

# **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. Salah satu kelompok usia yang perlu untuk diperhatikan kualitas hidupnya 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 (BPS) melaporkan persentasi penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia sebesar 11,75% pada tahun 2023. Angka tersebut naik 1,27% dibandingkan tahun sebelumnya. Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menjadi provinsi dengan persentase penduduk lansia tertinggi yaitu 16,02% (BPS, 2023). Jumlah lansia di Kabupaten Sleman sebanyak 126.167 jiwa. Jumlah tersebut merupakan jumlah tertinggi dibandingkan dengan kabupaten dan kota lainnya di DIY (BPS Sleman, 2022). Jumlah penduduk lansia di Dusun Depok, Ambarketawang, Gamping adalah 170 orang. Berdasarkan data kesehatan dari kader Dusun Depok sebagian besar lansia menderita penyakit hipertensi.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, penyakit yang terbanyak pada lansia adalah penyakit tidak menular antara lain : hipertensi, masalah gigi, penyakit sendi, diabetes melitus, penyakit jantung dan stroke. Hipertensi saat ini merupakan salah satu penyakit tidak menular

yang setiap tahunnya mengalami peningkatan jumlah penderitanya. Hipertensi sering juga disebut dengan *silent killer*, hal ini dikarenakan beberapa penderita hipertensi sering tidak merasakan keluhan tetapi hipertensi menjadi kontributor tunggal untuk penyakit jantung, gagal ginjal dan stroke di Indonesia (Kemenskkes, 2021).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) 1,3 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Penderita hipertensi di Indonesia terus mengalami kenaikan setiap tahunnya. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 dan 2018 prevalensi penderita hipertensi di Indonesia mengalami kenaikan. RISKESDAS tahun 2013 prevalensi penderita hipertensi adalah 25,8 % sedangkan hasil RISKESDAS tahun 2018 prevalensi penderita hipertensi mengalami kenaikan menjadi 34,1 %.

Data hasil Riskesdas 2018, penderita hipertensi di Indonesia yang patuh minum obat sebesar 53,74%, tidak rutin minum obat sebesar 32,27%, dan sisanya 13,33% tidak pernah minum obat. Penderita hipertensi yang tidak rutin minum obat alasan yang terbanyak yaitu merasa sudah sehat sebesar 59,8%. Sedangkan tingkat kerutinan penderita hipertensi melakukan cek tekanan darah 9,8% rutin melakukan cek tekanan darah, 46,2% kadang-kadang, dan 44% tidak pernah melakukan cek tekanan darah. Prevalensi hipertensi di DIY menurut Riskesdas 2018 adalah 11,01 % atau lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka nasional (8,8%). Prevalensi ini menempatkan DIY pada urutan ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi. (Profil Kesehatan DIY, 2022). Profil kesehatan Kabupaten Sleman tahun 2019

menunjukkan penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan standar mengalami kenaikan dibandingkan dengan data tahun 2018. Tahun 2018 penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan sesuai standar adalah 81,57% sedangkan tahun 2019 mengalami kenaikan menjadi 82,64%. Berdasarkan profil kesehatan Puskesmas Gamping I tahun 2022 menunjukkan bahwa hipertensi masuk dalam 10 besar penyakit.

Angka kejadian hipertensi akan bertambah seiring dengan bertambahnya usia seseorang. Usia 45 tahun sampai 54 tahun kejadian hipertensi mencapai 45,3% pada usia 55 sampai 64 tahun mencapai 55,3%, sedangkan pada usia 65 sampai 74 tahun mencapai 69,5% (Kemenkes RI, 2019). Kementerian kesehatan meluncurkan program CERDIK sebagai upaya promotif dan preventif untuk dapat mendeteksi dini penyakit hipertensi, program CERDIK adalah Cek kesehatan berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup dan Kelola stres sedangkan program PATUH digunakan untuk mengendalikan pasien yang sudah menderita hipertensi. Program PATUH adalah Periksa kesehatan secara rutin, Atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur, Tetap diet dengan gizi seimbang, Upayakan aktivitas fisik dengan aman, dan Hindari asap rokok, alkohol dan zat karsinogenik lainnya (Rosidin, 2022)

Hipertensi merupakan ancaman kesehatan masyarakat karena dapat menimbulkan komplikasi penyakit jantung koroner, stroke, dan gagal ginjal. Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi berupa pemberian obat-obat dengan jenis-

jenis medikasi antihipertensi, sedangkan terapi non farmakologi berupa modifikasi gaya hidup, mengurangi berat badan, pembatasan asupan natrium, modifikasi diet rendah lemak, pembatasan alkohol, pembatasan kafein, teknik relaksasi dan menghentikan kebiasaan merokok (Ainurrafiq et al., 2019).

