

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Tekanan darah sebelum dilakukan teknik *Slow Stroke Back Massage*

Sebelum dilaksanakan terapi teknik *slow stroke back massage* (SSBM) peneliti terlebih dahulu berbincang-bincang dengan klien sambil menanyakan keluhan hari ini. Setelah itu diukur tekanan darah melalui penggunaan *tensi meter*. Hasil pengukuran sebelum dilaksanakan pemberian teknik SSBM dari hari pertama adalah TD: 140/72 mmhg, S: 36,5 °C, N: 65x/m, dan R :20x/m, hari kedua TD: 137/71 mmhg, S: 36,0 °C, N: 65x/m, dan R :20x/m, dan hari ketiga TD: 134/67 mmhg, S: 36,1 °C, N: 64x/m, dan R :20x/m. sesudah dilakukan pemeriksaan tekanan darah dilaksanakan intervensi terapi SSBM tindakan terapi yang dilaksanakan yaitu 10-15 menit hingga 3 hari intervensi.

Sesuai pengukuran untuk tekanan darah awalnya pasien hipertensi sebelum diberikan terapi SSBM menjelaskan, Ny.S selaku responden memperlihatkan risiko yang tinggi akan adanya hipertensi serta termasuk dalam hipertensi. Hipertensi ini adalah penyakit dengan jenis tidak menular, namun penyebabnya sendiri tidak pasti dan belum dipahami secara penuh. Walau begitu sejumlah faktor selayaknya usia, jenis kelamin, obesitas, rendahnya aktivitas fisik, hingga rutinitas merokok diketahui akan memperburuk kemungkinan timbulnya hipertensi (Septimar et al., 2020).

Liao dalam Yunus et al (2021) mengungkapkan, kenaikan resiko hipertensi oleh lansia memiliki kaitan terhadap regangan sistolik longitudinal atrium jantungnya yang sudah menurun kemampuannya. Elastisitas atrium yang menghilang ini akan membuatnya kaku sehingga pembuluh darahnya lebih sempit, ini kemudian berdampak pada naiknya tekanan dari darah. Faktor berikutnya yang mengakibatkan hipertensi yakni keluarga, dimana individu dengan keluarga yang

mempunyai riwayat hipertensi maupun kelainan jantung akan berkemungkinan terkena hipertensi lebih tinggi hingga 2-5 kali. Keadaan ini kuat hubungannya terhadap kenaikan kadar dari sodium pada sel serta rendahnya perbandingan diantara potassium dengan sodium. Berkisar 70-80% kasus dari hipertensi essensial terjadi pada mereka yang keluarganya mempunyai riwayat hipertensi (L.O et al., 2020).

Sesuai hasil dari penelitiannya Ismawanti (2025), dijelaskan dari hasil penerapan sebelum dilaksanakan intervensi SSBM diperoleh bahwasanya Ny. S masuk di kriteria hipertensi berat sementara Ny. K hipertensi sedang. Setelah dilaksanakan intervensi SSBM diperoleh hasil keduanya berhasil menurunkan tekanan darah dengan besaran 1 grade dalam kategori hipertensi.

Kemudian sesuai penelitiannya Hermawan (2025) diperlihatkan nilai rata-rata tekanan darah sebelum diberikan terapi SSBM yakni sistolik 148 mmHg serta diastolik 87 mmHg. Sesuai penelitian yang dilaksanakan Pinasthika (2018), nilai rata-rata tekanan darahnya responden sebelum pelaksanaan teknik SSBM meliputi sistolik 156 mmHg serta diastolik 83 mmHg dimana memperlihatkan terdapatnya kenaikan tekanan darah dibanding batasan normal. Seanjutnya dalam penelitian Wowor et al., (2022) didapati nilai rata-rata tekanan darah sebelum pelaksanaan SSBM yakni sistolik 150 mmHg serta diastolik 93 mmHg.

Menyesuaikan penelitian Mulyasari et al. (2023) dijelaskan bahwasanya tekanan darah yang tinggi timbul dikarenakan pembentukan angiotensin II dari angiotensin I yang dibentuk Angiotensin I Converting Enzyme (ACE). Adapun ACE yang ada di paru-paru memiliki peranan dari merubah angiotensin I menuju II. Adapun vasokonstriktor yang benar-benar kuat serta mempunyai efek lainnya yang juga bisa memberi pengaruh untuk peredaran darah yaitu Angiotensin II. Bilamana angiotensin II terdapat pada darah, akan mempunyai efek utama yang berbentuk naiknya tekanan arteri.

