

IMPLEMENTASI TERAPI SLOW STROKE BACK MASSAGE UNTUK MENURUNKAN NYERI KEPALA PADA PASIEN HIPERTENSI DI BANGSAL DAHLIA 2 RSUP DR.SARDJITO

Sang Ayu Mita Triyanditha, Abdul Aziz, Rekyan Listyaningsih

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta

e-mail: sangayumitatriyanditha@gmail.com, abdulaziz01065@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Hipertensi adalah penyebab gagal jantung kongsetif dan juga penyakit serebrovaskuler dimana dikatakan penyakit tersebut merupakan faktor penyebab terjadinya kematian di Dunia, Hipertensi bisa menyebabkan nyeri kepala. Nyeri kepala hipertensi disebabkan oleh pembuluh darah menyempit maka menyebabkan aliran darah terganggu dan bisa menyebabkan sakit kepala. Pengobatan /penurunan nyeri kepala hipertensi dapat dilakuka dengan dua cara yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. *Slow Stroke Back Massage* salah satu tindakan non farmkologis untuk mengurangi nyeri kepala pada pasien hipertensi. Tujuan : Menggambarkan penerpan terapi *slow stroke back massege* pada punggung terhadap penurunan nyeri hipertensi Metode : Penelitian Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode deskriptif pendekatan studi kasus dengan subyek penelitian 1 responden dengan nyeri kepala hipertensi Hasil Penelitian : Hasil penelitian penerapan *slow stroke back massage* menunjukan adanya penurunan skala nyeri pada pasien nyeri kepala hipertensi pada hari pertama skala nyeri 4 setelah diberikan terapi menurun menjadi skala 1 dan pada hari ke dua skala nyeri 5 setelah diberikan terapi menurun menjadi skala 2, jadi selama 2 hari pemberian terapi *slow stroke back massage* terdapat penurunan nyeri rata-rata dengan skor 3, Kesimpulan : Bahwa pemberian terapi *Slow stroke back massege* ini dapat menurunkan nyeri kepala pada hipertensi selama 2 hari secara berturut-turut

Kata kunci : *Slow Stroke Back Massage, Hipertensi, Nyeri kepala*

ABSTRACT

Background : Hypertension is a cause of congestive heart failure and also cerebrovascular disease which is said to be a factor causing death in the world. Hypertension can cause headaches. Hypertensive headaches are caused by narrowed blood vessels, which causes impaired blood flow and can cause headaches. Treatment/reduction of hypertensive headaches can be done in two ways, namely pharmacological therapy and non-pharmacological therapy. Slow Stroke Back Massage is one of the non-pharmacological measures to reduce headaches in hypertensive patients. Purpose: Describe the application of slow stroke back massage therapy on the back to reduce hypertension pain, Methods: This Scientific Writing Research uses a descriptive method with a case study approach with 1 respondent as research subject with hypertension headache, Research Results : The results of the study on the application of slow stroke back massage showed a decrease in the pain scale in hypertensive headache patients on the first day the pain scale 4 after being given therapy decreased to a scale of 1 and on the second day the pain scale 5 after being given therapy decreased to a scale of 2, so for 2 days giving slow stroke back massage therapy there was an average decrease in pain with a score of 3, Conclusion : That the adminitrasion of slow stroke back massege therapy can reduce headaches in hypertensive patiens

Keywords: *Slow Stroke Back Massage, Hypertension, headache*

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah penyebab gagal jantung kongsetif dan juga penyakit serebrovaskuler dimana dikatakan penyakit tersebut merupakan faktor penyebab terjadinya kematian di Dunia (Nelwan, 2019 dalam (Istyawati, Prastiani, and Rakhman 2020). World Health Organization (WHO, 2013), menyatakan prevelensi hipertensi diperkirakan akan terus naik, dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa diseluruh dunia menderita hipertensi.