Peran perawat sebagai *care provider* untuk mengurangi keluhan pada pasien hipertensi menggunakan intervensi keperawatan mandiri salah satunya dengan menerapkan terapi non farmakologi. Terapi non farmakologi ada berbagai macam yaitu seperti akupresur, senam, yoga, *massage* dan lain-lain. Terapi non farmakologi yang dapat diterapkan untuk penderita hipertensi adalah intervensi *massage* atau pijat. Pijat adalah sebuah teknik penyembuhan yang melibatkan kontak langsung dengan tubuh pasien guna memberi efek relaksasi melalui mechanoreseptor tubuh yang mengatu suhu tubuh, selain tekanan serta sentuhan sebagai mekanisme relaksasi, hubungan saling percaya dapat dibangun antara pasien dan perawat. Terapi pijat yang dapat menurunkan tekanan darah antara lain *Slow Stroke Back Massaage* (Punjabstuti, 2020).

Terapi *Slow Stroke Back Massage* merupakan terapi manipulasi pijatan lembut pada jaringan yang bertujuan memberikan efek terhadap fisiologis terutama vaskular, muskular, dan sistem saraf tubuh. Terapi ini tidak hanya memberikan efek relaksasi bagi pasien namun juga bermanfaat untuk kesehatan seperti melancarkan sirkulasi darah, menurunkan tekanan darah, menurunkan respon nyeri dan meningkatkan kualitas tidur (Septiari & Restuning, 2017). Kelebihan terapi *Slow Stroke Back Massage* dibandingkan terapi lainnya adalah terapi relaksasi ini lebih mudah, aman, sederhana dan

mudah. Selain itu terapi ini dapat dilakukan oleh semua orang dan tanpa perlu pelatihan khusus sehingga keluarga yang anggotanya mempunyai penyakit darah tinggi dapat mempraktekkannya (Meidayanti et al., 2023).

Berdasarkan wawancara dengan petugas kesehatan Puskesmas Gamping I kegiatan promotif dan preventif untuk lansia adalah skrining kesehatan lansia yang sudah dapat dilakukan oleh kader, penyuluhan kesehatan pada lansia, senam lansia, kunjungan rumah pada lansia dengan resiko tinggi. Kegiatan kuratif yang sudah dilakukan adalah melalui program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) yang bekerja sama dengan BPJS. Kegiatan PROLANIS ini terdiri dari pengobatan rutin bagi penderita hipertensi, pemeriksaan kesehatan rutin selama 6 bulan sekali. Terapi non farmakologi selama ini belum pernah diterapkan dalam penanganan hipertensi pada lansia di Puskesmas Gamping I.

Penulis mengambil dua kasus lansia di Dusun Depok yang menderita hipertensi yaitu Ibu S berusia 64 tahun dan Ibu N berusia 64 tahun. Kedua lansia tersebut tidak mengkonsumsi obat anti hipertensi dan tidak rutin kontrol ke pelayanan kesehatan. Kedua lansia tersebut juga sama-sama memiliki masalah dengan gangguan pola tidur. Berdasarkan hasil wawancara keduanya belum pernah mendapatkan edukasi tentang terapi *Slow Stroke Back Massage*, maka penulis tertarik melakukan penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping I

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah bagaimanakah penerapan *Slow Stroke Back Massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping I.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Menerapkan terapi *Slow Stroke Back Massage* pada dua kasus lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping I

### 2. Tujuan khusus

- a) Mampu menerapkan proses keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi pada penerapan *Slow Stroke Back Massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping I
- b) Mampu mendokumentasikan penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping I
- c) Mampu mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dalam pelaksanaan penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping I

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat teoritis

Hasil penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* dalam pemenuhan kebutuhan istirahat pada dua kasus lansia dengan hipertensi dapat memberikan manfaat bagi kemajuan bidang 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 terapi *Slow Stroke Back Massage* dapat dijadikan sebagai wawasan dan masukan bagi perawat dalam memberikan pelayanan kesehatan dan edukasi kesehatan pada keluarga binaan untuk melakukan terapi *Slow Stroke Back Massage* dalam upaya menurunkan gangguan pemenuhan istirahat dan menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi.

#### b) Bagi Mahasiswa Perawat

Bahan referensi materi pembelajaran dalam pemberian penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* sebagai salah satu pilihan terapi non farmakologi bagi penderita hipertensi.

#### c) Bagi keluarga dengan lansia hipertensi

Asuhan keperawatan dalam penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* dapat menambah pengetahuan lansia dan keluarga sehingga

mampu melakukannya secara mandiri sebagai terapi non farmakologi dalam pengelolaan hipertensi.

#### **E. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup dalam studi kasus penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* adalah keperawatan Gerontik. Asuhan keperawatan diberikan pada dua lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping I mulai tanggal 26 Februari sampai 9 Maret 2024. Proses keperawatan yang diberikan pada klien dalam studi kasus ini berpedoman pada asuhan keperawatan gerontik dalam penerapan terapi *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 dan SIKI.

