

## PENERAPAN TERAPI *SLOW STROKE BACK MESSAGE* DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RS M.YUSUF KOTABUMI LAMPUNG UTARA TAHUN 2024

Rahmad Renaldo<sup>1\*</sup>, Eko Wardoyo<sup>1</sup>, Giri Susanto<sup>1</sup>  
<sup>1</sup>program studi Profesi Ners, Universitas Aisyah pringsewu

\*Korespondensi: [Rhmdrenaldo@gmail.com](mailto:Rhmdrenaldo@gmail.com)

Diterima: 04 Januari 2025

Disetujui: 25 April 2025

Dipublikasikan: 30 April 2025

**ABSTRAK.** *Slow stroke back massage* adalah gerakan sentuhan punggung yang memiliki efek relaksasi pada otot, tendon, dan ligamen meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis, dan merangsang pelepasan neurotransmitter astilkolin, yang kemudian ada penghambatan kerja saraf simpatik alhasil terjadinya vasodilatasi sistemik serta penurunan kontraktilitas otot. Tujuan penelitian ini Untuk Mengetahui Penerapan Terapi *Slow Stroke Back Message* Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada pasien Hipertensi di RS M.Yusuf kotabumi Lampung Utara Tahun 2024. Rancangan penelitian ini merupakan observasional analitik, pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar observasi dengan melibatkan 2 pasien. Karya Tulis Ilmiah dilakukan pada Bulan Mei 2024. Lokasi studi kasus ini di Ruang Bangsal rawat Inap Penyakit dalam Rumah Sakit M.Yusuf Kotabumi. Waktu pelaksanaan studi kasus ini di bulan Mei 2024. Hasil mengalami penurunan tekanan darah yaitu pada Tn.R dari 190/110 MmHg menjadi 160/85 MmHg, Sedangkan Pada Tn.B dari 180/110 MmHg Menjadi 150/90 MmHg dan didapatkan hasil setelah Implementasi terjadi perubahan penurunan tekanan darah. Terjadi perubahan penurunan tekanan darah.

**Kata kunci:** *Slow stroke back message*, hipertensi, keperawatan medikal bedah

**ABSTRACT.** *A back massage using the slow stroke technique relaxes muscles, tendons, and ligaments, boosts parasympathetic nerve activity, and triggers the release of acetylcholine, a neurotransmitter that inhibits the activity of sympathetic nerves and reduces systemic vasodilation and muscular contractility. The research objective was to determine the application of Slow Stroke Back Massage therapy in reducing blood pressure in hypertension patients at the M.Yusuf Hospital of Kotabumi North Lampung in 2024. This research design is an analytical observational study, data collection using questionnaires and observation sheets involving 2 patients. The Scientific Paper was conducted in May 2024. This case study was located in the Internal Medicine Inpatient Room of M.Yusuf Hospital in Kotabumi. The time of implementation of this case study was in May 2024. One of the interventions that was used was Slow Stroke Back Massage Therapy. After three days of implementation, Mr. R's blood pressure dropped from 190/110 MmHg to 160/85 MmHg, and Mr. B's blood pressure dropped from 180/110 MmHg to 150/90 MmHg. According to the data, both men's blood pressures decreased*

**Keywords:** *Slow stroke back massage, hypertension, medical-surgical nursing*

### PENDAHULUAN

Penyakit kardiovaskuler salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Penyakit ini menyerang penduduk pada usia dewasa dan orang tua. Salah satu penyakit kardiovaskuler yang sering diderita masyarakat adalah hipertensi. Penyakit ini bukan termasuk penyakit yang mematikan, tetapi kematian akibat penyakit ini sering terjadi. Hipertensi merupakan bagian dari penyakit tidak menular yang sering terjadi di dunia termasuk di

Indonesia atau disebut juga sebagai penyakit '*silent killer*' (Kowalski,2019).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak diderita masyarakat. Hipertensi sekarang menjadi masalah utama, tidak hanya di Indonesia tapi di dunia, karena hipertensi ini merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti gagal ginjal, diabetes, stroke, jantung (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi adalah suatu keadaan dimana

tekanan darah berada diatas 140/90 mmHg. Hipertensi menjadi factor resiko terjadinya kerusakan organ penting pada manusia seperti, otak, jantung, ginjal, pembuluh darah besar dan pembuluh darah perifer (Laurensia *et al.*, 2022).

