

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) merupakan tahap terakhir kehidupan manusia sejak lahir yang telah mencapai usia 60 tahun keatas yang mempunyai hak yang sama dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara (Muhith & Siyoto, 2016). Menurut WHO (2023) kategori lansia yaitu usia pertengahan (*middle age*) 45 sampai 59 tahun, lanjut usia (*elderly*) antara 60 sampai 74 tahun, lanjut usia tua (*old*) antara 75 sampai 90 tahun dan usia sangat tua yaitu usia di atas 90 tahun.

Penuaan (*aging process*) adalah proses alami yang ditandai dengan perubahan serta penurunan fungsi fisik, psikologis, maupun sosial, yang berdampak pada kemampuan seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Maghfuroh et al., 2023). Seiring bertambahnya usia, individu akan mengalami berbagai perubahan pada aspek fisik, mental, psikososial, dan spiritual. Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk mempersiapkan diri menghadapi berbagai perubahan tersebut agar tetap dapat beradaptasi dengan baik karena dapat mengakibatkan kerentanan dan mudah terserang penyakit (Ruswadi, 2022). Terdapat penyakit yang sangat erat hubungannya dengan proses menua, yaitu gangguan sirkulasi darah, seperti hipertensi, kelainan pembuluh darah, gangguan pembuluh darah di otak dan ginjal (Az Zaura et al., 2023)

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian di seluruh dunia (WHO, 2025). Penyakit ini disebut juga *the silent killer* karena penyakit ini merupakan pembunuh tersembunyi yang dimana tidak menimbulkan gejala tetapi dapat menyebabkan komplikasi dan kematian. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg (Kemenkes, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2025 penyakit hipertensi terus meningkat didunia pada saat ini terdapat kurang lebih 1,13 miliar orang menderita hipertensi, pada tahun 2025 diperkirakan akan meningkat hingga mencapai 1,5 miliar dan salah satu target global pada penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% dari tahun 2010-2030. Menurut (Riskesdas, 2018) di Indonesia prevalensi hipertensi pada lansia mengalami peningkatan pada kelompok usia 45-54 tahun (45,3%), usia 55-64 tahun (55,2%), 65-74 tahun (63,2%), dan 75 tahun keatas (69,5%). Peningkatan angka morbiditas hipertensi meningkat 50% pada umur diatas 50 tahun dan Prevalensi hipertensi diprediksi akan terus meningkat dengan perkiraan tahun 2025 di Indonesia akan mencapai 31,7% (Kemenkes, 2024). Prevelensi hipertensi di Sumatera Barat sebesar 25,1% dan khusus di Kota Padang berada pada peringkat ke-18 yaitu sebesar 21,7%. Selain itu, data dari (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2024) menunjukkan bahwa penderita hipertensi

di Kota Padang mencapai 165.555 orang yang merupakan wilayah tertinggi di Sumatra Barat dengan jumlah kasus hipertensi.

Dampak dari hipertensi yang tidak terkontrol akan menyebabkan penyakit jantung koroner, stroke, gagal jantung, gagal ginjal, retinopati (kerusakan retina), penyakit pembuluh darah tepi (Kemenkes, 2024). Hipertensi disebabkan adanya perubahan struktur pada pembuluh darah sehingga pembuluh darah menjadi lebih sempit dan dinding pembuluh darah menjadi kaku. Kekakuan pembuluh darah disertai dengan penyempitan dan kemungkinan terjadinya pembesaran plaque dapat menghambat peredaran darah, akibatnya tekanan darah mengalami peningkatan (Sinaga et al., 2021).

Faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah yaitu ada 2 yang pertama faktor yang tidak dapat dikontrol antara lain: genetik, usia dan jenis kelamin. Kemudian yang kedua faktor yang dapat di kontrol antara lain pola hidup tidak sehat misalnya, kebiasaan mengkonsumsi makanan/minuman tinggi natrium, pola makan yang berlebihan, kebiasaan mengkonsumsi minuman beralkohol dan merokok (Iswati, 2022). Menurut (Widyaningrum & Lukitaningtyas, 2025) obesitas menjadi faktor risiko penyakit degeneratif yang berhubungan dengan meningkatnya jaringan adiposa di tubuh, selain itu stress juga dapat mempengaruhi peningkatan tekanan darah.

