

Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi Di RSU Santa Elisabeth Purwokerto : *Case Report*

Elisabet Asti Setyaningsih¹, Chatarina Hatri Istiarini¹*, Ch Sri Kartini²

¹STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²Perawat RSU St. Elisabeth Purwokerto

e-mail: hatri@stikesbethesda.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis yang terjadi ketika tekanan darah mengalami peningkatan di atas batas normal. Hipertensi dapat menyebabkan yang lebih kompleks apabila tidak dijaga. Salah satu terapi yang dapat digunakan adalah *slow stroke back massage*. Gejala Utama: Pasien memiliki hipertensi. Metode Penelitian: intervensi terapeutik: Latihan *slow stroke back massage* selama 3x24 jam, tekanan darah menurun dari 150/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg. Outcome: terapi *slow stroke back massage* mampu menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi. Diharapkan perawat dapat memberikan terapi *slow stroke back massage* pada pasien dengan hipertensi. Kesimpulan: Pemberian terapi *slow stroke back massage* dapat menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi di RSU Santa Elisabeth Purwokerto.

Kata Kunci: Hipertensi – *slow stroke back massage*

ABSTRACT

Background: Hypertension or high blood pressure is a medical condition that occurs when blood pressure increases above normal limits. Hypertension can cause more complex ones if not treated. One therapy that can be used is *slow stroke back massage*. Main Symptoms: The patient has hypertension. Research Method: therapeutic intervention: *Slow stroke back massage* exercise for 3x24 hours, blood pressure decreased from 150/90 mmHg to 130/80 mmHg. Outcome: *slow stroke back massage* therapy can lower blood pressure in patients with hypertension. It is expected that nurses can provide *slow stroke back massage* therapy to patients with hypertension. Conclusion: Providing *slow stroke back massage* therapy can lower blood pressure in patients with hypertension at Santa Elisabeth Hospital, Purwokerto.

Keywords: Hypertension – Blood pressure – slow stroke back massage

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis yang terjadi ketika tekanan darah mengalami peningkatan di atas batas normal (Sarfika, 2024). Hipertensi dapat dikategorikan sebagai tekanan darah sistolik yang lebih tinggi dari 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik lebih tinggi dari 90 mmHg (Sarfika, 2024). Penyakit ini sering disebut sebagai "silent killer" karena penderita tidak merasakan gejala apapun pada tahap awal, meskipun tekanan darah yang tinggi dapat merusak berbagai organ vital dalam tubuh, seperti jantung, ginjal, otak, dan mata (Sarfika, 2024).

*World Health Organization (WHO)*¹ menyatakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia mengalami tekanan darah tinggi, yang merupakan dua pertiga dari jumlah total penduduk dunia yang berasal dari kalangan berpenghasilan rendah dan menengah. Angka ini terus bertambah, mencapai 972 juta orang, atau 26% dari seluruh populasi dewasa di dunia. Angka kejadian hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan setiap tahun. Menurut Riset Kesehatan Dasar Riskesdas², prevalensi hipertensi di Indonesia sebanyak 34,1% lebih banyak daripada tahun 2013 sebesar 25,8%. Diperkirakan 1/3 kasus hipertensi di Indonesia yang terdiagnosis, sisanya tidak terdiagnosis. Prevalensi tersebut diperkirakan akan terus meningkat seiring dengan bertambahnya usia populasi, perubahan gaya hidup, serta faktor risiko lainnya seperti obesitas dan konsumsi garam yang berlebihan. Hipertensi yang tidak diobati dengan baik dapat memicu komplikasi meliputi stroke, infark miokard, gagal ginjal, gagal jantung, penyakit arteri koronaria, aneurisme, angina, dan kehilangan penglihatan². Penatalaksanaan diperlukan untuk menjaga agar tekanan darah tetap stabil dan tidak terjadi peningkatan. Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi 2 jenis, yaitu penatalaksanaan farmakologi, dan penatalaksanaan non farmakologi. Penatalaksanaan nonfarmakologi diperlukan untuk membantu mengurangi faktor – faktor yang dapat memicu hipertensi. Pengobatan nonfarmakologi meliputi perubahan – perubahan gaya hidup.