Menurut data WHO (2019) di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% mengidap penyakit hipertensi. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2021. Diperkirakan setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi. 333 juta dari 972 juta pengidap hipertensi berada di negara maju dan sisanya berada di negara berkembang salah satunya Indonesia. Riskesdas (2019) menyatakan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia yang dilihat dari hasil pengukuran penduduk usia > 18 tahun adalah 34,1 %. Hipertensi terjadi pada kelompok usia 45-60 tahun (45,3%), hal ini terjadi karena seiring bertambahnya usia tekanan darah akan cenderung meningkat. Penyakit hipertensi umumnya berkembang pada saat umur seseorang mencapai paruh baya yakni cenderung meningkat khususnya yang berusia lebih dari 20 tahun bahkan usia lebih dari 60 tahun keatas. Pada umumnya hipertensi menyerang pria pada usia diatas 31 tahun, sedangkan pada wanita terjadi setelah usia 45 tahun (Ikhwan, 2020). Jumlah kasus hipertensi di Indonesia yaitu 63.309.620, sedangkan angka kematian akibat hipertensi di Indonesia yaitu 427.218 (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2019 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia >18 tahun di Indonesia didapatkan 658.201 penderita terdiagnKliena hipertensi, angka tertinggi terjadi di Provinsi Jawa Barat dengan 131.153 penderita dan angka terendah berada di Provinsi Kalimantan Utara dengan 1.675 penderita. Sedangkan prevalensi hipertensi di Provinsi Lampung yaitu 20.484 penderita (Riskesdas 2019).

Menurut Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2019, prevalensi hipertensi pada penduduk dengan usia  $\geq 15$  tahun di Provinsi Lampung sebesar 15,10% dengan capaian pelayanan kesehatan bagi pasien hipertensi sebesar 49,10%; sedangkan Kota Bandar Lampung memiliki prevalensi penyakit hipertensi pada

penduduk dengan usia  $\geq 15$  tahun sebesar 16,71% dengan capaian pelayanan kesehatan bagi pasien hipertensi sebesar 71,40%. Dengan kata lain, data tersebut menunjukkan bahwa belum tercapainya target capaian pelayanan kesehatan bagi pasien hipertensi sesuai Standar Pelayanan Minimal (SPM), baik di Provinsi Lampung secara keseluruhan maupun di Kota Bandar Lampung (Profil Kesehatan Lampung, 2019).

Penatalaksanaan hipertensi berfokus pada menurunkan tekanan darah kurang dari 140 mmHg sistolik dan 90 mmHg diastolik. Resiko komplikasi seperti gangguan kardiovaskular (penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke) atau penyakit ginjal akan menurun saat tekanan darah rata-rata kurang dari 140/90 mmHg<sup>6</sup>. Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu penalaksanaan farmakologi dan penatalaksanaan nonfarmakologi. Penatalaksanaan non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu dengan cara modifikasi gaya hidup, pengurangan berat badan, pembatasan natrium, modifikasi diet lemak, olahraga, pembatasan alkohol, menghentikan kebiasaan merokok, dan teknik relaksasi salah satunya yaitu Terapi *Slow Stroke Back Massage*.

Pengobatan hipertensi bisa dilakukan secara farmakologis maupun non farmakologis. Pengobatan non farmakologi diantaranya terapi herbal, perubahan gaya hidup, kepatuhan dalam pengobatan, pengendalian stres dan terapi relaksasi. Relaksasi membuat tubuh menjadi rileks dapat dilakukan dengan cara seperti terapi musik klasik, yoga, tehnik nafas dalam dan terapi *massage* (Indriani, 2022). Relaksasi dapat dicapai melalui *mechanoreceptors* tubuh yang mengatur tekanan, kehangatan dan sentuhan menjadi mekanisme relaksasi,serta tumbuhnya hubungan saling percaya antara pasien dan perawat. Sel yang dikenal sebagai *mechanoreceptors* menyampaikan sinyal ke sistem saraf pusat untuk menurunkan tekanan darah dan mentransduksi rangsangan mekanik yang dihasilkan melalui *massage*. *Massage* adalah metode penyembuhan yang beragam. *Slow stroke backmassage* dengan teknik *massage* seperti selang seling tangan, remasan, gesekan, eflurasi, petriasi, dan tekanan menyikat adalah salah satu teknik yang dapat digunakan dalam *massage* (Wowor, 2022).

*Slow stroke back massage* adalah terapi dengan gerakan sentuhan pada punggung yang mempunyai efek relaksasi otot, tendon, dan ligament, meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis, dan merangsang pelepasan neurotransmitter asetikolin yang kemudian menghambat kinerja saraf simpatik menyebabkan terjadinya vasodilatasi sistemik serta terjadinya penurunan kontraktilitas otot dan menimbulkan gejala penurunan denyut jantung, curah jantung yang mengakibatkan penurunan tekanan darah (Utomo et al., 2022). *Slow stroke back massage* merupakan salah satu tindakan *massage* dengan gerakan sentuhan dan penekanan pada kulit area punggung.