Prevalensi penderita Hipertensi di Indonesia menurut Depkes RI Tahun 2013, mengatakan Hipertensi merupakan termasuk 10 besar penyakit hipertensi yang di derita oleh Lansia tahun 2013, yaitu berusia dari 55-64 tahun sebanyak 45%, usia 65-74 tahun sebanyak 57,6% dan usia 75 tahun ke atas sebanyak 63,8%. Sedangkan menurut (Dinkes Yogyakarta, 2015) menyatakan prevalensi penderita Hipertensi di Kota D.I Yogyakarta yaitu sebesar 26% dan menempati peringkat ke tiga penderita Hipertensi di Indonesia. Prevelensi penderita Hipertensi di RSUP Dr. Sardjito di Ruangannya Dahlia 2 pada tahun 2021 diperkirakan sebanyak 43 orang. (Taufik et al 2015).

Hipertensi dikenal ada dua jenis yaitu hipertensi Primer dan hipertensi Skunder. Hipertensi primer adalah yang tidak memiliki penyebab klinis yang dapat diidentifikasi, dan juga kemungkinan kondisi ini bersifat multifactor. Hipertensi primer tidak dapat disembuhkan, akan tetapi bisa dikontrol dengan terapi yang tepat. Dalam hal ini, faktor genetik mungkin berperan penting untuk pengembangan hipertensi primer dan bentuk tekanan darah tinggi cenderung berkembang secara bertahap selama bertahun-tahun, sedangkan Hipertensi

Skunder merupakan Hipertensi skunder memiliki ciri dengan peningkatan tekanan darah dan disertai dengan penyebab yang spesifik, seperti penyempitan arteri renalis, kehamilan, medikasi tertentu, dan penyebab lainnya. Hipertensi skunder juga bersifat menjadi akut, yang menandakan bahwa adanya perubahan pada curah jantung (Ignatavicius, Workman (2017) dalam (Telaumbanua and Rahayu 2021)

Beberapa keluhan yang sering dirasakan seseorang yang mengalami hipertensi salah satunya yaitu nyeri kepala dan tengkuk terasa berat. Nyeri kepala merupakan rasa yang tidak nyaman pada area kepala, leher dan tengkuk, nyeri kepala bisa menyebabkan pengaruh pola istirahat, pola makan ,hingga depresi sampai kecemasan pada penderitanya (Hidayati 2016 dalam (Yastiti 2017).

Manajemen nyeri dilakukan untuk mengatasi nyeri agar pasien merasa aman dan nyaman. Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis. Tindakan non farmakologis yang

dilakukan untuk manajemen nyeri yaitu terapi *Slow Stroke Back Massage* yang dapat untuk merilekskan, dan untuk mengurangi nyeri kepala (Salvo, S.G. 2016 dalam (Istyawati et al. 2020). *Slow stroke back massage* merupakan teknik pemijatan relaksasi dengan sentuhan lembut gerakan yang memanjang di area punggung menggunakan kedua tangan secara bersamaan. Pemijatan dilakukan mulai dari sacral ke arah cervical pada tulang belakang. Terapi ini juga dilakukan dengan teknik mengusap perlahan-lahan di daerah punggung dengan waktu 60 kali per menit (Potter, P.A., & Perry, 2011 dalam (Kifti'ah, Siti, and Sukarno 2021).

Maka dari itu berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk mengaplikasikan teknik terapi *Slow stroke back massage* pada penurunan nyeri kepala pasien Hipertensi Dengan naskah judul studi kasus “Implementasi Pemberian Terapi *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yaitu penelitian yang bertujuan untuk memperoleh gambaran, dengan melakukan observasi dan menganalisis data yang akurat sesuai fakta agar mudah dipahami. Rancangan Karya Tulis ini menggunakan studi deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan Implementasi terapi *Slow Stroke Back Massage* untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien Hipertensi di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 4-9 april 2022 di bangsal Dahlia 2. Instrumen yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu lembar Observasi terapi, minyak, handuk, tissue, tensi meter, stetoskop, dan adapun instrumen tambahan dalam menjaga protokol kesehatan yaitu sarung tangan, masker dan handsanitizer dan menggunakan SOP terapi *Slow Stroke Back Massage*.

