

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut WHO, hipertensi adalah kondisi dengan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg, yang ditulis dalam dua angka yaitu sistolik (saat jantung berkontraksi) dan diastolik (saat jantung relaksasi). Data global menunjukkan 1,4 miliar orang dewasa usia 30-79 tahun menderita hipertensi pada tahun 2024, namun kurang dari seperlima yang terkontrol baik (Farrar & Frieden, 2025; Kario *et al.*, 2024). Di Indonesia, meskipun prevalensi menurun menjadi 30,8% (2023), kesadaran dan kepatuhan pengobatan tetap rendah dengan hanya 2,53% kelompok usia 18-59 tahun yang minum obat teratur dari 5,9% yang terdiagnosis (Sriwana *et al.*, 2025), sementara hipertensi menjadi penyebab kematian keempat (10,2%) dan disabilitas pada 22,2% penduduk usia ≥ 15 tahun (Ardiansyah & Widowati, 2024).

Data riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) tahun 2023 prevalensi hipertensi pada usia > 18 tahun menunjukkan angka 13,0% (SKI, 2023). Berdasarkan data Dinkes Sleman, hipertensi termasuk dalam sepuluh penyakit teratas di Sleman dengan total kasus sebanyak 138.702. Kecamatan Kalasan dan Cangkringan merupakan daerah dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi, yakni 6.138 orang (Dinkes DIY, 2020). Berdasarkan studi pendahuluan, terdapat 400

penderita hipertensi di Puskesmas Kalasan, dengan presentase penderita perempuan sebanyak 64%, dan laki laki sebanyak 36%. Hal itu menunjukkan bahwa diperlukan Tindakan lebih lanjut dan intervensi yang efektif untuk mengelola hipertensi pada lansia.

Terdapat dua macam pengobatan untuk hipertensi yaitu farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan farmakologis yaitu penatalaksanaan menggunakan obat obatan, sedangkan pengobatan non farmakologis yang biasa di berikan yaitu pengobatan herbal, diet, dan kepatuhan dalam minum obat (Wowor *et al.*, 2022). Indonesia hanya mencapai 54,4% dari 100% penderita hipertensi yang patuh minum obat. Pengobatan non farmakologis merupakan pengobatan alternatif karena dapat meningkatkan efektivitas obat antihipertensi, mencegah komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup. Terdapat banyak pilihan dalam upaya pengobatan salah satunya dengan pijat (Auliyah, 2024).

Hipertensi pada lansia yang tidak ditangani menimbulkan mortalitas dan morbiditas tinggi. Secara patofisiologi, hipertensi tidak terkontrol mempercepat aterosklerosis yang merusak pembuluh darah dan meningkatkan beban kerja ventrikel kiri hingga terjadi hipertrofi ventrikel, kondisi ini secara progresif meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular fatal (Putri *et al.*, 2022). Kecemasan pada lansia hipertensi memperburuk kondisi karena memicu pelepasan kortisol yang menyebabkan vasokonstriksi dan peningkatan tekanan darah (Wowor *et al.*, 2022).

Slow Stroke Back Massage (SSBM) dipilih sebagai intervensi optimal dalam penelitian ini berdasarkan keunggulan komprehensif yang didukung oleh bukti ilmiah terkini. Secara fisiologis, SSBM memiliki mekanisme spesifik dalam menurunkan tekanan darah melalui aktivasi sistem saraf parasimpatis yang menstimulasi pelepasan endorfin dan asetilkolin, serta meningkatkan vasodilatasi pembuluh darah yang menurunkan resistensi perifer (Rahmawati & Muhlisin, 2025). Gerakan sentuhan berulang dan tekanan ringan pada area punggung meningkatkan aliran darah sehingga menurunkan denyut jantung, memperlambat pernapasan, dan merelaksasi otot, yang pada akhirnya menurunkan tekanan darah secara signifikan dengan penurunan rata-rata tekanan darah sistolik dari 153,16 menjadi 147,05 mmHg ($p < 0,001$) dan diastolik dari 91,32 menjadi 87,11 mmHg (Rahmawati & Muhlisin, 2025).

Dibandingkan dengan terapi pijat lainnya seperti Swedish massage yang memerlukan durasi 30-60 menit dengan teknik kompleks atau akupresur yang membutuhkan pengetahuan titik meridian spesifik, SSBM unggul karena dikenal aman, mudah diaplikasikan dengan durasi singkat 3-10 menit, tidak membutuhkan alat mahal, dapat dilakukan mandiri oleh keluarga setelah pelatihan sederhana, serta memiliki risiko efek samping yang sangat minimal (Akbar *et al.*, 2024). Efektivitas SSBM tidak hanya terbatas pada penurunan tekanan darah, namun juga memberikan manfaat multipel berupa penurunan kecemasan dan nyeri serta peningkatan kualitas tidur, menjadikannya sebagai terapi non-farmakologis yang paling efektif,

praktis, dan evidence-based untuk penatalaksanaan hipertensi pada lansia di layanan kesehatan primer (Sunaryanti *et al.*, 2023).

Slow Stroke Back Massage merupakan intervensi keperawatan yang dilakukan oleh perawat dengan menggunakan pendekatan proses keperawatan sistematis (Farrar & Frieden, 2025), di mana implementasinya mengacu pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), dan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Perawat melakukan observasi dan evaluasi menggunakan metode domain analisis untuk menilai efektivitas intervensi (Farrar & Frieden, 2025), sehingga SSBM dapat digunakan sebagai intervensi mandiri dalam praktik keperawatan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi

Walaupun beberapa penelitian menunjukkan efektivitas *Slow Stroke Back Massage* dalam menurunkan tekanan darah pada lansia, Indonesia masih terbatas dan perlu dikembangkan lebih lanjut. Hal ini dibuktikan pada literatur review dengan rentang publikasi 2010-2020 (Punjastuti & Fatimah, 2020). Penelitian mengenai penerapan SSBM ini sebagian besar masih berupa *systematic review* yang menjelaskan keterbatasan jumlah studi (Sari *et al.*, 2025). Selain itu, penelitian ini juga belum diterapkan di seluruh puskesmas di Indonesia, hanya pada setting wilayah puskesmas tertentu. Oleh karena itu, Penelitian ini perlu diteliti lebih lanjut dengan desain eksperimental untuk menunjukkan efektivitas SSBM di setting pelayanan kesehatan seluruh Indonesia.