Data Rekam Medis Rumah Sakit M.Yusuf Kotabumi pasien dengan hipertensi pada periode bulan Januari-Februari 2024 adalah sebanyak 36 yang tersebar di beberapa ruangan salah satunya adalah Ruang Bogemvile pada bulan tersebut pasien dengan hipertensi sebanyak 25 pasien. Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat, didapatkan data bahwa pasien dengan keluhan tekanan darah tinggi diberikan terapi farmakologis berupa pemberian obat antihipertensi yakni Amlodipin dan Candesartan. Perawat mengatakan jika Ruang bogemvile pasien dengan tekanan darah tinggi belum pernah diberikan terapi non farmakologis seperti terapi sentuhan ataupun terapi pijat punggung.

Berdasarkan data dan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penerpapan teknik *Slow Stroke Back Massage* sebagai intervensi non farmakologis terhadap tekanan darah pada pasien dengan hipertensi.

## METODE

Desain penelitian studi kasus meliputi pengkajian keperawatan, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Desain ini digunakan untuk menerapkan Analisis Penatalaksanaan Penerapan Terapi *Slow Stroke Back Message* Dalam Menurunkan Tekanan darah pada pasien Hipertensi di RS M.Yusuf Kotabumi Lampung utara tahun 2024.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Analisis Karakteristik pasien

Tabel 1. Analisis Karakteristik pasien

Asuhan Keperawatan	Kasus 1	Pasien 2
Nama	Tn.R	Tn.B
Umur	56 tahun	46 Tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki	Laki-Laki
Pendidikan	SMA	SMA
Alamat	Kotabumi	Kotabumi
Agama	Islam	Islam
Suku	Jawa dan Sunda	Lampung
Pekerjaan	Buruh	Wiraswasta
Sumber Informasi	Orang Tua dan Keluarga	Istri
Tanggal Pengkajian	1 Maret 2024	2 Maret 2024

Karakteristik pasien 1 adalah usia 56 tahun dan jenis kelamin laki-laki, sementara pasien 2 berusia 46 tahun. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah berada diatas 140/90 mmHg. Hipertensi merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti gagal ginjal, diabetes, stroke, jantung. Hipertensi menjadi factor resiko terjadinya kerusakan organ penting di manusia seperti, otak, jantung, ginjal, pembuluh darah besar, dan pembuluh darah perifer. Pengobatan hipertensi bisa dilakukan secara farmakologis maupun non farmakologis. Pengobatan non farmakologi yang telah ditemukan untuk membantu menurunkan tekanan darah yaitu berupa tanaman tradisional (Herbal), akupuntur, akupresur, terapi relaksasi, pijat refleksi, *massage* punggung, senam berupa senam lansia, senam yoga dan lain-lain.

Pengobatan hipertensi bisa dilakukan secara farmakologis maupun non farmakologis. Pengobatan non farmakologi diantaranya terapi herbal, perubahan gaya hidup, kepatuhan dalam pengobatan, pengendalian stres dan terapi relaksasi. Relaksasi membuat tubuh menjadi rileks dapat dilakukan dengan cara seperti terapi musik klasik, yoga, tehnik nafas dalam dan terapi *massage* (Indriani, 2022). Relaksasi dapat dicapai melalui *mechanoreceptors* tubuh yang mengatur tekanan, kehangatan dan sentuhan menjadi mekanisme relaksasi,serta tumbuhnya hubungan saling percaya antara pasien dan perawat. Sel yang dikenal sebagai *mechanoreceptors* menyampaikan

sinyal ke sistem saraf pusat untuk menurunkan tekanan darah dan mentransduksi rangsangan mekanik yang dihasilkan melalui *massage*. *Massage* adalah metode penyembuhan yang beragam. *Slow stroke backmassage* dengan teknik *massage* seperti selang seling tangan, remasan, gesekan, eflurasi, petriasi, dan tekanan menyikat adalah salah satu teknik yang dapat digunakan dalam *massage* (Wowor, 2022). *Slow stroke back massage* adalah terapi dengan gerakan sentuhan pada punggung yang mempunyai efek relaksasi otot, tendon, dan ligament, meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis, dan merangsang pelepasan neurotransmitter asetikolin yang kemudian menghambat kinerja saraf simpatik menyebabkan terjadinya vasodilatasi sistemik serta terjadinya penurunan kontraktilitas otot dan menimbulkan gejala penurunan denyut jantung, curah jantung yang mengakibatkan penurunan tekanan darah (Utomo et al., 2022). *Slow stroke back massage* merupakan salah satu tindakan *massage* dengan gerakan sentuhan dan penekanan pada kulit area punggung.