Pengontrolan tekanan darah serta tanda gejala pada penderita hipertensi tidak hanya melalui terapi obat tetapi juga dapat melalui terapi non farmakologis. Terapi non farmakologis dapat diberikan dalam bentuk terapi komplementer. Dimana terapi komplementer dapat menjadi pendamping penatalaksanaan hipertensi selain terapi obat untuk mengurangi nyeri akut pada pasien hipertensi (Wiasa, 2021).

Salah satu terapi komplementer yang dapat diajarkan kepada penderita hipertensi adalah terapi *slow stroke back massage* (SSBM). SSBM merupakan pijatan yang memberikan stimulasi pada kutaneus dengan penekanan pada area punggung dengan *teknik stroking, petrissage dan friction*. Pijatan dengan teknik stimulus kutaneus berupa pijatan/massage punggung secara perlahan selama 3–10 menit (Isna et al., 2024). SSBM dapat menstimulasi saraf di superfisial kulit menuju ke otak di bagian hipotalamus sehingga memicu pelepasan hormone endorfin yang memberikan efek rileks sehingga menyebabkan penurunan nyeri kepala (Surya & Yusri, 2022). Sedangkan aroma kelapa yang harum pada minyak VCO dapat membuat tubuh rileks. Sehingga intensitas nyeri pada pasien hipertensi dapat menurun. Selain itu, kandungan asam laurat dan oleat dalam minyak VCO yang memiliki sifat antibakteri dan antijamur juga bermanfaat bagi kesehatan kulit dibandingkan minyak lain seperti *olive oil* atau minyak urut komersial, VCO lebih aman untuk kulit lansia, tidak menimbulkan iritasi, dan lebih stabil digunakan dalam pijatan dengan gerakan lambat. VCO juga tidak

mengandung bahan tambahan yang dapat merangsang sistem saraf simpatis sehingga lebih sesuai untuk lansia hipertensi yang membutuhkan efek relaksasi maksimal (Ekyastuti et al., 2023). Menurut Kusuma dan Putri (2020) dalam VCO memiliki aroma khas kelapa yang dapat memberikan efek relaksasi, serta mengandung asam lemak jenuh rantai sedang (MCFA) berupa oleat, asam laurat $\pm 53\%$, asam kapirat $\pm 7\%$ yang bermanfaat sebagai antibakteri dan anti jamur. Sehingga penulis lebih memilih menggunakan minyak VCO dibandingkan dengan minyak lainnya, selain itu penggunaan minyak VCO tidak menimbulkan iritasi apabila digunakan dalam jangka waktu yang panjang. Dengan memadukan antara pijat SSBM dengan VCO diharapkan efek relaksasi semakin meningkat yang membuat pembuluh darah mengalami vasodilatasi dan tekanan darah menurun sehingga nyeri tengkuk pada partisipan dapat menurun.

Beberapa hasil penelitian telah menunjukkan pengaruh dari SSBM terhadap pengontrolan tekanan darah dan gejala hipertensi. Hasil penelitian (Isna et al., 2024) menunjukkan SSBM berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda. Hasil penelitian (Surya & Yusri, 2022) menunjukkan terapi SSBM efektif untuk mengatasi nyeri kepala pada pasien hipertensi.