Hasil penelitian Zhang et al., (2021) mengungkapkan bahwasanya prevalensi hipertensi naik dengan signifikan dalam kelompok lanjut usia dibandingkan dengan kelompok paruh baya dan remaja. Penelitian Nurhayati et al., (2023), turut mengemukakan adanya hubungan signifikan diantara usia dengan kejadian hipertensi. Usia yang lebih tua akan membuat sistem kardiovaskular manusia menurun, dimana itu berimbas pada naiknya kemungkinan terkena hipertensi. Mohi et al., (2024) menjelaskan, arteri tubuh akan mendapati perubahan menyesuaikan pertambahan usia, dan menjadi semakin kaku dan tebal, dimana kondisi itu akan mengurangi volume serta aliran baliknya darah yang melalui pembuluh darah. Sehingga kemudian timbul peningkatan tekanan sistolik dikarenakan turunnya recoil darah. Hipertensi yaitu situasi dimana terjadinya kenaikan dari tekanan darah dengan sifat kronis yang bisa mengakibatkan kesakitan untuk penderitanya, hingga mengarah ke hilangnya nyawa (Ainurrafiq et al., 2019).

B. Tekanan darah sesudah dilakukan teknik *slow stroke back* Massage

Setelah dilaksanakan terapi teknik SSBM, kemudian diukur tekanan darah mempergunakan Tensi meter asil pengukuran setelah dilakukan pemberian teknik SSBM pertama adalah Penerapan pemberian SSBM selama 3 hari melalui frekuensi sekali dalam satu hari diberi selama 10-15 menit dari hasil terapi memperlihatkan hasil tekanan darahnya klien menurun. Pada kunjungan hari pertama diberikannya intervensi tindakan teknik SSBM diperoleh tekanan darah dari Ny. S sebelum intervensi yaitu 140/72 mmHg menjadi 132/67 mmHg. Adapun Ny.S mengungkapkan badannya lebih nyaman sesudah diberi teknik SSBM kemudian punggungnya tidak kaku. Tekanan darah diukur 10 menit sesudah diberikannya SSBM. Pada kunjungan hari kedua tekanan darah Ny.S sebelum dilakukan TD: 137/71 mmHg, serta setelah dilaksanakan terapi SSBM di dapatkan hasil Td: 132/68 mmHg

Ny.S mengatakan badanya terasa ringan dan bokongnya tidak terasa sakit. Kunjungan hari ke tiga pemberian terapi tekanan darah Ny.S sebelum dilakukan di dapatkan Td : 134/67 mmHg dan sesudah dilakukan terapi di dapatkan hasil Td:127/80. Dan Ny.S mengatakan merasa lebih nyaman dan lebih baik untuk berapa hari diberikan pijatan untuk menurunkan tekanan darah.

Dari rata-rata pemeriksaan tekanan pre dan post di dapatkan dari hasil pengukurannya tekanan darah sebelum dilakukan terapi di dapatkan hasil rata-rata tekanan darah pre sebelum dilakukan terapi hasil nya yaitu 137/71 dan hasil pemeriksaan untuk rata-rata tekanan darah post sesudah dilaksanakan terapi SSBM hasilnya yaitu 1130/71. Dari hasil penerapan diperoleh hasil tekanan darah sistoliknya responden turun dengan pemberian SSBM oleh peneliti. Selaras pada penelitiannya Dwi & Elok, (2020) menjelaskan menjabarkan setelah dilaksanakan intervensi SSBM diperoleh tekanan darahnya responden turun hingga 6.44 mmHg untuk sistolik sementara diastolic hingga 4.77 mmHg.

Hena et al., (2017) melalui penelitiannya memperlihatkan tekanan darah pre test melalui rata-rata skor sistolik 137 mmHg serta diastolik 90,16 mmHg. Kemudian sesudah pelaksanaan post test diperoleh rata-rata skor sistolik 130,66 mmHg serta diastolik 81,33 mmHg. Dari hasil tersebut bisa dipahami ada beda dari tekanan darahnya responden sesudah pemberian intervensi SSBM, dimana didapati hasil rata-rata adanya penurunan terhadap tekanan darah secara signifikan sesudah dilakukan terapi.