## **B. Analisis Masalah Keperawatan Utama Pasien**

Pengkajian pada kedua pasien yang dilakukan oleh penulis, diperoleh Klien 1 dengan keluhan Pusing atau sakit kepala pada Bagian tengkuk dan Klien 2 mengeluh Pusing atau nyeri pada bagian tengkuk dan pusing. Kedua klien mengatakan Pusing pada saat bergerak, nyeri seperti ditusuk tusuk, skala nyeri 6 pada pasien 1 dan skala nyeri 5 pada pasien 2, klien selalu dibantu dalam melakukan suatu aktivitas dan Klien mengeluh kurang dapat beraktivitas/mobilisasi, dan klien merasa takut dan cemas untuk beraktivitas dan mengatakan sulit untuk tidur.

Manifestasi klinis yang timbul dapat berupa nyeri kepala saat terjaga yang kadang-kadang disertai mual dan muntah akibat peningkatan tekanan darah intrakranium, penglihatan kabur akibat kerusakan retina, ayunan langkah kaki tidak mantap karena kerusakan susunan saraf, nokturia (peningkatan urinasi pada malam hari) karena peningkatan aliran darah ginjal dan filtrasi glomerulus, edema dependen akibat peningkatan tekanan kapiler. Keterlibatan pembuluh darah otak

dapat menimbulkan stroke atau serangan iskemik transien yang bermanifestasi sebagai paralisis sementara pada satu sisi atau hemiplegia atau gangguan tajam penglihatan. Gejala lain yang sering ditemukan adalah epistaksis, mudah marah, telinga berdengung, rasa berat di tengkuk, sukar tidur.

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan melalui dua metode yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Metode farmakologi merupakan sebuah metode yang menggunakan obat-obatan medis. Pemilihan obat yang akan diberikan pada penderita hipertensi tidak bisa sama (Kandarini, 2019).

Pendapat peneliti bahwa semua pasien Hipertensi memiliki keluhan utama Pusing dan nyeri tengkuk yang berakibat pada keterbatasan aktivitas dan sulitnya melakukan istirahat karena nyeri. Masalah keperawatan utama pada kedua pasien yang penulis ambil adalah Gangguan perfusi jaringan serebral b.d Peningkatan TIK. Nyeri Akut berhubungan dengan Agen Cidera Fisik dan gangguan Pola tidur.

Pada Tn.R dan Tn.B didapatkan 3 diagnosis keperawatan yaitu yang pertama Perfusi serebral tidak efektif, Nyeri akut dan Gangguan Pola tidur. Pada diagnosis pertama berdasarkan hasil pengkajian tentang masalah keperawatan Perfusi serebral tidak efektif dari responden I dalam keluhan utama ditemukan nyeri kepala dan pusing dan tidak nyaman di tengkuk serta memiliki tekanan darah yang tinggi yaitu 190/100 mmHg. Perfusi serebral tidak efektif ditegakkan karena terkait kondisi tekanan darah Tn.R dan Tn.B dengan tekanan darah 190/100 dan 180/100 mmhg. Pada kondisi ini Klien 1 dan Klien 2 memiliki tekanan darah tinggi yaitu derajat 2 dimana pada kondisi ini disebabkan karena adanya penyempitan pembuluh darah yang dapat menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah serebral secara tidak adekuat. Akibat dari peningkatan tekanan darah vaskuler serebral tersebut sehingga menekan serabut saraf otak yang dapat menyebabkan nyeri kepala pada responden. Ketika tekanan aliran darah yang tidak terkendali dapat menyebabkan pembuluh darah menjadi tipis dan mengembang serta dapat menyebabkan adanya pembekuan darah yang nantinya bila tidak

dikontrol akan menyebabkan penurunan sirkulasi darah ke otak (Price & Wilson 2019).

Diagnosa Keperawatan yang Kedua. Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik. Nyeri adalah respon subjektif stresor yang dirasakan baik secara fisik maupun psikologis (Suriya & Zuriati, 2019). Diagnosa nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik, penulis menegakan masalah nyeri akut masalah yang didapatkan pada klien, karena klien mengeluh nyeri dan terlihat meringis dengan skala nyeri 6.

Penulis menegakan diagnosa Klien gangguan perfusi jaringan serebral menjadi diagnosa Klien prioritas utama dikarenakan Gangguan perfusi jaringan merupakan faktor utama yang dapat menyebabkan kerusakan pada seluruh jaringan tubuh sehingga apabila terdapat gangguan perfusi maka seluruh jaringan pada tubuh akan mengalami perubahan bahkan kehilangan jaringan normalnya.

### C. Analisis Tindakan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Keperawatan (SDKI)

Tindakan keperawatan yang penulis lakukan pada kedua pasien adalah secara komprehensif pada ke tiga diagnosa Klien yang ditemukan, namun yang menjadi focus utama penulis ada tindakan Melakukan *slow stroke back mesaage* untuk mengurangi tekanan darah pada pasien hipertensi, hal ini dilakukan berdasarkan pengkajian dan diagnosa Klien utama yang penulis ambil.