Perawat memiliki peranan penting dalam memberikan asuhan keperawatan yang menyeluruh kepada pasien dengan hipertensi. Salah satu peranan tersebut yaitu pemberian terapi komplementer. Terapi komplementer yang diberikan pada pasien dengan hipertensi yaitu terapi *slow stroke back massage*. Terapi ini telah dilakukan penelitian dan menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik 6,44 mmHg dan 4,77 mmHg untuk diastolic. RSUD Santa Elisabeth Purwokerto memiliki jumlah pasien dengan hipertensi yang meningkat setiap tahun.

Adanya inovasi dalam penelitian tersebut membuat penulis tertarik untuk menerapkan terapi *slow stroke back massage* pada pasien hipertensi di RSUD Santa Elisabeth Purwokerto.

METODE

Pengeololaan kasus dilakukan pada tanggal 20-22 November 2024 di Rumah Sakit Elisabeth Purwokerto, pasien laki – laki 72 tahun. pasien mengatakan anggota gerak kiri terasa sakit sejak 1 minggu yang lalu. Karena keluhan semakin memberat pada tanggal 18/11/2024 jam 20.10 pasien dibawa di IGD RSUD Santa Elisabeth Purwokerto. Di IGD dilakukan pengkajian dan didapatkan data keadaan umum pasien sedang, *composmentis*, TD: 176/106 mmHg, Nadi 95x/menit, Suhu 36°C, RR: 24x/menit. Pasien mengeluh anggota gerak kiri sakit dan sedikit lemah dengan skala nyeri 7, pasien memiliki riwayat hipertensi 2 tahun dan tidak rutin minum obat dan kontrol ke dokter. Pasien dirawat di ruang Dominikus.

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan oleh peneliti, maka peneliti melakukan intervensi penurunan tekanan darah dengan Latihan *slow stroke back massage*. Intervensi dilakukan 3x24 jam selama 20 menit untuk setiap pertemuan. Hasil yang didapatkan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi sebagai berikut:

Tabel 1 Lembar observasi sebelum dan sesudah dilakukan *slow stroke back massage terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Santa Elisabeth Purwokerto*

Hari, Tanggal	Jam	Nilai Tekanan Darah	
		<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
Rabu, 20 November 2024	09.30 WIB	150/90 mmHg	150/90 mmHg
	16.00 WIB	140/80 mmHg	140/80 mmHg
Kamis, 21 November 2024	08.00 WIB	140/70 mmHg	140/70 mmHg
	16.00 WIB	130/70 mmHg	130/70 mmHg
Jumat, 22 November 2024	08.00 WIB	130/90 mmHg	130/90 mmHg
	16.00 WIB	130/80 mmHg	130/80 mmHg

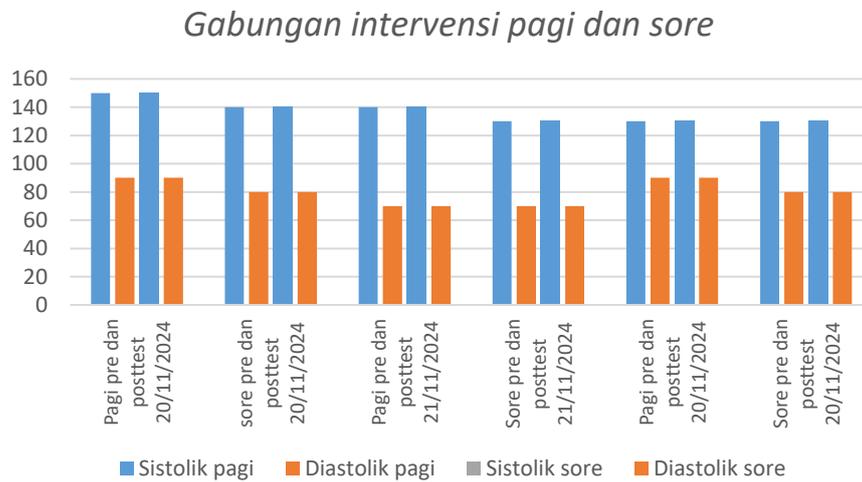
Sumber : Data Primer Terolah, 2024

Luaran actual setelah diberikan *slow stroke back massage* untuk mengurangi tekanan darah selama 2 kali pertemuan dalam waktu satu hari, didapatkan tekanan darah pasien mengalami penurunan dari 150/90 mmHg menjadi 130/80 mmHg.

