

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Semakin meningkatnya Usia Harapan Hidup penduduk, menyebabkan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Peningkatan usia seseorang akan diikuti dengan meningkatkan kejadian hipertensi, hal ini disebabkan karena adanya perubahan alami jantung, pembuluh darah dan kadar hormon (Junaedi, dkk, 2013). Fenomena ini sering terjadi pada lansia yaitu terkena hipertensi atau tekanan darah tinggi (Kowalski, 2010) . Hipertensi dikenal sebagai *silent killer* karena terjadi tanpa tanda dan gejala, sehingga penderita tidak mengetahui jika dirinya terkena hipertensi (Ernawati, 2013). Hipertensi dapat ditangani tidak hanya dengan terapi farmakologik namun bisa juga ditangani dengan terapi non farmakologik, salah satunya dengan pijat punggung.

Dari data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2016, menunjukkan diseluruh dunia ada sekitar 1 miliar penderita hipertensi, angka terjadinya hipertensi begitu meningkat, dari 600 juta jiwa pada tahun 2015 meningkat 1 miliar jiwa pada tahun 2016 (WHO, 2016). Prevalensi Asia Tenggara, di Thailand terdapat (23,6%), Myanmar (21,5%), Indonesia (21,3%), Vietnam (21,0%), Malaysia (19,6%), Filipina (18,6%), Brunei Darussalam (17,9%), dan Singapura (16,0%) (WHO, 2016). Angka kejadian hipertensi di Indonesia terus meningkat dari 8,3% (SKRT 1995) menjadi 14% (SKRT 2004) dan angka kejadian di Indonesia

terus meningkat mencapai 34,1% dari total penduduk dewasa (Riskesdas, 2018). Di Jawa Timur jumlah orang penderita hipertensi menurut hasil pengukuran pada penduduk yang usianya lebih 18 tahun mencapai 26,2% (Riskesdas, 2013) dan mengalami peningkatan menjadi 36,3% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan hasil survey pendahuluan di UPT PSTW (Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha) Magetan diketahui bahwa presentase lansia yang menderita hipertensi sebanyak 69.24% (Dinkes Kab Magetan, 2018). Menurut data poliklinik di UPT PSTW Magetan ada 31 lansia yang menderita hipertensi dengan rincian jumlah perempuan ada 20 dan laki – laki 11. Terjadinya hipertensi pada lansia yang menghuni Panti Tresna Werdha di lingkup UPT PSTW Magetan juga dapat mempengaruhi peningkatan konsumsi obat farmakologi yang jika dikonsumsi dalam jangka waktu yang lama dapat menurunkan kinerja tubuh lansia. Penyebab dari hipertensi tersebut ada bermacam – macam ada dua tipe yaitu hipertensi esensial atau primer dan hipertensi sekunder. Untuk penyebab hipertensi esensial atau primer yang tidak diketahui penyebabnya sedangkan hipertensi sekunder yang penyebabnya dapat ditentukan melalui tanda – tanda diantaranya kelainan pembuluh darah ginjal, gangguan kelenjar tiroid (hipertiroid), dan penyakit kelenjar adrenal (hiperaldosteronisme) (Kemkes, 2019). Dengan tanda gejala sakit kepala / rasa berat di tengkuk, gelisah, jantung berdebar – debar, pusing, penglihatan kabur, rasa sakit di dada, mudah lelah (Kemkes, 2019). Tidak semua penderita hipertensi mengenali atau merasakan keluhan maupun gejala, sehingga hipertensi sering dijuluki sebagai pembunuh diam – diam

atau *silent killer*. Dampak hipertensi jika tidak segera ditangani yaitu menimbulkan bahaya atau komplikasi yang mungkin terjadi seperti gagal jantung kongestif, stroke, demensia, dan gagal ginjal (Casey & Benson, 2012). Sehingga perlu dilakukan intervensi seperti intervensi farmakologi dan non – farmakologi (Dilianti dkk, 2017). Pengobatan non farmakologis adalah suatu bentuk pelayanan pengobatan menggunakan cara, alat atau bahan yang dipergunakan sebagai alternatif atau pelengkap pengobatan medis tertentu (Kozier, Erb, Berman & Synder, 2010). Intervensi non – farmakologi antara lain menurunkan asupan lemak dan garam, menurunkan konsumsi alkohol, berhenti merokok, penurunan berat badan yang berlebih, konsumsi sayur dan buah, latihan fisik serta terapi komplementer. Adapun terapi non farmakologis yang dapat menurunkan hipertensi yaitu dengan cara pijat punggung. (Dilianti dkk, 2017).

Relaksasi merupakan salah satu terapi modalitas pada lansia dengan hipertensi (Alikin dkk, 2014). Penangan hipertensi non – farmakologis yang akan kita bahas disini di penelitian ini dengan memberikan relaksasi pijat punggung. Melakukan pijat punggung dapat memberikan efek relaksasi. Apabila pembuluh darah yang relaks akan terjadi vasodilatasi pembuluh darah sehingga akan menyebabkan tekanan darah turun dan kembali normal (Suarni, 2019). Efek relaksasi juga bermanfaat untuk meningkatkan sirkulasi permukaan sehingga dapat meningkatkan sirkulasi jaringan di darah, mengurangi beban kerja jantung, meningkatkan sirkulasi, merangsang aliran darah keseluruhan pembuluh

