

**PENGARUH *STIMULUS CUTANEUS SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI RINGAN DI WILAYAH RW 04 KAMPUNG RAMBUTAN KOTA BOGOR<sup>1</sup>**

Elpinaria Girsang<sup>2</sup>

Akademi Kebidanan Wijaya Husada Bogor<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

Di Indonesia, angka kejadian hipertensi berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskeddas) Departemen Kesehatan tahun 2013 mencapai sekitar 25,8%. Di Jawa Barat prevalensi penderita hipertensi mencapai 29,4% dari jumlah penduduk. Sedangkan di Kota Bogor sebanyak 22,3% per 10.000 penduduk.

Mengetahui pengaruh *stimulus cutaneus slow stroke back massage* terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Ringan di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Bogor.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian *quasy eksperiment* dengan rancangan penelitian *non randomized pretest-posttest control group design*. Cara pengambilan sampel alam penelitian ini total sampling dengan jumlah sampel 40 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan lembar observasi dan standar operasional prosedur.

Untuk mengetahui pengaruh *stimulus cutaneus slow stroke back massage* dilakukan uji *mann-whitney test* dengan tingkat signifikansi  $\alpha < 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan tekanan darah mengalami penurunan yang signifikan. *Stimulus cutaneus slow stroke back massage* menurunkan tekanan darah, dengan nilai maksimal penurunan sistolik dan diastolik 14,10 mmHg dan 6,15 mmHg. Kesimpulan dari penelitian ini, ada pengaruh signifikan *stimulus cutaneus slow stroke back massage* terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi ringan, semakin rutin diberikan maka semakin baik penatalaksanaan dalam mengatasi hipertensi sehingga tekanan darah penderita dapat menurun dan dipertahankan dalam nilai normal, sehingga penderita hipertensi dapat memperoleh kesehatan yang lebih baik terhindar dari resiko penyakit kardiovaskuler dan meningkatkan kualitas hidup.

Kata kunci: *Stimulus cutaneus slow stroke back massage*, Hipertensi, Tekanan darah

**ABSTRACT**

*In Indonesia, the incidence of hypertension is based on the Basic Health Research (Riskeddas) of the Department of Health on 2013 reached 25.8%. In West Java, the prevalence of hypertension patients reached 29.4% of the population. While in Bogor as much as 22.3% / 10,000 population.*

*Knowing the influence of Stimulus cutaneous slow stroke back massage toward the change of blood pressure on patients with light hypertension at RW 04 Kampung Rambutan Bogor 2015.*

*The type of this research was the study quasi experiment with design of this research was Non-randomized pretest-posttest control group design. To get samples were 40 respondents on total sampling. Data was collected using observation sheet and standard operating procedure.*

*To know the influence of stimulus cutaneous slow stroke back massage using mann-whitney test with significant level  $\alpha < 0.05$ . The results showed that blood pressure significantly decrease. Stimulus cutaneous slow stroke back massage can decrease blood pressure, with maximal value of systolic and diastolic were 14.10 mmHg and 6.15 mmHg. The Conclusion of this research, was there significant stimulus cutaneous slow stroke back massage toward decreasing of blood pressure, the routine given the better management in dealing with hypertension so the blood pressure of patients can be decreased and maintained within normal values, so that people with hypertension can be obtain healthy better avoid the risk of cardiovascular disease and improve quality of life.*

*Keywords: Stimulus cutaneous slow stroke back massage, Hypertension, Blood pressure*

## PENDAHULUAN

Di Indonesia, angka kejadian hipertensi berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) Departemen Kesehatan tahun 2013 mencapai sekitar 25,8%. Kementerian Kesehatan (2013) juga menyatakan bahwa terjadi peningkatan prevalensi hipertensi dari 7,6% tahun 2007 menjadi 9,5% pada tahun 2013. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada umur  $\geq 18$  tahun sebesar 25,8%.<sup>(1)</sup>

Di Jawa Barat prevalensi penderita hipertensi mencapai 29,4% dari jumlah penduduk.<sup>(2)</sup> Sedangkan di Kota Bogor sebanyak 22,3% per 10.000 penduduk.<sup>(3)</sup>

Hipertensi menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius, karena jika tidak terkendali akan berkembang dan menimbulkan komplikasi yang berbahaya. Akibatnya bisa fatal karena sering timbul komplikasi, misalnya stroke (perdarahan otak), penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal.<sup>(4)</sup>