Pengkuran skala nyeri menggunakan skala NRS, Kriteria Inklusi dan Eksklusi penelitian ini adalah pasien pria/ wanita dewasa yang memiliki nyeri kepala sedang Skala 4-6 dengan tekanan darah dari $\geq 140/90$ mmhg, bersedia menjadi responden/ subyek penelitian, tidak memiliki ruam/luka pada kulit punggung.

HASIL

Skala nyeri responden dalam penelitian Karya Tulis Ilmiah ini, meliputi pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan terapi Slow Stroke Back Massege dan hasil Pengukuran skala nyeri didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1.1 Lembaran Hasil Observasi Nyeri

Implementasi hari ke 1&2

skala nyeri sebelum	skala nyeri sesudah
4	1
5	2

Berdasarkan tabel 1.1 diatas menunjukan bahwa skala sebelum dan sesudah diberikan tindakan terapi slow stroke back massage selama 2 hari berturut-turut didapatkan hasil bahwa pada hari pertama tanggal 06 april 2022 skala nyeri sebelum diberika terapi yaitu 4 dan sesudah diberikan terapi menurun menjadi skala 1 dan pada hari ke dua tanggal 07 april 2022 sebelum diberikan terapi skala nyeri yaitu 5 dan sesudah diberikan terapi menurun menjadi skala 2.

Tabel 1.2 Skor Nilai Rata-Rata Penurunan Nyeri

Hari ke	Skala sebelum	Skala sesudah	Range skor
I	4	1	3
II	5	2	3
Nilai rata-rata			3

Berdasarkan tabel 1.2 diatas hasil nilai rata-rata dari penelitian penerapan terapi *slow stroke back massage* menggambarkan bahwa dapat menurunkan nyeri kepala hipertensi dengan nyeri sedang, yaitu nyeri menurun dengan skor skala 3 selama 2 hari berturut-turut

PEMBHASAN

Hasil penelitian diatas dibuktikan oleh beberapa jurnal seperti Asmadi (2013), mengatakan nyeri adalah sensasi yang tidak nyaman, rumit, unik, universal dan bersifat individual. Nyeri dikatakan bersifat individual karena respon individu terhadap sensasi nyeri beragam dan tidak bisa disamakan dengan satu sama lain. Maka dari itu salah satu penatalaksanaan nyeri secara non farmakologis adalah dengan terapi *slow stroke back massage*, terapi ini adalah teknik stimulus pada punggung dengan memberikan rileksasi dan usapan lembut perlahan-lahan selama 10-15 menit dengan usapan 12-15 kali per menit.

Pengaruh terapi *slow stroke back massege* terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi yaitu memberikan efek relaksasi, rasa nyaman dan dapat menurunkan nyeri karena terapi ini dapat memberikan stimulus dengan usapan lembut pada area punggung dan dapat memperlancar peredaran darah dan limphe dan dapat mengurangi ketegangan otot.

Pada studi kasus ini penerapan terapi *slow stroke back massege* ini dilakukan dilakukan 1 kali sehari dalam 10-15 menit untuk mengurangi nyeri kepala hipertensi. Hal ini didukung oleh penelitian (Bafadal and Zulkifli 2021) terapi *slow stroke back* merupakan terapi sederhana dalam upaya menurunkan nyeri dengan stimulus, tindakan *slow stroke back massage* ini dilakukan selama 10 menit, dalam 1 kali sehari penerapan.

Ny. I sebagai responden yang mengalami nyeri kepala karena disebabkan oleh hipertensi dan setelah diberikan terapi *slow stroke back massage* nyeri kepala menurun, studi kasus ini Secara konsep Sesuai dengan penelitian Trisnadewi N. W. (2018), dimana *slow stroke back massage* dapat memperbaiki sirkulasi. Efek dari penurunan tekanan darah dari *slow stoke back massege* ini dapat melalaui peningkatan vasodilatasi pembuluh darah dan maka dari itu dapat menurunkan rasa nyeri kepala akibat hipertensi, sehingga komplikasi lebih lanjut dapat dicegah.

