

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknya diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg. Hal ini terjadi bila arteriole konstiksi, konstiksi arteriole membuat darah sulit mengalir dan meningkatkan tekanan melawan dinding arteri. Hipertensi menambah beban kerja jantung dan arteri yang bila berlanjut dapat menimbulkan kerusakan jantung dan pembuluh darah (Udjianti,2010). Hipertensi pada lansia secara teori terjadi karena menurunnya elastisitas arteri yang disebabkan oleh proses menua (Wahyunita dan Fitrah, 2010). Tekanan darah tinggi dianggap sebagai faktor risiko utama bagi berkembangnya penyakit jantung dan berbagai penyakit vaskuler pada orang-orang yang telah lanjut usia, hal ini disebabkan ketegangan yang lebih tinggi dalam arteri sehingga menyebabkan hipertensi. Lansia sering terkena hipertensi disebabkan oleh kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan para lansia di Desa Sendangharjo Kecamatan Brondong Kabupaten Lamongan sebagian besar hanya minum obat namun tidak teratur. Selama ini di Desa Sendangharjo tidak ada kegiatan teknik *massage effeluarage* dan *slow stroke back massage* sama sekali, sehingga para lansia untuk menurunkan hipertensi lansia hanya minum obat tetapi tidak melakukan terapi lainnya. sebagian besar tidak kontrol secara teratur sehingga terjadi kekambuhan. Penurunan hipertensi bisa dilakukan terapi komplementer salah satunya dengan manual healing method yaitu teknik *effeluarage* dan *slow stroke*

back massage selama ini lansia hanya melakukan *massage* pada saat mengalami nyeri kepala tanpa mengetahui teknik *massage* yang baik *massage effeluarage* dan *slow stroke back massage*. Hasil penelitian menunjukkan teknik *massage effleurage* dapat menurunkan tekanan darah (Chrisanto et al., 2021). Hasil penelitian lain menunjukkan *teknik slow stroke back massage* bisa menjadi alternatif untuk menurunkan tekanan darah (Kusumoningtyas & Ratnawati, 2018). Namun sampai saat ini *massage teknik effeluarage* dan *slow stroke back massage* masih belum bisa diketahui tingkat keefektifan kedua tersebut

Menurut WHO diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun 2023 di seluruh dunia menderita hipertensi. Estimasi jumlah kasus di Indonesia tahun 2019 sebesar 63.309.602 hipertensi lansia. Peningkatan prevalensi tekanan darah tinggi ini menjadi tantangan yang besar bagi Dinas Kesehatan Provinsi Jawa timur. Studi penelitian pendahuluan tentang lansia yang mengalami hipertensi berapa data yang diperoleh jumlah lansia yang menderita hipertensi di Desa Sendangharjo dalam waktu 3 bulan terakhir bulan september berjumlah 37 Lansia dan penyebarannya mencapai 37,83% pada tahun 2023. Bulan September 2023 didapatkan 13 lansia, Bulan Oktober 2023 didapatkan 10 lansia, Bulan November 2023 didapatkan 14 lansia.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang paling banyak terjadi pada lansia yang disebabkan oleh pembuluh darah yang mengeras dan kaku karena faktor usia, sehingga jantung memompa lebih kuat dan menyebabkan terjadinya hipertensi (WHO:2016). Banyak kasus hipertensi yang tidak

mendapatkan penanganan secara maksimal justru menyebabkan adanya komplikasi seperti stroke, jantung, gangguan penglihatan dan masih banyak komplikasi lainnya.

Terapi relaksasi sebuah tindakan yang harus dilakukan pada setiap anti hipertensi. Jika tekanan darah terlalu tinggi, pembuluh darah akan menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah sehingga akan menyebabkan tekanan darah turun dan menjadi normal. Untuk membuat tubuh rileks, dapat dilakukan beberapa cara, seperti terapi musik klasik, yoga, tehnik nafas dalam dan terapi *massage* (Adawiyah & Febriani, 2016). Salah satu terapi non farmakologi adalah terapi komplementer yang dianjurkan dalam laporan ketujuh komite nasional bersama untuk membantu mengatasi tekanan darah tinggi adalah terapi *massage* (R. F. Yulita, 2021). *Massage* tehnik *effleurage* bentuk *massage* ini dengan menggunakan telapak tangan memberikan faktor tekanan lembut diatas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang (Ekowati, Wahyu, & Alifa, 2011). *Teknik effleurage* bentuk *massage* ini dengan menggunakan telapak tangan memberikan faktor tekanan lembut di atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang (Ekowati, Wahyu, & Alifa, 2011)

Slow stroke back massage merupakan salah satu tehnik yang dilakukan menggunakan cara masase (usapan) punggung yang perlahan serta sentuhan. Masase atau sentuhan merupakan satu tindakan memberi kenyamanan yang bisa meringankan ketegangan, menenangkan seseorang dan meningkatkan peredaran darah. Melakukan SSBM dilakukan dengan beberapa pendekatan, salah satunya yang dilakukan ialah dengan mengusap kulit klien secara perlahan dan berirama dengan tangan, dengan kecepatan 60 kali per menit. Kedua tangan menutup suatu

area yang lebarnya 5 cm pada kedua sisi tonjolan tulang belakang (Fatimah, 2020). pemberian *slow stroke back massage* dapat membantu aliran vena balik dan menghilangkan produk sampah yang terakumulasi di dalam jaringan. (Basford, 2020).

Berdasarkan fenomena yang terjadi bahwa tingginya angka kejadian hipertensi di Desa Sendangharjo Brondong Lamongan setiap tahun mengalami peningkatan dan pengetahuan masyarakat tentang pijat *massage* masih cukup rendah. Terkait manfaat dan efektifitas kedua *massage* tersebut maka penelitian tertarik melakukan penelitian tentang efektifitas *massage effeluarage* dan *slow stroke back massage* terhadap perubahan penurunan hipertensi pada lansia

1.2 Rumusan Masalah

Adakah perbedaan efektivitas *massage* teknik *effelurage* dan *slow stroke back massage* terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan perbedaan efektivitas *massage* teknik *effeluarage* dan *slow stroke back massage* terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian *massage* teknik *effeluarage*
2. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian *slow stroke back massage*

3. Menganalisis perbedaan efektifitas *massage* teknik *effelurage* dan *slow stroke back massage* terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam bidang Keperawatan medikal bedah dan Keperawatan gerontik, mengenai manfaat pemberian *massage* teknik *effelurage* dan *slow stroke back massage* terhadap penurunan tekanan darah hipertensi pada lansia

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat digunakan untuk membantu lansia dalam menurunkan tekanan darah khususnya pada penderita lansia hipertensi

2. Bagi responden *Massage* teknik *effelurage* dan *slow stroke back massage* digunakan sebagai alternatif untuk mengatasi peningkatan tekanan darah yang dilakukan oleh lansia dalam kehidupan sehari-hari

3. Bagi instansi kesehatan

Untuk personalisme, sehingga mampu meningkatkan mutu pelayanan dengan memfasilitasi pelaksanaan *massage effelurage* dan *slow stroke back massage*

4. Bagi masyarakat

Sebagai informasi tambahan bagi masyarakat dalam mengatasi penurunan tekanan darah khususnya masyarakat yang mempunyai riwayat hipertensi