



PENERAPAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSIDI RUANG ICU RSUD Ir.SOEKARNO SUKOHARJO

Eka Purnamasari¹, Fida' Husain², Yohana Ika³

^{1,2} Universitas 'Aisyah Surakarta

³Rumah Sakit Umum Daerah Ir.Soekarno Sukoharjo

Email Korespondensi: ekap75555@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyebab terjadinya gagal jantung kongestif dan juga penyakit cerebrovaskuler, dimana penyakit tersebut merupakan faktor penyebab terjadinya kematian. Pengobatan non farmakologis adalah suatu bentuk pelayanan pengobatan yang menggunakan cara, alat atau bahan yang dipergunakan sebagai alternatif atau pelengkap pengobatan medis. Salah satu terapi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri kepala pada penderita hipertensi adalah terapi massage, yaitu *slow stroke back massage*. Tujuan : Untuk mengetahui penerapan Slow Stroke Back Massage terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi diruang ICU RSUD Ir.Soekarno Sukoharjo. Metode : Pada penelitian ini tindakan SSBM sebelumnya diukur skala nyeri dan tekanan darah kemudian tindakan SSBM dilakukan selama 10 menit, dan setelahnya diukur kembali skala nyeri dan tekanan darah. Tindakan ini dilaksanakan selama 3 hari. dilakukan dengan metode deskriptif studi kasus pada 2 pasien hipertensi yang mengalami peningkatan tekanan darah di ICU. Instrumen : Lembar observasi dan Tensimeter. Hasil : Berdasarkan hasilpenerapan yang sudah dilakukan, terdapat penurunan tekanan darah pasien hipertensi di ICU sesudah dilakukan penerapan *Slow Stroke Back Massage*. Kesimpulan : Slow Stroke Back Massage dapat dijadikan sebagai salah satu teknik non-farmakologis untuk menurunkan perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Slow Stroke Back Massage, Tensimeter

ABSTRACT

Hypertension is one of the causes of congestive heart failure and also cerebrovascular disease, where this disease is a factor causing death. Non-pharmacological treatment is a form of treatment service that uses methods, tools or materials that are used as an alternative or complement to medical treatment. One therapy that can be used to reduce headaches in hypertension sufferers is massage therapy, namely slow stroke back massage. Objective: To determine the application of Slow Stroke Back Massage to changes in blood pressure in hypertensive patients in the ICU at Ir. Soekarno Sukoharjo Regional Hospital. Method: In this study, the SSBM action was previously measured on the pain scale and blood pressure, then the SSBM action was carried out for 10 minutes, and after that the pain scale and blood pressure were measured again. This action was carried out for 3 days. was carried out using

a descriptive case study method on 2 hypertensive patients who experienced increased blood pressure in the ICU. Instruments: Observation sheet and blood pressure meter. Results: Based on the results of the implementation that has been carried out, there is a reduction in blood pressure of hypertensive patients in the ICU after implementing Slow Stroke Back Massage. Conclusion: Slow Stroke Back Massage can be used as a non-pharmacological technique to reduce changes in blood pressure in hypertensive patients.

Keywords: Hypertension, Slow Stroke Back Massage, Blood Pressure Meter

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyebab terjadinya gagal jantung kongestif dan juga penyakit cerebrovaskuler, dimana penyakit tersebut merupakan faktor penyebab terjadinya kematian (Istyawati et al., 2020) Sebagian besar yang penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi ataupun mendapatkan pengobatan. Hipertensi yang tidak mendapat penanganan yang baik menyebabkan komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, diabetes, gagal ginjal dan kebutaan. Stroke (51%) dan penyakit jantung koroner (45%) merupakan penyebab kematian tertinggi (Sumadi et al., 2020).

Hipertensi terjadi karena penebalan pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi sempit, akibat dari hipertensi maka jantung terpaksa bekerja lebih keras dan pembuluh nadi lebih mengeras karena menahan tekanan darah yang di pertinggi, berakibat infark (otot yang mati) pada jantung, atherosclerosis (sumbatan dalam arteri) dan dekompensasi jantung (gagal jantung) (Sutaryo, 2018).

Data World Health Organization (WHO, 2018) angka kasus hipertensi di dunia mencapai 1,13 miliar orang. Jumlah tersebut akan terus meningkat pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi. Sejumlah 9,4 juta orang setiap tahunnya meninggal akibat komplikasi dari hipertensi. Hasil riset kesehatan dasar jumlah angka kasus hipertensi di Indonesia diestimasikan sebesar 63.309.620 orang berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk dengan usia ≥ 18 tahun. Berdasarkan laporan tahun 2021 dari hasil pengukuran tekanan darah kepada penduduk ≥ 15 tahun sebanyak 466.714 (79,07%) terdapat hipertensi sebanyak 115.801 (43%).