PEMBAHASAN

Grafik 1

Grafik gabungan nilai tekanan darah pagi dan sore saat terapi *slow stroke back massage* sebelum dan sesudah pada pasien dengan hipertensi di RSUD Santa Elisabeth Purwokerto Tahun 2024

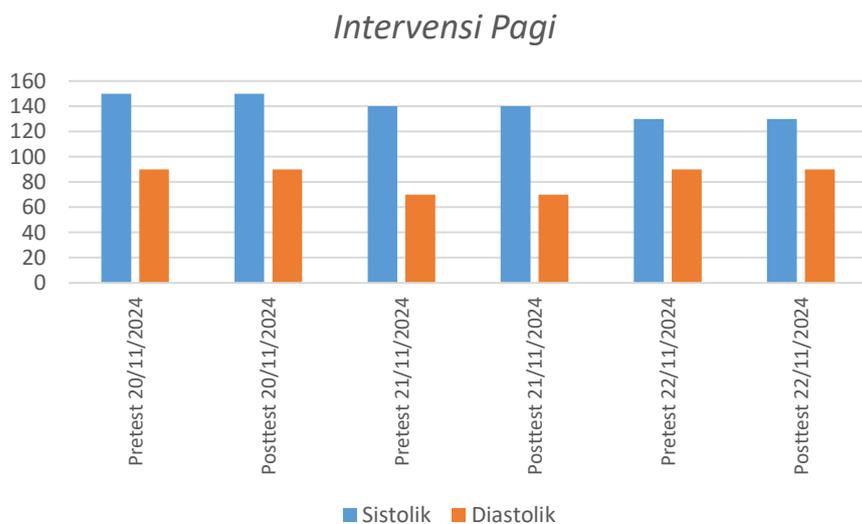


Sumber : Data Primer Terolah, 2024

Gambar grafik 1 merupakan grafik nilai tekanan darah saat terapi *slow stroke back massage* sebelum dan sesudah pada pasien dengan hipertensi di RSUD Santa Elisabeth Purwokerto tahun 2024 yang dilakukan selama 3 hari dengan 6 kali pertemuan.

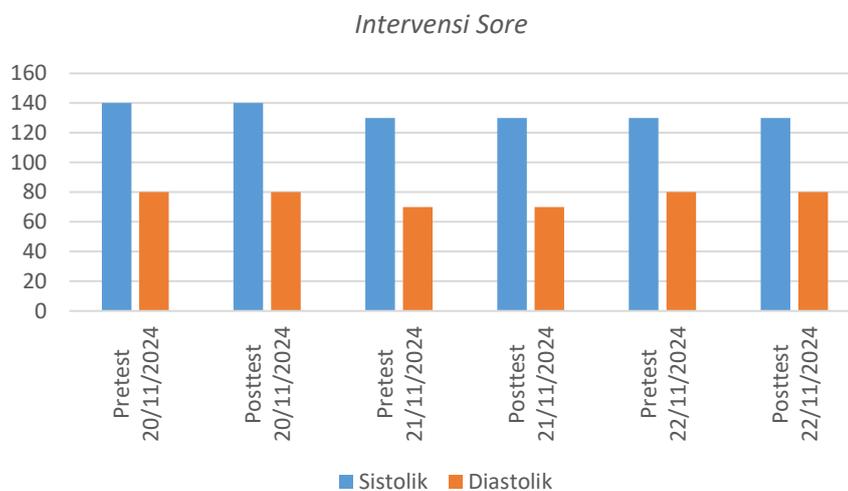
Grafik 2

Grafik nilai tekanan darah saat terapi *slow stroke back massage* sebelum dan sesudah pada intervensi pagi, pasien dengan hipertensi di RSUD Santa Elisabeth Purwokerto 2024



Sumber : Data Primer Terolah, 2024

Grafik 3 nilai tekanan darah saat terapi *slow stroke back massage* sebelum dan sesudah pada intervensi sore, pasien dengan hipertensi di RSUD Santa Elisabeth Purwokerto 2024



Sumber : Data Primer Terolah,2024

Gambar grafik 3 diatas menunjukkan bahwa tekanan darah yang dilakukan pada pagi hari sebelum dan sesudah diberikan intervensi *slow stroke back massage* adalah sama. Terlihat penurunan pada hari pertama dilakukan intervensi sampai dengan hari ke tiga. Gambar grafik 3 diatas menunjukkan bahwa tekanan darah yang dilakukan pada sore hari sebelum dan sesudah diberikan intervensi *slow stroke back massage* adalah sama. Terlihat penurunan pada hari pertama dilakukan intervensi sampai dengan hari ke tiga.