Pijat punggung adalah tipe *massage* pada punggung yang terdiri dari usapan panjang, lambat, dan meluncur (Setiawan & Prasetyo, 2019). *Massage* adalah teknik manipulasi jaringan lunak melalui tekanan dan peregangan yang dilakukan secara ritmis dan dapat dilakukan pada seluruh tubuh maupun pada bagian tertentu (Wahyuni, 2020). *Massage* adalah melakukan tekanan tangan pada jaringan lunak, biasanya otot, tendon atau ligamentum tanpa menyebabkan gerakan atau perubahan posisi Klien sendi untuk meredakan nyeri, menghasilkan relaksasi atau memperbaiki sirkulasi (Mander, 2019). *Massage* adalah pengurutan dan pemijatan yang menstimulasi sirkulasi darah serta metabolisme dalam jaringan

(Kusyati, 2020).

Implikasi keperawatan *slow stroke back massage* dapat menurunkan tekanan darah, frekuensi jantung dan suhu tubuh (Smeltzer, 2019). Mekanisme *slow stroke back massage* (pijat lembut pada punggung) yaitu relaksasi dengan meningkatkan sirkulasi, dan aktivitas refleks pada sistem saraf pusat, perifer, dan otonom. Lebih spesifik, pijatan membantu aliran balik vena sehingga menstimulasi sirkulasi lokal (Basford, 2018). Akibat dari menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatnya aktivitas saraf parasimpatis sehingga terjadi vasodilatasi diameter arteriolar (Cassar, 2019). Sistem saraf parasimpatis melepaskan neurotransmitter asetilkolin untuk menghambat aktifitas saraf simpatis dengan menurunkan kontraktilitas otot jantung, volume sekuncup, vasodilatasi arteriolar dan vena kemudian menurunkan tekanan darah (Muttaqin, 2009). Peneliti dalam penelitian ini menggunakan penatalaksanaan nonfarmakologis terapi relaksasi *slow stroke back massage* untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hal ini telah dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prawesti, (2012), dengan hasil terjadi penurunan tekanan darah yang signifikan. Dengan menggunakan terapi ini dapat memberikan manfaat yaitu dapat memberikan kenyamanan dan merilekskan ketegangan sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Selain itu terapi relaksasi merupakan cara yang mudah, sederhana dan murah. Teknik ini dapat dilakukan oleh perawat dan dapat diajarkan kepada keluarga pasien.

Setelah diberikan penerapan Slow Stroke Back Mesaage Penurunan tekanan darah pasien mengalami penurunan. Pada responden 1 sebesar 150/80 mmhg dan pada responden 2 160/80 mmhg. Peneliti berpendapat tindakan *slow stroke back mesaage* yang diberikan sangat bermanfaat hal ini dapat membanu mengurangi tekanan darah pasien.

### D. Analisis Tindakan Keperawatan Sesuai Hasil Penelitian

Pada saat pengkajian didapatkan hasil pada Pasien mengalami dan mengeluhkan pusing bagian kepala Nyeri bagian tengkuk, sulit tidur dan pasien mengatakan jika pada pagi hari ketika diukur tekanan darah selalu tinggi diatas 180 mmHg.

Pasien mengatakan sudah mengonsumsi obat anti hipertensi sejak tahun 2019 dengan mengonsumsi Bisoprolol 1x 2,5 mg. Selama mengalami tekanan darah tinggi tersebut pasien sering mengeluhkan kesulitan tidur, dan rasa nyeri pada tengkuk kepala. Pada saat pengkajian dilakukan pengukuran tekanan darah didapatkan hasil pada pasien 1 190/110 mmHg. Pada pasien 2 saat dilakukan pengkajian mengeluhkan pusing kepala, nyeri tengkuk, pusing badan lemas ketika digunakan untuk beraktivitas didapatkan hasil pengukuran tekanan darah 180/110 mmHg. Pada pasien dengan hipertensi peningkatan tekanan darah diakibatkan karena terdapat stimulus internal dan eksternal yang mempengaruhi mekanisme regulator dan kognitor sehingga mempengaruhi sistem saraf otonom yakni saraf simpatis (Marhamah, 2023). Hal ini juga sesuai dengan teori yang dijelaskan oleh Hastuti (2022) menyebutkan bahwa penyebab hipertensi terletak pada vasomotor bilateral yang menghubungkan dua pertiga medulla oblongata. Bagian lateral mengirimkan impuls melalui saraf simpatis ke jantung untuk meningkatkan frekuensi dan kontraktilitas jantung.