Dari hasil penelitian (Safira Auliah 2024), tekanan darah rata-rata dari pasien hipertensi sesudah memperoleh terapi SSBM yaitu 129,30/76,55 mmHg. Hasil ini menunjukkan ada perbedaan dari tekanan darah sistolik maupun diastolik diantara sebelum serta setelah dilaksanakannya terapi SSBM. Hal ini disebabkan karena penurunan rata-rata kadar tekanan darah sistolik yaitu 27,450 mmHg sementara

untuk diastolik 11,400 mmHg. Perolehan itu membuktikan bahwasanya terapi SSBM efektif untuk membuat tekanan darahnya penderita hipertensi turun.

Hasil penelitian sejalan terhadap penelitiannya Wowor et al., (2022), dimana menjelaskan terdapat pengaruh diantara terapi SSBM dengan perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di Desa Kutaampel tahun 2021. Utomo et al., (2022), dalam penelitian juga menjelaskan SSBM mempengaruhi perubahannya tekanan darah pasien hipertensi pada RSUD Pakuhaji. Penelitian lainnya dari Marhamah & Rahani (2023) menjelaskan, diberikannya terapi SSBM memiliki efektifitas yang baik untuk membuat tekanan darahnya penderita hipertensi turun. Pelaksanaan terapi SSBM ini direkomendasikan 10 kali dengan durasi 1 menit 40 detik, secara rutin hingga 3 minggu dengan dibagi dalam 12 pertemuan.

Sentuhan yang dilakukan di kulit serta otot dalam terapi SSBM membuat klien lebih rileks sehingga memicu aktivitasnya saraf parasimpatis agar menghasilkan asetikolin sebagai penghambat kinerjanya otot jantung untuk kemudian membuat turunnya tekanan darah. Efek yang diberikan melalui terapi SSBM yaitu mendukung aliran darah vena agar menyingkirkan sampah yang terdapat pada jaringan.

Banyak penelitian sudah dilaksanakan untuk memahami bagaimanakah keefektifan metode SSBM untuk menurunkan tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi. Kebanyakan dari penelitian memperlihatkan metode ini mampu memberikan hasil dan dampak signifikan untuk membuat tekanan darah turun. SSBM sendiri adalah tindakan pemijatan mempergunakan gerak sentuhan serta penekanan di area kulit punggung melalui usapan secara perlahan dalam durasi 3-10 menit, dimana itu mampu memberi efek relaksasi untuk otot, ligamen, serta tendon. Terapi SSBM mampu memberikan efek relaksasi melalui penurunan aktivitasnya saraf simpatis serta peningkatan vasodilatasi pembuluh darah untuk selanjutnya membuat tekanan darah turun.

Arifin (2012) dalam Trisnadewi (2018) mengungkapkan, terapi SSBM secara konsep mampu membuat tekanan darah sistole dan diastole turun dengan melakukan perbaikan pada sirkulasi, dimana kemudian dikarenakan sirkulasi itu lebih baik akhirnya membuat organ dari tubuh bisa bekerja dan menjalankan fungsinya secara optimal. Efek untuk menurunkan tekanan darah yang diberikan terapi SSBM diperoleh dari meningkatnya vasodilatasi pada pembuluh darah sehingga mampu meminimalisir nyeri pada kepala dikarenakan hipertensi, dimana ini membuat komplikasi lainnya yang lebih parah bisa diantisipasi. Sehingga ini menjelaskan bahwasanya sesuai teori yang ada, SSBM bisa dengan signifikan membuat tekanan darah menurun. SSBM termasuk dalam jenis terapi relaksasi yang mempergunakan metode pemijatan di bagian punggung. SSBM juga disebut sebagai stimulasi kutaneus, sebab pemijatannya dilaksanakan pada kulit sehingga mampu menurunkan ketegangan otot dan persepsi nyeri. Pemijatan punggung ini bisa memberikan rangsangan untuk kelenjar endorfin dimana akan memberi efek rileks dan tenang untuk klien dan kemudian menurunkan tekanan darah (Potter & Perry, 2006 dalam Hidayah, 2018).