Penanganan hipertensi dapat ditangani secara farmakologis dan non farmakologis atau gabungan keduanya. Penanganan secara farmakologis yaitu dengan obat-obat anti hipertensi sedangkan secara non farmakologis yaitu dengan modifikasi gaya hidup. Pengobatan farmakologis akan lebih baik atau tidak akan ada artinya bila tidak ditunjang oleh pengobatan non farmakologis.<sup>(5)</sup>

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pendekatan nonfarmakologis dapat dilakukan pada penderita hipertensi yaitu

meliputi; teknik-teknik mengurangi stres, penurunan berat badan, pembatasan alkohol, natrium, dan tembakau, olahraga atau latihan yang berefek meningkatkan lipoprotein berdensitas tinggi, dan relaksasi yang merupakan intervensi wajib yang harus dilakukan pada setiap terapi hipertensi.<sup>(6)</sup> Salah satu teknik relaksasi yang sering digunakan adalah teknik masase. Dimana menurut penelitian Meek didapatkan hasil bahwa implikasi keperawatan *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* dapat menurunkan tekanan darah, frekuensi jantung dan suhu tubuh.<sup>(7)</sup>

Mekanisme *Stimulus Slow Stroke Back Massage* (pijat lembut pada punggung) yaitu meningkatkan relaksasi dengan menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis sehingga terjadi vasodilatasi diameter arteriol. Sistem saraf parasimpatis melepaskan neurotransmitter asetilkolin untuk menghambat aktifitas saraf simpatis dengan menurunkan kontraktilitas otot jantung, volume sekuncup, vasodilatasi arteriol dan vena kemudian menurunkan tekanan darah.<sup>(6)</sup>

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian Eksperimen semu (*quasy eksperiment*) yaitu suatu penelitian dengan

melakukan kegiatan percobaan (*experiment*), yang bertujuan untuk mengetahui gejala atau pengaruh yang timbul, sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu atau eksperimen tersebut. Ciri khusus dari penelitian eksperimen adalah adanya percobaan atau *trial* atau *intervensi*. Percobaan itu berupa perlakuan atau intervensi terhadap suatu variabel. Dari perlakuan tersebut diharapkan terjadi perubahan atau pengaruh terhadap variabel yang lain.<sup>(8)</sup>

Rancangan penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Non Randomized Pretest-Posttest Control Group Design* dimana rancangan ini melibatkan dua subjek, satu diberikan perlakuan (kelompok intervensi) dan yang tidak diberikan perlakuan (kelompok kontrol). Dari rancangan ini efek dari suatu perlakuan terhadap variabel dependen akan diuji dengan cara membandingkan variabel dependen pada kelompok intervensi setelah dikenai perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak dikenai perlakuan.<sup>(9)</sup>

Penelitian ini dilakukan di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Bogor pada bulan Januari-Februari tahun 2016.

Populasi pada penelitian ini adalah penderita hipertensi ringan di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Bogor sebanyak 40 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi

yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya.

Variabel penelitian ini terdiri dari *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* dan Perubahan Tekanan Darah. Pengolahan data dan analisa data menggunakan komputer program SPSS for windows seri 16. Analisa data yaitu analisis bivariate dimana analisis bivariat menganalisis pengaruh *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage terhadap Perubahan Tekanan Darah pada penderita Hipertensi Ringan*.

## HASIL PENELITIAN

### a. Perubahan Tekanan Darah Sistole Sebelum dan Sesudah diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* pada Kelompok Intervensi di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor Tahun 2015

Tabel 1 Perubahan Tekanan Darah Sistole Sebelum dan Sesudah diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* pada Kelompok Intervensi di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor Tahun 2015

Tekanan Darah Sistole	N	Mean ± SD	Beda	<i>p</i> -value
Sebelum	20	150,90 ± 6,095	14,10	0,000
Sesudah	20	136,80 ± 8,024		

Tabel 1 di atas terlihat bahwa tekanan darah sistole mengalami penurunan sebesar 14,10 mmHg setelah penderita hipertensi ringan diberikan

terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* dan penurunan tersebut setelah diuji menggunakan *Dependent T Test* menyimpulkan bahwa pemberian perlakuan tersebut dapat menurunkan secara bermakna ( $p\text{-value} < 0,05$ ).

**b. Perubahan Tekanan Darah Diastole Sebelum dan Sesudah diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* pada Kelompok Intervensi di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor Tahun 2015**

Tabel 2 Perubahan Tekanan Darah Diastole Sebelum dan Sesudah diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* pada Kelompok Intervensi di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor Tahun 2015

Tekanan Darah Diastole	N	Mean ± SD	Beda	$\rho\text{-value}$
Sebelum	20	93,85 ± 2,300	6,15	0,000
Sesudah	20	87,70 ± 5,516		

Tabel 2 di atas terlihat bahwa tekanan darah diastole mengalami penurunan sebesar 6,15 mmHg setelah penderita hipertensi ringan diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* dan penurunan tersebut setelah diuji menggunakan *Dependent T Test* menyimpulkan bahwa pemberian perlakuan tersebut dapat menurunkan secara bermakna ( $p\text{-value} < 0,05$ ).

