

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Hipertensi saat ini menjadi masalah global karena prevalensinya yang terus meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas, inaktivitas fisik dan stres psikososial. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dengan tekanan sistolik  $\geq 140$ mmHg dan/atau tekanan diastolik  $\geq 90$  mmHg dan merupakan salah satu penyakit generatif yang sebagian besar dialami oleh lansia (Wardana et al., 2020)

Hipertensi disebut juga sebagai “*Silent Killer*” atau “pembunuh diam-diam” karena pada umumnya penderita hipertensi tidak merasakan gejala yang berarti, sehingga penderita hipertensi seringkali mengabaikan kondisinya hingga pada akhirnya dapat mengakibatkan terjadinya komplikasi serius dan dapat mengancam keselamatan jiwa (Massa & Manafe, 2022). *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa penyakit kardiovaskuler termasuk hipertensi menjadi penyebab kematian dari 17,9 juta orang di dunia setiap tahunnya, dimana jumlah ini mencakup  $\pm 31\%$  dari semua kematian (WHO, 2018).

Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan jumlah penderita hipertensi terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah pada tahun 2025, diperkirakan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. Data WHO menyebutkan bahwa di negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sebesar 40% sedangkan negara maju hanya 35%, kawasan Afrika memegang posisi tertinggi penderita hipertensi, yaitu sebesar 40%. Kawasan Amerika sebesar 35% dan Asia Tenggara 36%. Pada kawasan Asia penyakit

hipertensi telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya. Hal ini menandakan satu dari tiga orang menderita hipertensi (Punjastuti & Fatimah, 2020)

Di Indonesia, prevalensi hipertensi menurut Riskesdas tahun 2018 sangat tinggi yaitu 34,1%. Angka ini mengalami peningkatan jika dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas 2013 yaitu sebesar 25,8%. Sedangkan di kota Malang, jumlah estimasi penderita hipertensi sekitar 230.070 penduduk, dengan jumlah laki-laki 112.634 orang dan perempuan 117.436 orang. Dari jumlah tersebut, penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 87,8% atau 202.064 penduduk. Dari angka tersebut, hipertensi menempati urutan pertama penyakit tidak menular terbanyak dari tahun 2020 hingga tahun 2023 di kota Malang (Dinkes Malang, 2023)

Lansia merupakan usia yang paling banyak mengalami hipertensi karena pada usia ini pembuluh darah akan mengalami pengerasan (kaku) sejalan dengan bertambahnya usia seseorang. Hal ini akan menyebabkan jantung memompa darah lebih kuat sehingga akhirnya mengakibatkan terjadi hipertensi pada lansia (Mahfuzah et al., 2023)

Penyebab hipertensi dapat dikategorikan menjadi dua faktor yakni faktor yang tidak dapat diubah seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga serta faktor yang masih dapat diubah yaitu gaya hidup seseorang seperti kebiasaan merokok dan kebiasaan pola makan yang tidak sehat (Supriyanto, 2019). Teori lain juga menegaskan bahwa ada beberapa faktor yang menjadi penyebab terjadinya penyakit hipertensi seperti kelainan pembuluh darah, gangguan kelenjar tiroid, faktor keturunan, pola makan, faktor merokok, berat badan, dan

faktor alkohol yang dianggap sangat mempengaruhi meningkatnya angka kejadian hipertensi (Ikwan, 2021)

Peran seorang perawat sangat diperlukan untuk mencegah timbulnya komplikasi pada penderita hipertensi salah satunya menggunakan terapi non farmakologi. Salah satu bentuk terapi non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengontrol tekanan darah dapat melalui terapi relaksasi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM). SSBM merupakan terapi relaksasi dengan pijatan yang lembut di daerah punggung yang dapat memberikan efek fisiologis terutama pada vaskular, muskular, dan sistem saraf pusat pada tubuh. Selain itu, efek relaksasi yang ditimbulkan melalui terapi SSBM dapat memperlancar sirkulasi darah dan menurunkan tekanan darah (Ikwan, 2021).

Studi yang dilakukan oleh Wibowo (2020) di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna dari *Slow Stroke Back Massage* terhadap penurunan hipertensi pada lansia dengan hasil analisa bivariat uji Paired t Test diperoleh nilai significancy P value = 0,000 yang artinya terdapat pengaruh yang bermakna dari *Slow Stroke Back Massage* terhadap penurunan hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.

Dari hasil observasi yang dilakukan peneliti di Puskesmas Mulyorejo, Malang. Banyak lansia penderita hipertensi yang melakukan kunjungan untuk mendapat terapi farmakologi di Puskesmas. Tetapi belum ada penerapan terapa non farmakologi yang dilakukan untuk mengurangi tekanan darah pada lansia. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan asuhan keperawatan dengan

penerapan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) terhadap lansia penderita hipertensi.

## 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas , maka rumusan masalah yang dapat diambil adalah “ Bagaimanakah penerapan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi?”

## 1.3. Tujuan

### 1.3.1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah puskesmas Mulyorejo

### 1.3.2. Tujuan khusus

1. Mendeskripsikan hasil pengkajian keperawatan dalam pemberian terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah puskesmas Mulyorejo
2. Merumuskan diagnosa keperawatan dalam pemberian *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah puskesmas Mulyorejo
3. Merencanakan tindakan keperawatan dalam pemberian terapo *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah puskesmas Mulyorejo
4. Melakukan tindakan keperawatan berupa pemberian terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah puskesmas Mulyorejo

5. Melakukan evaluasi dari pemberian terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di wilayah puskesmas Mulyorejo