Asuhan Keperawatan Keluarga Gerontik Dengan Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya?”

I. 3 Tujuan Penelitian

Untuk menggambarkan asuhan keperawatan keluarga gerontik dengan penerapan *slow stroke back massage* untuk menurunkan tekanan darah di wilayah kerja Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

I. 4 Manfaat

Karya tulis ilmiah ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam penerapan terapi *slow stroke back massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

2. Profesi Keperawatan

Menambah keluasan ilmu terapan dibidang keperawatan dalam terapi *slow stroke back massage* untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