Prevalensi hipertensi hasil Riskesdas (2018) sangatlah bervariasi di setiap daerahnya. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, hipertensi di provinsi Jawa Tengah sebanyak 497.966 kasus. Sedangkan menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Magelang pada tahun 2013 sebanyak 10.012 kasus. Kejadian 2 Universitas Muhammadiyah Magelang hipertensi di masing- masing daerah diperkirakan tidak sama akibat pengaruh genetik, usia, jenis kelamin, geografi dan lingkungan, pola hidup, garam dapur, dan merokok (Istyawati et al., 2020). Data prevalensi hipertensi di atas, semakin tinggi angka kejadian hipertensi, maka akan berbanding lurus dengan angka morbiditas dan mortalitas yang mengalami hipertensi.

Hipertensi tidak dapat disembuhkan, dan penderita seumur hidupnya akan terdiagnosa dengan hipertensi, walaupun hipertensi tidak dapat disembuhkan tetapi kejadiannya dapat dikontrol atau dikendalikan dengan manajemen hipertensi yang baik. Tekanan darah yang tidak terkontrol pada hipertensi dapat menimbulkan berbagai macam komplikasi hingga dapat menyebabkan kematian. Secara umum manajemen hipertensi dibagi menjadi dua yaitu manajemen dengan pengobatan secara farmakologis dan nonfarmakologis (Aprilyadi, 2020). Pengobatan non farmakologis adalah suatu bentuk pelayanan pengobatan yang menggunakan cara, alat atau bahan yang dipergunakan sebagai alternatif atau pelengkap pengobatan medis. Salah satu terapi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri kepala pada penderita hipertensi adalah terapi massage, yaitu slow stroke back massage (Purwandari & Sari, 2018).

Mekanisme slow stroke back massage dapat menyebabkan peningkatan aktivitas sistem

saraf parasimpatis. Peningkatan sistem saraf parasimpatis dapat menghambat depolarisasi SA node dan AV node yang dapat menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis dan akhirnya menimbulkan kecepatan denyut jantung, volume sekucup, curah jantung, dan tekanan darah menurun (Faujiah, 2020).

Hasil studi pendahuluan yang penulis lakukan pada tanggal 22 Mei 2023 dengan wawancara perawat ICU RSUD Ir.Soekarno Sukoharjo mengatakan bahwa selama ini jika ada pasien hipertensi yang di rawat di ICU mengeluhkan tetang nyeri menggunakan dua pendekatan yaitu pendekatan farmakologi dan nonfarmakologi. Pada hari tersebut hasil studi pendahuluan terdapat 2 pasien dengan hipertensi didapatkan hasil pengukuran darah rata-rata 140-160mmHg. Penulis juga melakukan wawancara pada pasien hipertensi selama merasakan nyeri kepala keluarga pasien hanya diajarkan teknik relaksasi nafas dalam. Saat pengkajian kepada perawat ICU didapatkan hasil selama ini jika ada pasien hipertensi perawat hanya mengandalkan obat analgesik program dari dokter. Jika sebelum waktu program obat analgesik tiba pasien mengeluhkan nyeri kepala perawat hanya memberikan teknik relaksasi nafas dalam saja. Untuk penanganan pasien dengan masalah keperawatan hipertensi di ICU RSUD Ir.Soekarno Sukoharjo untuk pendekatan farmakologi perawat mengandalkan obat analgetik sesuai dengan resep dokter sedangkan pendekatan nonfarmakologi perawat hanya mengajarkan teknik relaksasi nafas dalam kepada pasien yang hipertensi. Berdasarkan hal tersebut, saya tertarik untuk melakukan penerapan slow stroke back massage terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang ICU RSUD Ir.Soekarno Sukoharjo.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penerapan ini adalah deskriptif studi kasus. Tempat pengambilan data dan penerapan terapi, subyek dalam penerapan ini berjumlah dua responden yang menderita tekanan darah tinggi di ruang ICU RSUD Ir. Soekarno Sukoharjo. Waktu penerapan dimulai bulan Mei-Juni 2023, penerapan dilakukan selama 10 menit, dan setelahnya diukur kembali skala nyeri dan tekanan darah. Tindakan ini dilaksanakan selama 3 hari pemberian terapi. Instrumen menggunakan lembar observasi dan tensimeter.