Sementara itu tekanan darah diastolik tidak sama terhadap sistolik dari segi peningkatan ataupun memperoleh hipertensi diastolik sesudah diberikannya SSBM, *diastolic hypertension* (hipertensi diastolik) ini yaitu kenaikannya tekanan darah diastolik yang tanpa dibarengi oleh kenaikan sistolik. Keterkaitan diantara tekanan darah diastolik dengan tekanan arteri berlangsung saat jantung rileks antara dua denyut, dimana ini bisa terjadi juga dikarenakan sejumlah faktor selayaknya pola makan, konsumsi alkohol, merokok, kafein berlebih, hingga banyaknya jam tidur (Cahyono et al, 2023).

Sesuai hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan review serta didukung oleh penelitian lainnya dan teori yang tersedia, bisa dipahami *slow stroke back massage* (SSBM) yaitu tindakan pemijatan di daerah punggung hingga bahu melalui usapan secara perlahan dengan durasi

3-10 menit untuk membuat tekanan darah turun. Stimulasi SSBM mampu membenahi peredarannya darah serta terjadinya vasodilatasi pembuluh darah pada jaringan.

C. Pengaruh slow Stroke Back Massage pada penurunan tekanan darah

Sesuai hasil terapi SSBM yang dilakukan selama kurang lebih 3 hari berturut-turut dan dengan melihat hasil pengukuran tekanan darah yang dilakukan sebelum serta setelah pemberian SSBM terdapat penurunan yang signifikan dari tekanan darah dengan stage II turun menjadi tekanan darah dengan batasan normal, hal tersebut membuktikan adanya efektivitas teknik *guided imagery* untuk menurunkan tekanan darahnya pasien hipertensi.

Pada penerapan terapi perbandingan pada hari kedua kunjungan di saudara klien Ny.S pemeriksaan sebelum TD : 148/73 N: 70 X/menit S :36,4°C Spo2 : 98 P : 20 didapatkan adanya perbandingan dan penurunan pada pemberian terapi SSBM didapat sesudah dilakukan terapi di dapatkan hasil TD : 138/70 N: 60 X/menit S :36,4°C Spo2 : 98 P : 22 adanya penurunan tekanan darah saat setelah dilakukan pemberian terapi untuk menurunkan tekanan darah.

Penerapan perbandingan di hari ketiga kunjungan di dapatkan hasil sebelum dilakukan terapi TD : 142/70 N: 70 X/menit S :36,2°C Spo2 : 99 P : 20 di dapatkan adanya perbandingan penurunan tekanan darah dari hasil pemberian tindakan terapi SSBM di dapatkan hasil TD : 139/72 N: 60 X/menit S :36,2°C Spo2 : 9 P : 20. Penurunannya tekanan darah sesudah pemberian SSBM terjadi dikarenakan mekanisme kerjanya memberikan stimulasi untuk saraf superfisial pada kulit agar kemudian diteruskan menuju otak hingga membuat tekanan darah menurun (Marhamah, 2023). Perubahannya tekanan darah untuk dua pasien terjadi dikarenakan SSBM mampu memberi efek rileksasi untuk otot dan kulit yang kemudian mengakibatkan vasodilatasi serta penghambatan

untuk kinerjanya jantung dalam pemompaan darah. Adapun ini selaras terhadap penelitiannya Komang et al, (2021).

Faktor yang menyebabkan turunnya tekanan darah didukung juga dengan pemakaian obat antihipertensi yang Ny.S konsumsi, yakni Amlodipin 1x10 mg. Menurut penelitian Fatmawati et al, (2022), bisoprolol yaitu antihipertensi dengan jenis yang tergolong β -blocker. Obat ini bekerja melalui memperlambat detaknya jantung dan mengurangi tekanan pada otot jantung ketika terjadi detakan.

Melalui cara kerjanya itu, bisoprolol bisa membantu menurunkan tekanan darah serta mengurangi bebannya jantung untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Obat Amlodipin memiliki sifat vaskuloselektif, sehingga penyerapan obatnya lambat dan waktu paruhnya memungkinkan pencegahan tekanan darah yang tiba-tiba terjadi. Obat ini banyak digunakan pada penderita hipertensi, sekitar 32,78%.

Tabel 4.1 Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah

HARI KE I		HARI KE II		HARI KE III		RATA-RATA	
Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
140/72	132/67	137/71	132/68	134/67	127/80	137/70	130/71