

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menduduki urutan pertama dari penyebab kematian secara global dan menduduki urutan keempat di Indonesia sebagai penyebab kematian pada setiap tahunnya (Pramono et al., 2021). Penderita hipertensi mengalami kondisi tekanan darah tekanan darah sistolik ≥ 130 mmHg atau diastolik ≥ 80 mmHg, dan hal tersebut merupakan penyebab kematian terbesar di dunia yang biasa disebut dengan membunuh secara diam-diam dan diperkirakan jumlah kematian akan semakin meningkat (Adrian, 2019). Penderita hipertensi biasanya tidak merasakan adanya gejala yang muncul pada tubuh mereka, maka hal ini disebut dengan membunuh secara diam-diam (Adrian, 2019).

Prevalensi terhadap kejadian hipertensi terus mengalami peningkatan terhadap negara maju dan negara berkembang seperti yang terjadi pada Negara Indonesia (Adam, 2019). Menurut (Organization, 2023) 1,28 miliar penduduk di seluruh dunia mengalami hipertensi dengan rentan usia 30-79 tahun. Diketahui pada data Riskesdas 2013 pada penderita hipertensi hanya terdapat 0,7% dari 25,8% yang meminum obat (KemenkesRI, 2017). Pada data Riskesdas tahun 2018 di Indonesia mengalami peningkatan prevalensi sebesar 34,1% daripada data Riskedas tahun 2013 yaitu sebesar sebesar 25,8% (KemenkesRI, 2021).

Didapatkan jumlah pasien hipertensi yang melakukan pemeriksaan atau pengobatan di Puskesmas Kota Blitar dari studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 14 sampai dengan 27 November 2023 di Puskesmas Kota Blitar yaitu pada

Puskesmas Sukorejo pada tahun 2021 adalah 11.054, pada tahun 2022 adalah 12.762, dan pada tahun 2023 untuk Bulan Januari sampai dengan November sebanyak 14.162. Hasil pada Puskesmas Kepanjenkidul pada tahun 2021 adalah 77 orang, pada tahun 2022 141 orang, dan pada tahun 2023 untuk Bulan Januari sampai dengan November sebanyak 139 orang. Jumlah pasien hipertensi yang ada di Puskesmas Sananwetan pada tahun 2022 sebanyak 1.191 dan untuk di tahun 2023 sebanyak 499.

Beberapa faktor yang menjadi penyebab dari terjadinya hipertensi pada seseorang seperti kebiasaan dalam menjalani pola hidup yang tidak sehat, salah satunya adalah akibat obesitas dan hal ini mengakibatkan terjadinya arteriosklerosis atau biasa disebut dengan terjadinya penyumbatan pada aliran darah akibat dari peningkatan kadar lemak yang ada dalam darah (Adam, 2019). Hipertensi yang tidak dikontrol dengan baik maka akan menyebabkan timbulnya komplikasi penyakit kardiovaskuler seperti stroke, gagal ginjal, jantung koroner pada penderitanya (Pramono et al., 2021). Dari beberapa penyebab yang dapat menjadi komplikasi bagi penderita hipertensi maka diperlukannya perawatan yang dapat digunakan sebagai alat bantu untuk mengontrol hipertensi pada penderitanya. Dalam melakukan manajemen perawatan untuk mengontrol hipertensi ada 2 macam yaitu secara farmakologi dan nonfarmakologi, tentunya pada farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi obat anti-hipertensi dan untuk nonfarmakologi bisa dengan menerapkan pola hidup yang sehat (Pramono et al., 2021).

Salah satu teknik nonfarmakologi yang dapat dengan mudah dilakukan secara mandiri dirumah yaitu dengan menerapkan Slow Stroke Back Massage.

Teknik ini merupakan teknik pijat pada bagian punggung yang berguna untuk relaksasi otot dan bertujuan untuk menurunkan tekanan darah, adapun kelebihan dari teknik nonfarmako ini yaitu mudah dilakukan secara mandiri dirumah dan tentunya juga murah (Meidayanti et al., 2023). Pada beberapa penelitian telah dilakukan penelitian terkait teknik Slow Stroke Back Massage dan menurut (Meidayanti et al., 2023) pada penelitiannya bahwa adanya pengaruh terhadap lansia dengan hipertensi. Selain itu menurut (Punjastuti & Fatimah, 2020) bahwa teknik Slow Stroke Back Massage ini memberikan efek relaksasi dengan menurunkan aktivitas saraf simpatik membuat pembuluh darah menjadi vasodilatasi sehingga membuat tekanan darah menjadi turun pada lansia dengan hipertensi. Pada kesempatan kali ini akan dilakukan penelitian terkait pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap tekanan darah dan nadi pada penderita hipertensi usia 45-54 tahun, alasan dari memilih penelitian ini yaitu belum adanya penelitian dengan judul tersebut yang dilakukan di Kota Blitar dan dengan rentan usia pralansia.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka penulis memutuskan penelitian sebagai berikut “Bagaimana Pengaruh Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah dan Nadi Pada Penderita Hipertensi Usia 45-54 Tahun di Kota Blitar?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *slow stroke back massage* dalam menurunkan tekanan darah dan nadi pada penderita hipertensi usia 45-54 tahun di Kota Blitar.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah dan nadi penderita hipertensi usia 45-54 tahun sebelum diberikan terapi *slow stroke back massage*.
- b. Mengidentifikasi tekanan darah dan nadi pada penderita hipertensi usia 45-54 tahun setelah diberikan terapi *slow stroke back massage*.
- c. Menganalisis pengaruh terapi *slow stroke back massage* terhadap penurunan tekanan darah dan nadi pada penderita hipertensi usia 45-54 tahun.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

1. Bagi penderita hipertensi usia 45-54 tahun dengan pemberian *slow stroke back massage* ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu dalam penerapan teknik non farmakologi untuk membantu menurunkan tekanan darah dan nadi. Sehingga hipertensi pada penderita dapat dikontrol dengan baik.
2. Bagi tenaga kesehatan dapat menerapkan teknik nonfarmakologi ini yaitu dengan *slow stroke back massage* terhadap pasien dengan

penderita hipertensi usia 45-54 tahun yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dan nadi.

1.4.2 Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi penambah literatur tentang terapi nonfarmakologi yang baru dalam topik pembelajaran tentang penurunan tekanan darah dan nadi pada penderita hipertensi usia 45-54 tahun.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi atau pembanding untuk dilakukan penelitian berikutnya.