Efek terapi *slow stroke back massage* menimbulkan percepatan mekanisme aliran darah vena dan drainase limfatik dan melatih jaringan lunak secara pasif. Gerakan memberi tekanan pada kulit, jaringan ikat, jaringan otot akan menimbulkan rangsangan impuls yang terletak di daerah tersebut. Impuls saraf eferen akan merangsang tubuh bereaksi melalui mekanisme reflek vasodilatasi pembuluh darah yaitu mengurangi aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktifitas saraf parasimpatis, impuls tersebut dihantarkan oleh saraf aferen menuju saraf pusat dan selanjutnya susunan saraf pusat memberikan umpan balik dengan melepaskan asetilkolin dan histamin. Meningkatnya aktivitas saraf parasimpatis ini menimbulkan aktivasi respon relaksasi dengan cara menurunkan denyut jantung dan denyut nadi. Sedangkan penurunan aktivitas saraf simpatis meningkatkan vasodilatasi arteri dan vena yang menyebabkan resistensi vaskuler perifer menurun sehingga menurunkan tekanan darah.

Tujuan dari pemberian terapi *slow stroke back massage* adalah melihat pengaruh tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Santa Elisabeth Purwokerto. *Slow stroke back massage* adalah

tindakan pijatan pada punggung dan bahu dengan usapan yang perlahan. Pijatan ini akan menyebabkan pelepasan *endorphine*.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Nurlathifa⁴, bahwa terapi *Slow stroke back massage* memperbaiki peredaran darah, merilekskan ketegangan otot – otot. Terapi ini meningkatkan relaksasi dengan menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis sehingga terjadi vasodilatasi diameter arterior. Mekanisme ini menyebabkan terjadinya vasodilatasi sistemik dan kontraktilitas otot jantung, selanjutnya mempengaruhi terjadinya penurunan kecepatan denyut jantung, curah jantung, dan volume seekuncup pada akhirnya terjadi perubahan tekanan darah yaitu penurunan tekanan darah.

Pemberian intervensi *slow stroke back massage* mendapat respon positif dari pasien. Pasien mengatakan baru mengetahui tentang Teknik tersebut. Pasien baru mengetahui pijatan bisa membuat turun tekanan darah setelah dilakukan selama 3 hari. Pasien merasakan manfaatnya, badan teranya lebih rileks dan nyaman. Pasien berasumsi hipertensi yang diderita akibat pola makan yang tidak bagus dan tidak rutin minum obat tensi.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil *case report* pasien dalam menurunkan tekanan darah pasien di rumah sakit Elisabeth purwokerto dapat disimpulkan bahwa terapi *slow stroke back massage* terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi dengan penurunan tekanan darah sistolik maupun tekanan darah diastolik.

DAFTAR PUSTAKA

WHO 2021. Hypertension. <https://www.who.int/health-topics/hypertension>

Kemendes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018 (Indonesia Health Profile 2018)*.http://www.depkes.go.id/resoucerces/download/pusdatin/profilkesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia2018.pdf. Diunduh pada tanggal November 2024.

Kusumoningtyas, Dwinta Nuke. (2018). *Efektifitas Terapi Slow Stroke Back Massage terhadap Tekanan darah pada Lansia di RW 001 kelurahan Jombang Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan*. Jurnal ilmiah Keperawatan Orthopedi.

Nurlathifah, Farida Afifah. (2022). *efektifitas terapi slow stroke back massage terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi : A systematic review*. Seminar Nasional Keperawatan.

Sarfika, Rika. (2024). *Perawatan diri penderita hipertensi usia dewasa: berbasis teori dan riset*. Yogyakarta: IKAPI.