Pada pasien 1 mengatakan tekanan darah tinggi dipicu oleh aktivitas sebagai Buruh yang mengakibatkan berkurangnya jumlah jam istirahat. Sedangkan pada pasien 2 mengatakan tekanan darah tinggi diderita setelah 5 tahun. Faktor penyebab hipertensi pada setiap individu tersebut berbeda-beda. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Jasmin (2023) pada penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi, dimana aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang masih dapat dikontrol, namun orang-orang dengan aktivitas yang tinggi cenderung mempunyai detak jantung yang lebih cepat dan otot jantung harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksinya. Faktor penyebab hipertensi yang lainnya adalah mempunyai riwayat penyakit degeneratif seperti, diabetes mellitus. Hal ini sesuai dengan penelitian Handari et al, (2023) subjek dengan DM menyebabkan adanya resistensi insulin yang menyebabkan adanya hiperglikemia yang diakibatkan kadar gula darah yang tidak terkontrol sehingga dapat menyebabkan hipertensi.

Pada kedua responden yakni pasien 1 dan

pasien 2 mengalami hipertensi sebelum diberikan penerapan *Slow stroke back massage*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuniarti et al., 2019) tekanan darah sebelum diberikan intervensi *slow stroke back massage* pada responden sejumlah 30 orang mempunyai tekanan darah sistolik yang tinggi yakni di atas 130 mmHg. Penelitian lain yang dilakukan oleh Ayu (2022) menunjukkan hasil yang sama yakni tekanan darah sebelum diberikan penerapan *slow stroke back massage* pada pasien hipertensi rata-rata tekanan darah 152/99 mmHg.

#### E. Analisis Evaluasi Keperawatan Sesuai Hasil Penelitian

Penerapan pemberian *slow stroke back massage* selama 3 hari dengan frekuensi 2 kali sehari diberikan dalam durasi 10 menit pada setiap responden menunjukkan hasil terjadinya penurunan tekanan darah pada kedua responden. Tekanan darah pada Pasien sebelum penerapan didapatkan tekanan darah 190/110 mmHg menjadi 160/85 mmHg. Pasien 1 mengatakan merasa lebih nyaman setelah diberikan penerapan *slow stroke back massage*. Pada Pasien 2 tekanan darah sebelum diberikan penerapan diperoleh tekanan darah 180/110 mmHg menjadi 150/90 mmHg. Pasien 2 mengatakan lebih nyaman dan punggung tidak terasa kaku. Pengukuran tekanan darah dilakukan 10 menit setelah pemberian *slow stroke back massage*.

Penurunan tekanan darah setelah diberikan penerapan *slow stroke back massage* disebabkan karena mekanisme kerja *slow stroke back massage* menstimulasi saraf-saraf superfisial di kulit yang akan diteruskan ke bagian otak sehingga terjadi penurunan tekanan darah (Marhamah, 2023). Sentuhan yang diberikan pada kulit dan otot, menjadikan rileks sehingga mengakibatkan aktivitas saraf parasimpatis untuk mengeluarkan asetikolin untuk mengambat kinerja otot jantung yang mengakibatkan terjadinya penurunan tekanan darah. Efek yang ditimbulkan dari pemberian *slow stroke back massage* dapat membantu aliran darah vena untuk menghilangkan produk sampah yang terpendam didalam jaringan. *Massage* menimbulkan aktivitas parasimpatis untuk menurunkan tekanan darah melalui perlambatan

jantung sehingga terjadi penurunan curah jantung dengan vasodilatasi dengan penurunan tonus sehingga terjadi penurunan tekanan darah (SamKlienir, 2021). Penelitian lain yang dilakukan oleh Pratiwi (2019) menunjukkan bahwa tekanan darah sebelum dan setelah diberikan *slow stroke back massage* tekanan sistolik 140-159 mmHg sebanyak lima responden menjadi 14 responden, 160-179 mmHg dari 11 responden menjadi enam responden dan  $\geq 180$  mmHg sebanyak empat responden dan setelah diberikan *slow stroke back massage* nol responden.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Utomo et al, (2022) penerapan *slow stroke back massage* menunjukkan hasil terdapat penurunan tekanan darah sistolik  $< 150$  mmHg sejumlah 8 responden, dan juga terdapat penurunan tekanan darah diastolic sejumlah 7 responden dari 15 responden dengan tekanan darah 85-90 mmHg. Hal ini menunjukkan terdapat perubahan dan dapat menyatakan bahwa *slow stroke back massage* berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Perkembangan tekanan darah pada pasien 1 dan Pasien 2 setelah diberikan penerapan *slow stroke back massage* selama 3 hari. Pada kedua responden tersebut sebelum diberikan penerapan *slow stroke back massage* tekanan darah di atas 190/110 mmHg, pada Pasien 1 tekanan darah sebelum diberikan intervensi didapatkan hasil 190/110 mmHg dan pasien 2 dengan tekanan darah 180/110 mmHg. Setelah diberikan penerapan *slow stroke back massage* selama 3 hari diberikan dalam 2 kali sehari dengan durasi 10 menit tekanan darah pada pasien 1 yakni 160/85 mmHg dan pada pasien 2 didapatkan tekanan darah 160/80 mmHg. Hal tersebut menunjukkan bahwa teknik *Slow stroke back massage* dapat menurunkan tekanan darah.