HASIL PENELITIAN

Tabell1. Hasil pemantauan skala nyeri dan tekanan darah subjek 1

No	Hari	Skala dan tekanan darah sebelum SSBM	Skala dan tekanan darah sesudah SSBM
1	Rabu	Skala nyeri : 4, TD : 150/90 mmHg	Skala nyeri : 3, TD : 140/90 mmHg
2	Kamis	Skala nyeri : 3, TD : 140/80 mmHg	Skala nyeri : 2, TD : 130/80 mmHg
3	Jum'at	Skala nyeri : - , TD : 130/80 mmHg	Skala nyeri : - , TD : 120/80 mmHg

Tabel 2. Hasil pemantauan skala nyeri dan tekanan darah subjek 2

No	Hari	Skala dan tekanan darah sebelum SSBM	Skala dan tekanan darah sesudah SSBM
1	Rabu	Skala nyeri : 5, TD : 170/80 mmHg	Skala nyeri : 4, TD : 160/80 mmHg
2	Kamis	Skala nyeri : 4, TD : 150/80 mmHg	Skala nyeri : 3, TD : 130/80 mmHg
3	Jum'at	Skala nyeri : 2, TD : 140/80 mmHg	Skala nyeri : 1, TD : 130/70 mmHg

PEMBAHASAN

Tekanan darah sebelum diberikan slow stroke back massage

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien sebelum diberikan tindakan slow stroke back massage mengalami peningkatan. Peningkatan tekanan darah dapat diakibatkan dari stimulus internal dan eksternal serta tingkat adaptasi (fokal, kontekstual dan residual) yang mempengaruhi mekanisme koping individu secara regulator dan kognator yang berperan pada sistem limbik sehingga mempengaruhi sistem saraf otonom yakni saraf simpatis.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Mutaqqin (2019) bahwa akibat dari aktivasi sistem saraf simpatis mengakibatkan terjadinya peningkatan kontraktilitas seratus-seratus otot jantung dengan cara vasokonstriksi selektif pada organ perifer. Sistem saraf simpatis dapat memberikan respon terhadap implus saraf dari hipotalamus yaitu mengaktifkan berbagai organ dan otot polos yang berada di bawah pengendaliannya, salah satunya meningkatkan kecepatan denyut jantung. Sistem saraf simpatis juga memberi sinyal ke medula adrenal untuk melepaskan epinefrin dan norepinefrin ke aliran darah. Stimulasi aktivasi saraf simpatis akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan berdampak pada peningkatan tekanan darah secara intermiten atau tidak menentu.

Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Tianing dkk (2018) dimana didapatkan hasil bahwa tekanan darah responden sebelum diberikan tindakan slow stroke massage seluruhnya mengalami peningkatan.

Peningkatan tekanan darah dapat diakibatkan oleh peningkatan aktivasi dari saraf simpatis yang dapat mengakibatkan vasokonstriksi pada pembuluh darah sehingga tekanan di dalam pembuluh darah mengalami peningkatan yang pada akhirnya dapat mengakibatkan hipertensi.

Tekanan Darah Setelah Diberikan Slow Stroke Back Massage

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pada pasien hipertensi mengalami penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik. Hal ini dikutip dari Barbara & Koziar (2018) mengatakan bahwa massage dapat memperbaiki sirkulasi dan menghasilkan respon relaksasi sehingga memberikan efek positif pada parameter kardiovaskuler seperti tekanan darah dan frekuensi jantung.

Selain itu teori dari Basford (2016) bahwa massage dapat meningkatkan sirkulasi, dan aktivitas refleks pada sistem saraf pusat dan otonom manfaat psikologi yaitu berhubungan dengan timbal balik sentuhan dan proses relaksasi. Dampak dari respon relaksasi yang ditimbulkan akan memperpanjang serat otot, mengurangi pengurangan impuls neural ke otak, dan selanjutnya mengurangi aktivitas otak juga sistem tubuh lainnya. Penurunan denyut jantung dan frekuensi pernafasan, tekanan darah, dan konsumsi oksigen serta peningkatan aktivitas otak alpha dan suhu kulit perifer (Perry & Potter, 2010).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Prawesti dan Retno (2017) dimana didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tekanan darah yang signifikan setelah diberikan tindakan slow stroke back massage. Tindakan slow stroke back massage dapat memberikan efek relaksasi pada pembuluh darah sehingga pembuluh darah akan mengalami vasodilatasi sehingga aliran darah menjadi lebih baik yang pada akhirnya dapat menurunkan tekanan darah.

Pengaruh Slow Stroke Back Massage Terhadap Perubahan Tekanan Darah

Hasil penelitian ini yaitu ada pengaruh slow stroke back massage terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang ICU RSUD Ir. Soekarno Sukoharjo. Hal ini dibuktikan dengan perlakuan yang diberikan tindakan slow stroke back massage didapatkan

hasil ada pengaruh slow stroke back massage terhadap perubahan tekanan darah.

