

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peningkatan kualitas hidup manusia Indonesia merupakan tujuan bangsa yang tercantum dalam Nawacita keenam. Peningkatan kualitas hidup dapat diwujudkan dengan meningkatkan derajat kesehatan dan kesejahteraan pada berbagai kelompok usia sebagai suatu bentuk investasi keberhasilan pembangunan kesehatan. Salah satu kelompok usia yang perlu untuk diperhatikan kondisinya adalah lansia (Kemenkes RI, 2019). PBB merilis data bahwa Indonesia tercatat sebagai negara dengan jumlah penduduk lansia terbanyak ke-8 di dunia. Badan Pusat Statistik menyatakan jumlah lansia tahun 2021 mencapai 10,48% dari total penduduk atau sekitar 29,3 juta jiwa. Daerah Istimewa Yogyakarta berada pada urutan pertama sebagai provinsi dengan populasi lansia terbanyak yaitu 16.69% (BPS, 2022).

Kesejahteraan lansia dapat dicerminkan melalui kondisi kesehatannya. Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Tahun 2021 sebanyak 42,22% lansia pernah mengalami keluhan kesehatan dalam sebulan terakhir, separuh di antaranya (22,48%) terganggu aktivitasnya sehari-hari atau sakit (BPS, 2022).

Seiring dengan penambahan usia, risiko terkena penyakit degeneratif kian meningkat. Salah satu penyakit degeneratif paling dominan di dunia kesehatan adalah hipertensi. Hipertensi adalah suatu kondisi kronis dimana tekanan darah seseorang meningkat lebih dari normal, yaitu tekanan darah

sistolik di atas 140 mmHg dan diastolik di atas 90 mmHg (Normaliyanti *et al.*, 2021; Punjastuti & Fatimah, 2020).

Data WHO (*World Health Organization*) menunjukkan sekitar 1,13 juta orang di dunia mengalami hipertensi. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. (WHO, 2019). Riskesdas (2018) menjelaskan hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang memiliki prevalensi tertinggi yang didiagnosis di fasilitas kesehatan dengan jumlah mencapai 185.857 kasus.

Angka kejadian hipertensi akan bertambah seiring dengan bertambahnya usia seseorang. Usia 45 tahun sampai 54 tahun kejadian hipertensi mencapai 45,3%, pada usia 55 hingga 64 tahun mencapai 55,3%, pada usia 65 sampai 74 tahun mencapai 69,5% (Kemenkes RI, 2019).

Prevalensi hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sebesar 32.86%. Prevalensi ini menempatkan DIY pada urutan ke-12 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi. Hipertensi selalu masuk dalam 10 besar penyakit sekaligus 10 besar penyebab kematian di DIY selama beberapa tahun terakhir berdasarkan surveilans terpadu penyakit (STP) (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan laporan dari profil Puskesmas Godean I tahun 2022 menunjukkan bahwa hipertensi menempati urutan pertama dalam daftar 10 besar penyakit yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Godean I tahun 2022.

Meningkatnya kejadian hipertensi mengakibatkan jumlah kematian serta terjadinya risiko komplikasi akan semakin bertambah setiap tahunnya. Hipertensi juga dijuluki sebagai *silent killer* dimana gejala yang dirasakan bervariasi pada masing-masing individu yang mengalaminya serta hampir

sama dengan gejala penyakit lainnya. Gejala yang lazim timbul yakni sakit kepala atau rasa berat pada tengkuk, mudah lelah, jantung berdebar-debar, telinga berdenging, penglihatan kabur serta mimisan. Keluhan yang paling sering menyertai lansia penderita hipertensi adalah nyeri kepala atau rasa berat pada tengkuk. Hal tersebut dapat mengganggu kebutuhan rasa nyaman pada lansia. Sehingga diperlukan cara untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman (Fresia, 2021).

Guna mengatasi keluhan yang diakibatkan oleh hipertensi diperlukan penatalaksanaan yaitu dengan farmakologi dan non farmakologi. Farmakologi adalah dengan menggunakan obat-obatan, sedangkan terapi non farmakologi dipilih karena tidak membutuhkan banyak biaya, lebih mudah untuk dikerjakan serta minim efek samping. Penatalaksanaan diharapkan dapat menurunkan keluhan yang dirasakan akibat hipertensi, menjaga kestabilan tekanan darah, menurunkan risiko terjadinya komplikasi, dan mengurangi risiko penyakit kardiovaskuler. **Kesalahan! Sumber referensi tidak ditemukan..**

Pemberian asuhan keperawatan dilakukan dengan pendekatan pemecahan masalah sesuai kondisi klien. Peran perawat sebagai *care provider* untuk mengurangi keluhan pada pasien hipertensi menggunakan intervensi keperawatan mandiri salah satunya dengan menerapkan terapi non farmakologi. Ada bermacam-macam terapi non farmakologi yang dapat dipilih seperti akupresur, senam, yoga, massage dan lain-lain.

Diantara bermacam-macam terapi non farmakologi yang dapat diterapkan untuk penderita hipertensi, intervensi massage atau pijat dipilih karena memberikan efek relaksasi. Pijat ialah sebuah teknik penyembuhan

yang melibatkan kontak langsung dengan tubuh pasien guna memberi efek relaksasi melalui mechanoreseptor tubuh yang mengatur suhu tubuh, selain tekanan serta sentuhan sebagai mekanisme relaksasi, hubungan saling percaya dapat dibangun antara pasien dan perawat. Terapi Pijat yang dapat memberi bantuan dalam turunkan tekanan darah antara lain *slow stroke back massage* (Punjastuti & Fatimah, 2020).