Perubahan tekanan darah pada kedua pasien mengalami penurunan disebabkan karena *slow stroke back massage* memberikan efek rileksasi pada kulit dan otot yang menyebabkan vasodilatasi dan menghambat kinerja jantung dalam memompa darah. Hal ini sejalan dengan penelitian Komang et al, (2021) didapatkan hasil 16 dari 30 responden penderita hipertensi sebelum 156/96 mmHg dan sesudah diberikan penerapan *Slow Stroke Back Message* tekanan darah 132/91 mmHg terlihat bahwa rata-rata tekanan darah sistolik mengalami

penurunan 24,4 mmHg sedangkan rata-rata tekanan darah distolik 5,47 mmHg yang diberikan selama 2 hari sekali.

Faktor terjadinya penurunan tekanan darah juga didukung oleh penggunaan obat anti hipertensi yang dikonsumsi pasien yakni Ny.F mengkonsumsi Bisoprolol 1x2,5 mg dan Tn.S mengkonsumsi obat Amlodipin 1x10 mg. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati et al, (2022) bisoprolol adalah jenis obat antihipertensi yang merupakan golongan  $\beta$ -blocker, bisoprolol dengan mekanisme memperlambat kerja detak jantung serta menurunkan tekanan otot jantung saat berdetak. Maka dari itu dengan cara kerja tersebut dapat memberikan penurunan tekanan darah dan berkurangnya beban jantung dalam memompa darah keseluruhan tubuh. Sedangkan pada Tn.S mengkonsumsi obat amlodipin Azizah et al, (2021) amlodipin adalah obat antihipertensi yang paling banyak digunakan pada penderita hipertensi sebesar 32,78 % amlodipin yang memiliki waktu paruh sehingga penyerapan obat lambat dan mencegah terjadinya tekanan darah secara mendadak.

## SIMPULAN

Penerapan pemberian *slow stroke back massage* selama 3 hari dengan frekuensi 2 kali sehari diberikan dalam durasi 10 menit pada setiap responden menunjukkan hasil terjadinya penurunan tekanan darah pada kedua responden. Tekanan darah pada Pasien sebelum penerapan didapatkan tekanan darah 190/110 mmHg menjadi 160/85 mmHg. Pasien 1 mengatakan merasa lebih nyaman setelah diberikan penerapan *slow stroke back massage*. Pada Pasien 2 tekanan darah sebelum diberikan penerapan diperoleh tekanan darah 180/110 mmHg menjadi 150/90 mmHg. Pasien 2 mengatakan lebih nyaman dan punggung tidak terasa kaku. Pengukuran tekanan darah dilakukan 10 menit setelah pemberian *slow stroke back massage*.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan sehingga karya ilmiah ini bisa dapat diselesaikan. Dan terimakasih juga kepada pihak Rumah sakit

M.Yusuf Kotabumi yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan pengkajian dan kegiatan ini dapat berjalan dengan baik.

