

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Kesehatan salah satu aspek pokok dalam kehidupan untuk dapat melakukan aktivitas. Semakin bertambahnya usia, tubuh akan mengalami berbagai penurunan fungsi, hal itu disebut dengan usia lanjut. Pada lansia akan mengalami berbagai perubahan pada anatomi/ fisiologi dan berbagai penyakit akibat dari proses penuaan. Salah satu penyakit akibat penuaan yaitu hipertensi. Hipertensi salah satu penyakit degeneratif yang diderita penduduk dunia sebanyak 25% (Setyawati, 2015 dalam Ananto 2017).

Dalam *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2012 menyatakan sekitar 982 juta orang (26,4%) penduduk dunia mengalami hipertensi. Kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2015. Di Indonesia sendiri penderita hipertensi mencapai angka 36,8% yang berusia >18 tahun dan 60% penderita berdasarkan jumlah tersebut dapat menderita stroke, sementara yang lainnya dapat mengalami gagal ginjal, gangguan jantung dan kebutaan. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, prevalensi penyakit Hipertensi mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya, pada tahun 2015 penderita hipertensi sebesar 57,87% dan pada tahun 2016 mengalami peningkatan menjadi 60%. Di Provinsi Jawa Tengah, hasil survei pada tahun 2015 menunjukkan penderita hipertensi di daerah

Semarang menempati peringkat tiga belas dengan hasil 27,67% dan pada tahun 2016 menunjukkan kota Semarang menempati peringkat penderita hipertensi tertinggi ke tujuh di Jawa Tengah dengan angka mencapai 26,15%. Menunjukkan adanya penurunan angka prevalensi tetapi pada wilayah Jawa Tengah prevalensi hipertensi mengalami peningkatan sehingga perlu diatasi karena hipertensi merupakan salah satu faktor risiko penyakit degeneratif.

Apabila hipertensi tidak terobati atau terkontrol dalam waktu yang lama akan menimbulkan berbagai komplikasi seperti stroke, retinopati, CKD dan penyumbatan arteri perifer (Muhadi, 2016 dalam Ananto, 2017). Untuk mengendalikan tekanan darah dapat dilakukan beberapa cara menurut Saputro (2013, dalam Ananto, 2017) dapat diberikan terapi farmakologi dan non farmakologi. Pada terapi farmakologi biasanya diberikan obat-obatan untuk menurunkan tekanan darah. Sedangkan terapi non farmakologi biasanya diberikan terapi relaksasi, gaya hidup sehat, koping efektif, dan terapi herbal.

Pada penderita hipertensi perlu diberikan terapi relaksasi yang terjadi vasodilatasi pembuluh darah sehingga tekanan darah akan turun dan normal. Agar tubuh bisa relaks dapat diberikan bermacam terapi yaitu dengan memberikan teknik nafas dalam, terapi musik klasik, yoga, dan terapi pijatan (Muttaqin, 2009). Terapi massage/ pijat yang dilakukan dengan rutin terbukti mampu menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar hormon kortisol, kecemasan berkurang sehingga dapat menurunkan tekanan darah dan memperbaiki fungsi tubuh (Wahyuni, 2014). Menurut Liao *et al* (2014, dalam Andjani 2016) menyatakan bahwa *massage* dapat menurunkan

tekanan darah yang signifikan yaitu rata-rata penurunan tekanan darah sistolik 7,39 mmHg dan rata-rata penurunan tekanan darah diastolik 5,05 mmHg. Penelitian yang menggunakan terapi pijatan untuk penderita hipertensi telah banyak dilakukan yang terbukti aman dan berefek positif dalam menurunkan tekanan darah. Givi (2013 dalam Achmad, *et al* 2014) menyatakan bahwa terapi pijatan adalah intervensi yang aman, efektif, murah dan mampu menurunkan tekanan darah yang dapat digunakan di pusat-pusat perawatan kesehatan dan di rumah.

Relaksasi dalam agama Islam yaitu menggunakan bacaan-bacaan dzikir (mengingat Allah) dengan mengulang-ulang bacaan tertentu. Kemiripan antara relaksasi dengan dzikir terletak pada upaya konsentrasi pikiran, upaya melepaskan diri dari segala sesuatu yang mengganggu pikiran (Purwanto S, 2016 dalam Haryono 2016). Dzikir dapat menimbulkan relaksasi yang mempengaruhi rangsangan pada system saraf otonom sehingga tekanan darah, denyut nadi dan pernafasan dapat menurun. Penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2016), membuktikan bahwa seseorang dengan spiritual yang baik mampu menurunkan atau menstabilkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Sesuai uraian diatas maka penulis tertarik untuk mengambil judul “penerapan terapi *massage* punggung dan dzikir pada lansia dengan hipertensi di Rumah Sakit Islam Sultan Agung”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, penulis dapat merumuskan masalah dalam bentuk pertanyaan yaitu “Apakah penerapan terapi *massage* punggung dan dzikir efektif untuk menurunkan hipertensi pada lansia di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang?”.

## **C. Tujuan Studi Kasus**

### 1. Tujuan Umum

Menggambarkan Asuhan Keperawatan Gerontik pada lansia yang mengalami hipertensi dengan memberikan terapi *massage* punggung dan dzikir untuk menurunkan tekanan darah.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Memaparkan terapi *massage* punggung untuk menurunkan tekanan darah
- b. Memaparkan terapi dzikir untuk menurunkan tekanan darah
- c. Memaparkan kombinasi *massage* punggung dan dzikir dalam menurunkan tekanan darah

## **D. Manfaat Studi Kasus**

Studi kasus ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

### 1. Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan kombinasi *massage* punggung dan dzikir pada lansia dengan hipertensi

## 2. Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Menambah wawasan ilmu dan teknologi terapan pada bidang keperawatan manajemen nyeri dan kebutuhan rasa nyaman melalui terapi *massage* punggung dan dzikir pada lansia dengan hipertensi.

## 3. Penulis

Memperoleh pengalaman dalam mengimplementasikan prosedur terapi *massage* punggung dan dzikir pada lansia dengan hipertensi.