Slow stroke back massage merupakan terapi manipulasi dengan pijatan lembut pada jaringan yang bertujuan memberikan efek terhadap fisiologis terutama pada vascular, maskular dan sistem saraf pada tubuh. Terapi ini secara fisiologis dapat memperbaiki peredaran darah, merilekskan ketegangan pada otot-otot, mengurangi nyeri dan meningkatkan relaksasi fisik serta psikologis. Relaksasi tersebut menyebabkan terjadinya pelepasan-endorfin, sehingga membatasi-jalan stimulus nyeri juga bermanfaat menurunkan tekanan darah, dan meningkatkan kualitas tidur (Febiani & Oktaviani, 2019).

Beberapa keuntungan yang didapat dari *slow stroke back massage* ialah tindakan ini bisa dilaksanakan di rumah, sehingga pasien atau keluarga lebih mudah melakukannya untuk menangani nyeri dan keluhan tidak nyaman. Keuntungan lainnya *slow stroke back massage* tidak menggunakan peralatan khusus serta tidak memerlukan dana yang besar sehingga hal ini bisa dilakukan pada masyarakat, mulai dari tingkat ekonomi rendah hingga ekonomi tinggi (Hidayat, 2023).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Godean I pada tanggal 27 Januari 2023 didapatkan bahwa sepuluh besar penyakit terbanyak pada tahun 2022 yang menduduki peringkat pertama dengan persentase 56%

yaitu penyakit hipertensi. Berdasarkan wawancara dengan petugas kesehatan di puskesmas, upaya promosi kesehatan yang telah diberikan kepada lansia penyandang hipertensi adalah penyuluhan gaya hidup sehat, konsumsi obat secara teratur, dan rutin monitor tekanan darah ke fasilitas kesehatan, namun banyak lansia penderita hipertensi yang tidak rutin minum obat, serta tidak rutin mengikuti kegiatan posyandu lansia. Sejauh ini belum ada upaya terapi non farmakologi yang diberikan pada lansia yang tidak rutin mengikuti kegiatan posyandu serta lansia yang tidak mengkonsumsi obat rutin di puskesmas Godean 1.

Peneliti mengambil dua kasus lansia di Dusun Dukuh yang menderita hipertensi yaitu Ny. W berusia 78 tahun dan Ny. U yang berusia 79 tahun yang menderita hipertensi dibuktikan dengan hasil data di Puskesmas Godean 1 dan pengukuran tekanan darah pada klien yang selalu meningkat lebih dari 170/100 mmHg. Kedua lansia tidak rutin mengkonsumsi obat anti hipertensi, dan salah satu lansia tidak rutin kontrol ke pelayanan kesehatan, dan tidak rutin melakukan aktivitas fisik. Berdasarkan hasil wawancara dengan kedua lansia, keduanya belum pernah mendapatkan edukasi penerapan terapi *slow stroke back massage*, maka peneliti tertarik melakukan penerapan terapi *slow stroke back massage* dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Godean 1 Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah bagaimanakah penerapan *slow stroke back massage* dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman untuk menurunkan tekanan darah lansia dengan hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Godean I?

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Menerapkan *slow stroke back massage* pada dua kasus lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Godean I.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu menerapkan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pada penerapan *slow stroke back massage* dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman untuk menurunkan tekanan darah pada dua kasus lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Godean I.
- b. Mampu mendokumentasikan penerapan *slow stroke back massage* dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman untuk menurunkan tekanan darah pada dua kasus lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Godean I .
- c. Mampu mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan penerapan *slow stroke back massage* dalam upaya pemenuhan kebutuhan rasa nyaman untuk menurunkan tekanan darah pada dua kasus lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Godean I .

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat teoritis

Hasil penerapan terapi *slow stroke back massage* dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman pada dua kasus lansia dengan hipertensi dapat memberikan manfaat bagi kemajuan dibidang ilmu keperawatan terutama berkaitan dengan proses keperawatan gerontik mulai dari pengkajian hingga evaluasi yang berpedoman pada *Evidence Based Practice* bagi lansia dengan hipertensi.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Perawat Puskesmas

Asuhan Keperawatan dalam penerapan *slow stroke back massage* ini dapat dijadikan sebagai wawasan dan masukan bagi perawat dalam pelayanan kesehatan dengan memberikan edukasi kesehatan pada warga binaan untuk penerapan terapi komplementer yaitu *slow stroke back massage* dalam upaya menurunkan gangguan rasa nyaman dan tekanan darah lansia hipertensi.

b. Bagi Mahasiswa Perawat

Dapat digunakan sebagai bahan referensi materi pembelajaran dalam pemberian penerapan *slow stroke back massage* sebagai salah satu pilihan terapi komplementer bagi penderita hipertensi.

c. Bagi Keluarga dengan Lansia Hipertensi

Asuhan keperawatan dalam penerapan *slow stroke back massage* ini dapat menambah pengetahuan lansia dan keluarga sehingga mampu melakukannya secara mandiri sebagai terapi non farmakologi

pengelolaan hipertensi.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dalam studi kasus penerapan Slow Stroke Back Massage adalah ilmu keperawatan gerontik. Asuhan keperawatan diberikan pada dua kasus lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Godean I Kabupaten Sleman mulai tanggal 20 Februari sampai 04 Maret 2023. Proses Keperawatan yang diberikan pada klien dalam studi kasus ini berpedoman pada asuhan keperawatan gerontik dengan penerapan Slow Stroke Back Massage dalam upaya penurunan tekanan darah. Diagnosis keperawatan, target luaran dan rencana intervensi keperawatan gerontik pada kasus ini berpedoman pada SDKI, SLKI, SIKI.