## REFERENSI

- Anata, S. (2019). Penerapan Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Kasus hipertensi dan penatalaksanaannya.
- Ayu, A. (2022). Pengaruh Pemberian Slow Stroke Back Massage Dan Aromaterapi Mawar Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud H.Soewondo Kendal. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 26, 1–10.
- Azizah, N. I., Ismunandar, A., & Winarno, T. (2021). Perbandingan Terapi Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Prolanis Di Puskesmas Kabupaten Banyumas Wilayah Timur Comparison. *Pharmacy Peradaban Journal*, 1(1), 32–41. <http://journal.peradaban.ac.id/index.php/ppj/article/view/684/55>.
- Corwin. 2019. Tekanan darah pada pasien Hipertensi, Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Negeri.
- Fatimah Pudjiastuti (2019). *Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: PT. RINEKA CIPTA.
- Fatmawati, Iswandi, & Sumaryana. (2022). Pola Pemetaan Dan Kesesuaian Pengobatan Antihipertensi Pasien Hipertensi Rsud Dr. Gondo Suwarno Tahun 2021. *Serulingmas Health Journal*, 2(2), 32–39.
- Handari, S. D., Rahmasari, M., & Adhela, Y. D. (2023). Hubungan Diabetes Melitus, Kolesterol dengan Skor Kalsium pada Pasien Hipertensi dengan Status Gizi Obesitas. *Amerta Nutrition*, 7(1), 7–13. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i1.2023.7-13>
- Hastuti, A. P. (2022). Hipertensi (M. Ratih (ed.); Cetakan II). Lakeisha. <https://www.google.co.id/books/edition/HIPERTENSI/TbYgEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=hipertensi&pr>
- Ikhwan, M., & Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal, S. (2019). Hubungan Faktor Pemicu Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi. 10, 1–11.
- Indriani, L., & Najwa, N. (2022). Penilaian Efektivitas Antihipertensi dan Efek Samping Obat di RSUP Fatmawati. 88, 146–151. <https://doi.org/10.25077/jsfk.9.sup.146-151.2022>
- Jasmin, R., Avianty, I., & Prastia, T. N. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Pancasan Kecamatan Bogor Barat tahun. 6(1), 49–52. <https://doi.org/10.32832/pro>
- Kementrian Kesehatan RI, 2019, Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019, Jakarta, Kementrian Kesehatan RI
- Komang, N., Dewi, R. P., Wira, P., Putra, K., Ngurah, A. A., Kusuma, N., Studi, P., Keperawatan, S., Bina, S., & Bali, U. (2021). The effect of slow stroke back massage with VCO (virgin coconut oil) on decreasing blood pressure and headache in elderly patients with hypertension in Banjar Dukuh, Serangan District. *Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(2), 2087–2122.
- Kowalski (2019). Pemeriksaan tekanan darah Pada Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*
- Laurensia, L., Destra, E., Saint, H. O., Syihab, M. A. Q., & Ernawati, E. (2022). Program Intervensi Pencegahan Peningkatan Kasus Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Jaya. *E-Amal: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 1227–1232. <https://doi.org/10.47492/eamal.v2i2.1472>
- Marhamah, H. (2023). Pemberian Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 9(1), ISSN 2716-0785 24–35.
- Muttaqin (2019). Slow stroke back message pada pasien hipertensi mengurangi nyeri. *Farmaka*
- Prince (2019). Pengaruh Terapi SSBM Terhadap Perubahan TD Pada Lansia Dengan Hipertensi Di BSLU Mandalika NTB. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 5(2), 7–13.
- Pudji astuti (2020). Konsep Slow Stroke Back Massage Efektif Dalam Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2019). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2019
- Rudi, Isnawati. (2019). Ilmu penyakit dalam Jilid II. Jakarta: internapublishing
- SamKlienir, N. R., & Triyulianti, S. (2021). Pengaruh Pemberian Deep Breathing Exercise Dan Slow Stroke Back Massage Efektif Dalam Menurunkan Tekanan

- Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 5(2), 158–164.  
<https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v5i2.146>
- Samsudin. (2019 ). Blood Pressure Changes In Hypertension Patients. *Nusantara Hasana Journal*, 2(5), Page.
- Sujimat, D. Agus. 2019. *Penulisan karya ilmiah*. Makalah disampaikan pada pelatihan penelitian bagi guru SLTP Negeri di Kabupaten Sidoarjo tanggal 19 Oktober 2000 (Tidak diterbitkan). MKKS SLTP Negeri Kabupaten Sidoarjo
- Suparno. 2019. *Langkah-langkah Penulisan Artikel Ilmiah* dalam Saukah, Ali dan Waseso, M.G. 2000. Menulis Artikel untuk Jurnal Ilmiah. Malang: UM Press.
- UNESA. 2020. *Pedoman Penulisan Artikel Jurnal*, Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Negeri Surabaya. (Times New Roman 11, Reguler, spasi 1, spacing before 6 pt, after 6 pt).
- Udjianti. 2020. “Asuhan Keperawatan Pada pasien hipertensi dengan penerepan SBBM Dengan Fokus Studi Pengelolaan Nyeri Akut dirumah sakit swasta jakarta
- Utomo, D. E., Febianah, A. N., Maulidia Septimar, Z., & Madani, U. Y. (2022). The Effect Of Slow Stroke Back Massage On Blood Pressure Changes In Hypertension Patients In Pakuhaji HKlienpital Tangerang. *Nusantara Hasana Journal*, 2(5), Page.
- Wowor et al (2022). Hubungan Faktor Pemicu Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi. *Bhakti Cempaka*. Yogyakarta
- Yuniarti, A. I., Dewi, E. S., Wiyata, K., Husada, M., Kebidanan, A., Mitra, W., & Nganjuk, H. (2019). Pengaruh Slow Stroke Back Masage (SSBM) Terhadap Tekanan Darah Menopause Penderita Hipertensi. *Conference on Innovation and Application of Science and Technology*, Ciastech, 171–176.