**c. Perubahan Tekanan Darah Sistolik Penderita Hipertensi Ringan Hari Pertama dan Hari Ketiga pada Kelompok**

**Kontrol di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor Tahun 2015**

Tekanan Darah Sistolik	N	Mean ± SD	Beda	$\rho\text{-value}$
Hari Pertama	20	149,90 ± 4,038	0,10	0,861
Hari Ketiga	20	149,80 ± 4,786		

Tabel 3 Perubahan Tekanan Darah Sistolik Penderita Hipertensi Ringan Hari Pertama dan Hari Ketiga pada Kelompok Kontrol di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor Tahun 2015

Tabel 3 di atas terlihat bahwa tekanan darah sistole mengalami penurunan sebesar 0,10 mmHg dihari ketiga dan penurunan tersebut setelah diuji menggunakan *Dependent T Test* menyimpulkan bahwa tidak terdapat penurunan yang bermakna ( $p\text{-value} = 0,861$ ).

**d. Perubahan Tekanan Darah Diastole Penderita Hipertensi Ringan Hari Pertama dan Hari Ketiga pada Kelompok Kontrol di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor Tahun 2015**

Tabel 4 Perubahan Tekanan Darah Diastole Penderita Hipertensi Ringan Hari Pertama dan Hari Ketiga pada Kelompok Kontrol di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor Tahun 2015

Tekanan Darah Diastole	N	Mean ± SD	Beda	$\rho\text{-value}$
Hari Pertama	20	92,95 ± 2,235	0,45	0,389
Hari Ketiga	20	92,50 ± 3,052		

Tabel 4 diatas terlihat bahwa tekanan darah diastole mengalami penurunan sebesar 0,45 mmHg dihari ketiga dan penurunan tersebut setelah diuji menggunakan *Dependent T Test* menyimpulkan bahwa tidak terdapat penurunan yang bermakna ( $p\text{-value} = 0,389$ ).

**e. Pengaruh Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Kelompok Intervensi dan Kontrol di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor Tahun 2015**

Tabel 5 Pengaruh *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Kelompok Intervensi dan Kontrol di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan

Variabel	Hari Ketiga	N	Mean	Beda	$p\text{-value}$
Tekanan Darah Sistol	Intervensi	20	25,50	10,0	0,003
	Kontrol	20	15,50		
Tekanan Darah Diastole	Intervensi	20	25,40	9,8	0,003
	Kontrol	20	15,60		

Kota Bogor Tahun 2015

Berdasarkan tabel 5 menunjukan bahwa *mean* tekanan darah sistole dan diastole sesudah diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* pada kelompok intervensi sebesar 25,50 dan 25,40 sedangkan *mean* tekanan darah sistole dan diastole dihari ketiga pada kelompok kontrol

sebesar 15,50 dan 15,60. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan *mean* antara tekanan darah pada kelompok yang diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* dengan kelompok yang tidak diberikan *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage*.

Berdasarkan uji *Mann-Whitney Test* dimana uji statistik ini digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya perubahan dari dua sampel yang independen serta uji *Mann-Whitney Test* digunakan untuk data yang berdistribusi tidak normal, setelah dilakukan uji *Mann-Whitney Test* didapatkan nilai  $p\text{-value}$  sistole sebesar 0,003 dan  $p\text{-value}$  diastole sebesar 0,003 karena  $p\text{-value} < \alpha$  (0,05), maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa ada pengaruh *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor.

**PEMBAHASAN**

**1. Perubahan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Ringan Sebelum dan Sesudah diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* pada Kelompok Intervensi**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perubahan tekanan darah sistole dan diastole pada kelompok intervensi masing-masing sebanyak 16 orang (80,0%), dan didapatkan tekanan darah sistole dan diastole mengalami

penurunan sebesar 14,10 mmHg dan 6,15 mmHg setelah penderita hipertensi ringan diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* dan penurunan tersebut setelah diuji menggunakan *Dependent T Test* menyimpulkan bahwa pemberian perlakuan tersebut dapat menurunkan secara bermakna ( $p$ -value < 0,05).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Retno dan Prawesti (2012) yang menyimpulkan bahwa  $p$ -value sistole adalah 0,001 ( $p$  < 0,05) dan  $p$ -value diastole sebesar 0,007 ( $p$  < 0,05). Sehingga ada Pengaruh *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* terhadap perubahan tekanan darah penderita hipertensi di Puskesmas Pembantu Blabak Wilayah Kerja Puskesmas Pesantren 1 Kota Kediri dengan nilai maksimal penurunan sistole sebesar 8,00 mmHg dan penurunan diastole sebesar 24,00 mmHg.<sup>(10)</sup>