Ny. I mengalami nyeri kepala Hipertensi dan setelah diberikan terapi *slow stroke back massage* nyeri menurun, didukung oleh penelitian Priscillaa (2017), dimana dalam penelitian ini dari 18 responden semuanya mengalami penurunan skala nyeri setelah diberikan terapi *slow stroke back massage*. Namun peurunan skala nyeri yang dirasakan oleh masing-masing responden tidaklah sama, karena setiap responden menyikapi respon nyeri berbeda-beda.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa studi kasus ini dapat menggambarkan penerapan *slow stroke back massege* sebagai upaya penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi, yang di dapatkan kesimpulan sebagai berikut :

Terdapat penurunan Skala nyeri hari pertama sebelum dilakukan terapi *slow stroke back massage* yaitu nyeri skala 4 dan setelah diberikan terapi *slow stroke back massage*, nyeri berkurang menjadi nyeri skala 1.

Pada hari ke 2 sebelum dilakukan terapi *slow stroke back massage* pada responden skala nyeri 5 dan sesudah diberikan terapi *slow stroke back massge* ada penurunan nyeri dengan skala 2 dan pasien mengatakan setelah dilakukan terapi *slow stroke back massge* ini merasa lebih nyaman dan rileks, pasien mengatakan berat pada tengkuk berkurang. Berdasarkan hasil penerapan *slow stroke back massage* selama 2 hari, yaitu ada penurunan skala nyeri skor 3.

SARAN

Diharapkan hasil Karya Tulis Ilmiah ini dapat dijadikan intervensi terapi non farmakologis keperawatan dalam menurunkan nyeri kepala hipertensi dengan penerapan terapi *slow stroke back massage* dan bisa bermanfaat dan menjadi sarana ilmu untuk menambahkan wawasan dalam ilmu keperawatan kepada peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmadi. 2013. "Konsep Dasar Keperawatan." *Efektifitas Slow Stroke Back Massage (Ssbm) Dalam Menurunkan Skala Nyeri Kepala Pasien Hipertensi*.
- Hidayati, N. 2016. *Pendekatan Klinis Dalam Manajemen Nyeri Kepala*.
- Istiyawati, Purwani, Dwi Budi Prastiani, and Arif Rakhman. 2020. "Efektifitas Slow Stroke Back Massage (Ssbm) Dalam Menurunkan Skala Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Mitra Siaga Tegal." *Coping: Community of Publishing in Nursing* 8(2):207.
- Nelwan. 2019. "Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi."
- Taufik Septiawan, Iman Permana, Falasifah Ani Yuniarti. 2015. "Krakteristik Pasien Hipertensi DI Wilayah Puskesmas Gamping II Yogyakarta."
- Telaumbanua, Arniat Christiani and Yanti Rahayu. 2021. "Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi." *Jurnal Abdimas Saintika* 3(1):119.
- Trisnadewi N. W. 2018. "S. (2018). Efektivitas Slow Stroke Back Massage Dengan Menggunakan Minyak Esensial Kenangan (*Cananga Odorata*) Dan Minyak Esensial Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertens." *Medical Journal of Indonesia* 68–79.
- Istiyawati, Purwani, Dwi Budi Prastiani, and Arif Rakhman. 2020. "Efektifitas Slow Stroke Back Massage (Ssbm) Dalam Menurunkan Skala Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Mitra Siaga Tegal." *Coping: Community of Publishing in Nursing* 8(2):207.

Priscillaa, V. 2017. “Pengaruh Stimulus Kutaneus Slow-Stroke Back Massage Terhadap Skala Nyeri Dismenore Primer Pada Mahasiswi Stikes Amanah Di Padang,.” *Jurnal Keperawatan* 96–104