Penelitian ini penting untuk mengeksplorasi penerapan intervensi keperawatan komplementer dalam membantu lansia mengelola hipertensi secara holistik sebagai upaya mengurangi ketergantungan obat antihipertensi dan meningkatkan kualitas hidup. Melalui penerapan SSBM dengan pendekatan asuhan keperawatan, diharapkan dapat memberikan gambaran implementasi terapi komplementer yang aman dan mudah diakses, khususnya di daerah dengan layanan kesehatan terbatas. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti penerapan *slow stroke back massage* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan, dengan harapan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan praktik keperawatan gerontik dan peningkatan pelayanan kesehatan lansia di Indonesia.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan *slow stroke back massage* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mampu menerapkan *Slow Stroke Back Massage* pada lansia dengan hipertensi dengan pendekatan proses keperawatan dari mulai pengkajian sampai dengan dokumentasi.

2. Tujuan khusus

- a. Mampu menerapkan asuhan keperawatan dengan pendekatan proses keperawatan pada pasien lansia dengan hipertensi dengan penerapan *slow stroke back massage* di wilayah kerja Puskesmas Kalasan.
- b. Mengetahui respon klien terhadap penerapan *slow stroke back massage* pada lansia dengan hipertensi.
- c. Mengetahui faktor pendukung dan penghambat penerapan *slow stroke back massage* pada lansia dengan hipertensi.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup pada studi kasus penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* adalah keperawatan gerontik. Asuhan Keperawatan di berikan pada dua lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Studi kasus ini dapat di gunakan sebagai bahan dalam pengembangan ilmu keperawatan pada keperawatan gerontik khususnya pada *Slow Stroke Back Massage* untuk lansia dengan hipertensi.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Lansia dengan Hipertensi

Diharapkan dapat memberikan informasi bagi lansia penderita hipertensi dan sebagai terapi alternatif untuk menurunkan tekanan darah serta bisa menerapkannya secara mandiri.

b. Bagi Perawat

Sebagai salah satu alternatif tindakan keperawatan non farmakologis yang dapat di terapkan dalam pemberian asuhan keperawatan.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi referensi pembelajaran bagi mahasiswa Program Studi Keperawatan tentang intervensi keperawatan komplementer dalam penanganan hipertensi

F. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sari, Widiastuti, & Marni (2024) yang berjudul “Pengaruh Terapi *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi”

Penelitian ini menggunakan metode *quasi experimental*, menggunakan rancangan penelitian *pre test post test with control group desain*. Hasil analisis bivariat menggunakan rumus *Man Whithney* tekanan sistolik dan diastolik terdapat hasil signifikan.

Persamaan : Penelitian ini dilakukan pada target populasi lansia dengan hipertensi dan fokus pada penurunan tekanan darah.

Perbedaan : Dalam penelitian ini didapatkan hasil signifikan dengan nilai p-value $0,000 < 0,05$ dari hasil pre test dengan hasil 165/94 mmHg menjadi 138/86 mmHg. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain penelitian Quasi Experimental dengan pretest-posttest control group design.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat & Kurniadi (2023) yang berjudul “Pengaruh Teknik *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) Terhadap Penurunan Nyeri Kepala dan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris”

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasy Eksperimental* atau eksperimental semu dengan rancangan yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian ini menggunakan Teknik pengambilan sampel dengan teknik non *probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengurangan nyeri dan tekanan darah yang signifikan.

Persamaan : Penelitian ini dilakukan pada target populasi lansia dengan hipertensi dan melakukan terapi *slow stroke back massage*

Perbedaan : Dalam penelitian ini didapatkan hasil signifikan dengan nilai $p\text{-value } 0,000 < 0,05$. Dalam penelitian ini, peneliti tidak hanya fokus pada tekanan darah namun juga mengukur tingkat nyeri kepala pada responden, Desain yang digunakan yaitu quasi experimental dengan pendekatan fokus pada efektivitas terapi

3. Penelitian yang dilakukan oleh Wowor, Aisyah, & Seftya (2022) yang berjudul “Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia di Desa Kutaampel Jawa Barat”

Penelitian menggunakan metode *quasi experimental pre test dan post test without control one group desain*. Penelitian ini menggunakan Uji *Wilcoxon*, dan mendapatkan hasil nilai pada kedua *p-value* kurang dari α (0,05).

Persamaan : Penelitian ini menggunakan terapi *slow stroke back massage* dan mengukur tekanan darah sebagai outcome utama, dengan target populasi pada lansia dengan hipertensi

Perbedaan : Berdasarkan uji wilcoxon didapatkan nilai *p-value* pada tekanan darah sistolik sebesar 0,000 dan diastole nilai *p-value* sebesar 0,000. Terlihat bahwa kedua *p-value* tersebut kurang dari α (0,05). sebelum diberikan terapi *slow stroke back massage*, median tekanan darah sistolik responden yakni 150,00 mmHg, setelah terapi *slow stroke back massage* menjadi 141,00 mmHg. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan sampel yang lebih besar dengan komunitas sebagai responden, penelitian ini fokus pada efektivitas intervensi.