Hasil tersebut juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan Maghfiroh (2014) yang menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan sistolik sebesar 21,0 mmHg dan diastolik sebesar 15,7 mmHg setelah ibu hamil diberi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage*, dengan nilai  $p$  < 0,05.<sup>(11)</sup>

Kesimpulan dari teori dan hasil penelitian di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan faktor yang mempengaruhi tekanan darah sistole dan diastole pada penderita hipertensi ringan kelompok intervensi adalah dilakukannya *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* selama 3 hari, selain itu faktor lain yang mempengaruhi tekanan darah sistole pada penderita hipertensi ringan kelompok intervensi meliputi riwayat penyakit hipertensi yang dimiliki oleh seluruh subjek penelitian, umur subjek penelitian sebagian besar >50 tahun, dan stress yang disebabkan oleh pekerjaan dari subjek penelitian yang sebagian besar tidak bekerja.

## **2. Perubahan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Ringan Hari Pertama dan Hari Ketiga pada Kelompok Kontrol**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perubahan tekanan darah sistole dan diastole pada kelompok kontrol sebagian besar tetap masing-masing sebanyak 7 orang (35,0%) dan 8 orang (40,0%), dan didapatkan tekanan darah sistole dan diastole mengalami penurunan sebesar 0,10 mmHg dan 0,45 mmHg dihari ketiga dan penurunan tersebut setelah diuji menggunakan *Dependent T Test* menyimpulkan bahwa tidak terdapat penurunan yang bermakna ( $p$ -value sistole = 0,861 dan  $p$ -value diastole = 0,389).

Pada kelompok kontrol, perlakuan atau terapi *Stimulus Cutaneus Slow*

*Stroke Back Massage* tidak diberikan, terlihat ada perubahan tekanan darah sistole di hari pertama dan ketiga pada kelompok ini namun berbeda dengan kelompok intervensi yang mengalami penurunan tekanan darah yang signifikan.

Hal ini didukung juga oleh penelitian Anggara dan Prayitno (2012) yang menyimpulkan bahwa umur, pendidikan, pekerjaan, IMT, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, kebiasaan olahraga, asupan natrium, asupan kalium berhubungan secara statistik dengan tekanan darah ( $p < 0,05$ ).<sup>(12)</sup>

Kesimpulan dari teori dan hasil penelitian di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan faktor yang mempengaruhi tekanan darah sistole dan diastole pada penderita hipertensi ringan kelompok kontrol adalah riwayat penyakit hipertensi yang dimiliki oleh seluruh responden, umur responden sebagian besar  $>50$  tahun, dan stress yang disebabkan oleh pekerjaan dari responden yang sebagian besar tidak bekerja.

### **3. Pengaruh *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* terhadap Perubahan Tekanan darah pada Kelompok Intervensi dan Kontrol**

Mekanisme *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* (pijat lembut pada punggung) yaitu meningkatkan relaksasi dengan menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan

aktivitas saraf parasimpatis sehingga terjadi vasodilatasi diameter arteriol. Sistem saraf parasimpatis melepaskan neurotransmitter asetilkolin untuk menghambat aktifitas saraf simpatis dengan menurunkan kontraktilitas otot jantung, volume sekuncup, vasodilatasi arteriol dan vena kemudian menurunkan tekanan darah.<sup>(6)</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa *mean* tekanan darah sistole dan diastole sesudah diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* pada kelompok intervensi sebesar 25,50 dan 25,40 sedangkan *mean* tekanan darah sistole dan diastole dihari ketiga pada kelompok kontrol sebesar 15,50 dan 15,60. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan *mean* antara tekanan darah pada kelompok yang diberikan terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* dengan kelompok yang tidak diberikan *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage*.