Penurut penelitian yang dilakukan oleh (Surya & Yusri, 2022) menunjukkan bahwa Stroke back maasage menunjukkan hasil bahwa terapi Stroke back maasage berpengaruh terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi dengan rerata skala nyeri kepala pasien hipertensi sebelum diberikan intervensi SSBM adalah 5,48 dan rerata skala nyeri kepala pasien hipertensi sesudah diberikan intervensi SSBM adalah 2,24, yang artinya SSBM efektif mengatasi masalah nyeri kepala pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Adrianto et al., 2025) menunjukkan bahwa SSBM terbukti menurunkan tekanan darah dan nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi didapatkan bahwa setelah diberikan terapi *slow stroke back massage* terjadi penurunan tekanan darah dan nyeri kepala lansia pada responden yang sebelumnya mengalami tekanan darah tinggi dan skala intensitas nyeri sedang.

Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin adalah sebuah Unit Pelaksanaan Teknis Daerah yang berada di bawah naungan Dinas Sosial Provinsi Sumatera Barat. Panti ini memiliki tugas utama untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial kepada lansia yang terlantar, khususnya yang membutuhkan tempat tinggal dan perawatan. Pelayanan yang diberikan di panti ini meliputi perawatan jasmani dan rohani, dengan tujuan utama untuk memastikan para lanjut usia dapat hidup dengan layak dan memperoleh kualitas hidup yang baik di masa tua mereka. Saat ini, Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih

Sicincin menampung dan memberikan pelayanan kepada 110 orang lanjut usia yang terlantar (Ilham & Fitriani, 2024).

Berdasarkan survey yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 juli 2025 kepada Ny.Y ditemukan terdapatnya masalah yaitu hipertensi dengan keluhan nyeri kepala dan kaku tengkuk. Didapatkan hasil Didapatkan hasil tekanan darah Ny.Y adalah 160/90 mmHg, nadi 68 x/menit suhu 36 °C, dan pernapasan 22x/menit. Ny.Y mengatakan Jika terjadi kenaikan tekanan darah gejala yang dirasakan yaitu badan terasa lelah dan kepala terasa pusing dan terkadang terdapat kaku kuduk, mmHg, nadi 68x/menit, suhu 36°C, dan pernafasan 22x/menit. Ny.Y mengatakan jika kepala sakit terasa berat biasanya Ny.Y segera istirahat Ny.Y mengatakan mempunyai riwayat keluarga dengan penyakit hipertensi yaitu dari ibunya.

Berdasarkan studi pendahuluan ini, peneliti tertarik untuk membuat karya ilmiah akhir yang berjudul “Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Hipertensi Melalui Penerapan *slow stroke back massage* Dengan VCO Terhadap Nyeri Kepala Pada Lansia Penderita Hipertensi Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2025”.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dengan VCO terhadap nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian pada lansia dengan hipertensi di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin
- b. Menegakkan diagnosis keperawatan pada lansia dengan hipertensi di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin
- c. Merumuskan intervensi keperawatan pada lansia dengan hipertensi di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin
- d. Melakukan implementasi keperawatan pada lansia dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dengan VCO terhadap nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dengan VCO terhadap nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.
- f. Menjelaskan analisa kasus pada lansia dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dengan VCO terhadap nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin.

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Lansia

Sebagai salah satu cara perawatan mandiri yang dapat dilakukan oleh lansia yang mengalami masalah nyeri kepala pada penderita hipertensi dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dengan VCO terhadap penurunan skala nyeri.

2. Bagi Perawat

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat memberi tambahan wawasan, pengetahuan dan keterampilan dalam membuat SOP dan menjadi pertimbangan dalam memberikan terapi relaksasi pada lansia dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dengan VCO terhadap penurunan skala nyeri.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan sebagai acuan dan ilmu pengetahuan untuk pembelajaran tentang asuhan keperawatan pada lansia dengan penerapan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dengan VCO terhadap penurunan skala nyeri di PSTW Sabai Nan Aluih Siciincin.

4. Bagi Instansi Terkait

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan informasi tambahan, sehingga bisa dijadikan landasan atau sebagai dasar pengembangan standar atau pedoman terhadap upaya penurunan tingkat nyeri kepala pada lansia dengan hipertensi melalui penerapan *Slow Stroke Back Massage* (SSBM).