Hal ini sesuai dengan teori Rowe dan Alfred (1999) yang di kutip dari Barbara & Kozier (2018) mengatakan bahwa mssage dapat memperbaiki sirkulasi dan menghasilkan respon relaksasi sehingga memberikan efek positif pada parameter kardiovaskuler seperti tekanan darah dan frekuensi jantung. Salah satu efek dari slow stroke back massage adalah meningkatkan sirkulasi darah dan kelenjar getah bening, melepaskan respon saraf, melepaskan bahan kimia tubuh sehingga terjadi respon relaksasi dalam meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis yang mengeluarkan neurotransmitter asetilikolin yang dapat menghambat depolarisasi SA node dan AV node akibat aktivitas sistem saraf simpatis yang mengeluarkan neurotransmitter norepinephrin, hal ini menyebabkan terjadinya vasodilatasi sistemik dan penurunan kontraktilitas sehingga menimbulkan dampak penurunan kecepatan denyut jantung, curah jantung, dan volume sekuncup sehingga terjadi perubahan tekanan darah yaitu penurunan tekanan darah.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan studi kasus di atas maka dapat disimpulkan bahwa terapi slow stroke back massage mampu menurunkan tekanan darah sehingga pasien dapat merasa lebih nyaman dan tidak merasa nyeri. Sebelum pemberian terapi slow stroke back massage pasien 1 dan pasien 2 dengan tekanan darah diatas 140 mmHg. Setelah diberikan terapi slow stroke back massage terjadi penurunan pada kedua pasien. Pasien 1 dan pasien 2 menurun dengan tekanan darah 120-130 mmHg. Dengan terapi slow stroke back massage ini dapat menurunkan tekanan darah pasien dengan berpikir positif, dan dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan rileks.

Saran bagi perkembangan ilmu keperawatan: diharapkan dengan diketahuinya efektivitas tindakan slow stroke back massage dapat dijadikan intervensi mandiri keperawatan, dan juga menjadi dasar dalam penelitian ilmu keperawatan. bagi profesi keperawatan: diharapkan salah satu masukan bagi perawat untuk mengembangkan dan menerapkan tindakan slow stroke back massage dalam memberikan implementasi pada asuhan keperawatan klien dengan hipertensi. bagi pasien: diharapkan menjadi salah satu pilihan terapi nonfarmakologi untuk penderita hipertensi yang dapat dilakukan secara mandiri untuk mencegah hipertensi yang lebih lanjut. bagi peneliti selanjutnya: Diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar dapat membandingkan terapi ini dengan terapi lainnya untuk lebih menilai keefektifan terapi ini dengan terapi lainnya dan juga menggunakan sampel yang lebih banyak dari peneliti sebelumnya. bagi masyarakat: Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai pengobatan alternatif yang dapat diterapkan dalam masyarakat guna untuk mencegah hipertensi yang lebih berat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilyadi, (2020). Pengaruh Intervensi Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Megang Kota Lubuk Linggau. *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(1), 266. <https://doi.org/10.32584/jpi.v4i1.470>
- Basford, L. (2016). Teori dan Praktik Keperawatan : pendekatan integral pada asuhan pasien . Jakarta : EGC.
- Faujiah, (2020). ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP PERKEMBANGAN KELUARGA MIDDLE AGE FAMILY. *Nurses*, 6(1), 5–9.
- Istiyawati et al., (2020). Efektivitas Slow Stroke Back Massage Dalam Menurunkan Skala Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Mitra Siaga Tegal. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(2), 207.
- Kozier Barbara et al. (2018). Buku Ajar Fundamental Keperawatan : konsep, proses, dan

- praktik Ed. 7. Jakarta : EGC
- Mutaqqin, A. (2019). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler. Jakarta : Salemba Medika.
- Nursalam, (2018). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika
- Purwandari & Sari, 2018. Effektivitas Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 1–9.
- Retno W. Anastasi & Prawesti Dian . (2019). *Tindakan Slow Stroke Back Massage dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi*. Kediri.
- Potter & Perry, 2010. *Fundamental Of Nursing: Concep, Proses And Practice*. Edisi 7 Vol.3.3 Jakarta: EGC
- Riskesdas, 2018. Prevalensi Hipertensi, <http://ejournal2.litbang.kemendes.go.id> diakses pada 20 juni 2022 pukul 14.00
- Sumadi et al., (2020). Pemanfaatan Teknik Relaksasi Massase Punggung Dalam Penurunan Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Utilization Of Back Massase Relaxation Technique In Reduction Of Pain In Nursing Patients For Hypertension Patients. *Indonesian Journal On Medical Science*, 7(1), 32–38.
- WHO. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan* . Bandung: Alfabeta CV.