darah, mempercepat metabolisme dan gizi, mengurangi kecemasan dan depresi (Alikin dkk, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Etri Yanti dkk 2018 efektifitas *massage* punggung dan kaki terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan ada pengaruh pemberian *massase* kaki terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi *massase* dapat menurunkan tekanan darah dengan cara melakukan penekanan – penekanan atau *massase* yang dilakukan pada kaki, akan memberikan efek untuk melancarkan peredaran darah dalam pembuluh kapiler. Peredaran darah yang lancar akan membantu proses penyerapan serta pembuangan sisa – sisa pembakaran dalam jaringan tubuh (Darni dkk, 2012). Adapun upaya atau solusi yang dapat menurunkan hipertensi atau tekanan darah ini banyak yang menggunkana intervensi farmakologi yaitu dengan menggunakan obat – obatan yang bisa memberikan dampak negatif bagi penggunaanya jika dilakukan dengan kurun waktu yang lama Hipertensi yang tidak dapat dikontrol dapat menyebabkan kerusakan organ tubuh. Kerusakan tersebut dapat menyebabkan gangguan fungsi otak, ginjal, mata dan bahkan dapat mengakibatkan kelumpuhan organ gerak (Sagiran, 2013). Berbagai komplikasi yang dapat ditimbulkan antara lain retinopati hipertensif, penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi serebrovaskuler, dan enselopati hipertensi (Deni dkk, 2016).

Kerena selain dengan tindakan farmakologi juga bisa dilakukan tindakan non farmakologi seperti dengan melakukan aktivitas pijat punggung, melakukan pijat punggung secara benar sesuai SOP dapat

menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Maka peneliti perlu melakukan pembuktinaanya, dengan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh pijat punggung terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana pengaruh pijat punggung terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPT PSTW Magetan ?

## **1.3 Tujuan khusus**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pijat punggung terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPT PSTW Magetan

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

1. Mengidentifikasi tekanan darah pada lansia sebelum dilakukan pijat punggung
2. Mengidentifikasi tekanan darah pada lansia sesudah dilakukan pijat punggung
3. Menganalisis pengaruh pijat punggung terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi

## 1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah :

### 1.4.1 manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini mampu memberikan sumbangsih informasi dan memperkaya sumber ilmu pengetahuan tentang pengaruh pemberian terapi pijat punggung dalam menurunkan tekanan darah terhadap lansia yang hipertensi..

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi lansia

Penelitian ini diharapkan dapat mengurangi pemakaian terapi farmakologis terhadap lansia dengan hipertensi dan menerapkan manfaat terapi pijat punggung sebagai terapi penurunan tekanan darah.

#### 2. Bagi keluarga

Diharapkan dari penelitian ini keluarga mampu menerapkan terapi pijat punggung sebagai salah satu terapi non farmakologis agar dapat mengurangi pemakaian terapi farmakologis terhadap lansia dengan hipertensi

#### 3. Bagi PSTW

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam perencanaan serta pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien lansia dengan hipertensi.

### 1.5 Keaslian Penelitian

1. Penelitian dari Rudi Haryono, dkk, 2016. Pengaruh kombinasi pijat punggung dan dzikir terhadap tingkat stres pada penderita hipertensi. Penelitian ini menggunakan quasi experiment dengan bentuk pretest – posttest intervention with control grup design. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas pengasih II, Kulon Progo, yang rutin kontrol ke puskesmas. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 30 subyek untuk masing – masing kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Pengambilan sampel mnenggunakan tehnik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang bermakna penurunan skor stress antara sebelum dan setelah diberikan intervensi kombinasi pijatan punggung dan dzikir. Perbedaan penelitian yang akan dilakukan peneliti tertelak pada variabel dependen yaitu pada tekanan darah pada lansia, tempat penelitian dan waktu penelitian. Penelitian ini menggunakan *pra experiental one grup pre – post test*.
2. Penelitian dari Arina Maliya, dkk, 2018. Pengaruh pijat kaki dan punggung terhadap tingkat tekanan darah pada lansia di Panti Wredha Daerah Surakarta. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *quasi experiment*.

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang berada di Panti Wredha Dharma Bhakti Pajang sejumlah 85 orang, 30 orang menderita hipertensi. Lansia yang tinggal di Panti Wredha Dharma Bhakti Kasih Kadipiro Banjarsari Surakarta sejumlah 83 orang, 38 diantaranya mengalami tekanan darah tinggi. Sampel yang digunakan berjumlah 30 sampel yang terdiri dari 15 kelompok perlakuan sesuai kriteria di Panti Wredha Dharma Bhakti Kasih Kadipiro Banjarsari Surakarta dan 15 untuk kelompok kontrol di Panti Wredha Dharma Bhakti Pajang dengan teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi pijat kaki dan punggung efektif terhadap penurunan tingkat tekanan darah pada lansia.

3. Penelitian dari Andi Jayawardhana, 2017. Efektifitas slow stroke back massage terhadap lansia dengan hipertensi. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Quasy experiment* populasi dalam penelitian adalah orang lanjut usia dengan hipertensi sebanyak 30 orang . dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan dengan *simple random sampling*, instrumen pengumpulan data menggunakan instrument spigmomanometer, *bolpoint*, *totebook*, *stopwatch*, *matras*, *kertas*, *stetoskop*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang



signifikan dari slow stroke back massage terhadap penurunan MAP lansia dengan nilai signifikan (2-tailed) 0,000 ( $p < 0,05$ )