Berdasarkan uji *Mann-Whitney Test* dimana uji statistik ini digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya perubahan dari dua sampel yang independen serta uji *Mann-Whitney Test* digunakan untuk data yang berdistribusi tidak normal, setelah dilakukan uji *Mann-Whitney Test* didapatkan nilai *p-value sistole* sebesar

0,003 dan *p-value diastole* sebesar 0,003 karena *p-value* <  $\alpha$  (0,05), maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa ada pengaruh *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah RW 04 Kampung Rambutan Kota Bogor.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Perestroika (2014) *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* menurunkan nyeri persalinan dengan meningkatkan produksi hormon endorfin dan mekanisme gate control. Lama waktu paling efektif dalam penelitian ini adalah 15 menit dengan peningkatan kadar endorfin 164,04 % dan penurunan nyeri sebesar 42,61 %.<sup>(13)</sup>

Hasil tersebut juga sesuai dengan penelitian Sari, Suniyadewi, dan Muliawati (2014) yang menyimpulkan bahwa hasil yang diperoleh pada kelompok intervensi *sig.(2-tailed)* adalah 0,025 yang berarti nilai  $p < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak, yang berarti memberikan Terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri punggung pada pasien usia lanjut. Sementara untuk membandingkan kelompok kontrol dan intervensi kelompok menggunakan Mann Whitney Test hasil yang diperoleh *sig.(2-tailed)* adalah 0,001 yang berarti

ada perbedaan antara kontrol dan kelompok perlakuan.<sup>(14)</sup>

Dari pernyataan tersebut peneliti menemukan keselarasan antara teori dengan hasil penelitian bahwa *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* berpengaruh terhadap perubahan tekanan darah. Jadi dapat disimpulkan bahwa tekanan darah dapat dipengaruhi oleh *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage*, perubahan tekanan darah dipengaruhi juga oleh riwayat penyakit hipertensi yang dimiliki oleh seluruh responden, umur responden sebagian besar >50 tahun, dan stress yang disebabkan oleh pekerjaan dari responden yang sebagian besar tidak bekerja.

## KESIMPULAN

1. Ada perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan dengan penurunan tekanan darah sistole 14,10 mmHg serta penurunan tekanan darah diastole 6,15 mmHg dengan *p-value* < 0,05 setelah intervensi, *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* efektif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan.
2. Tidak terdapat perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi ringan dengan penurunan tekanan darah sistole 0,10 mmHg serta penurunan tekanan darah diastole 0,45 mmHg dengan nilai *p-value sistole* = 0,861 dan

$p$ -value diastole = 0,389 di hari ketiga pada kelompok kontrol yang berarti tidak terdapat penurunan yang bermakna antara tekanan darah sistole dan diastole.

3. Ada pengaruh terapi *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage* terhadap perubahan tekanan darah dengan nilai  $p$ -value sebesar 0,003 ( $p < 0,05$ ).

### SARAN

Bagi Mahasiswa Akademi Kebidanan Wijaya Husada diharapkan dapat meningkatkan wawasan bagi mahasiswa tentang penanganan hipertensi.

Bagi Peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih mengontrol faktor – faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah misalnya jenis kelamin, obesitas, kurang olahraga, kebiasaan merokok, mengkonsumsi garam berlebih, minum alkohol, dan minum kopi, agar hasil penelitian lebih baik dan berkembang lagi.

Bagi Penderita Hipertensi diharapkan mampu mengikuti dan mempraktekkan *Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage*

### DAFTAR PUSTAKA

1. Depkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
2. Depkes.2014.*Hipertensi*.<http://www.depkes.go.id/article/view/14010200004/download-pusdatin-infodatin-infodatin-hipertensi.html>. Diakses 29 Juni 2015.
3. Kemenkes, RI. 2012. *Profil data kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
4. Gunawan, Lanny. 2010. *Hipertensi Tekanan Darah Tinggi*. Yogyakarta : Kanisius.
5. Potter dan Perry. 2005. *Fundamental Keperawatan*, Vol 2, Edisi 4. Jakarta: EGC.
6. Muttaqin, Arif. 2009. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular dan Hematologi*. Jakarta : Salemba Medika.
7. Smeltzer, S. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner Suddarth*. Volume 2 Edisi 8. Jakarta : EGC. 2010.
8. Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta: Bandung.
9. Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
10. Retno dan Prawesti. 2012. *Tindakan Slow Stroke Back Massage Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. Kediri : STIKES RS Baptis (Tesis)
11. Maghfiroh. 2014. *Pengaruh Stimulus Cutaneus Slow Stroke Back Massage Terhadap Perubahan Kadar Beta Endorphin Dan Perubahan Tekanan darah Pada Ibu Hamil dengan Pre Eklamsi Di Kabupaten Demak*. Semarang : Universitas Diponegoro (Tesis)

12. Anggara, Prayitno. 2012. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat*. Jakarta : STIKes MH. Thamrin (Skripsi)
13. Perestroika. 2014. *Pengaruh Stimulasi Kutan Slow Stroke Back Massage Terhadap Perubahan Kadar Endorphin Dan Nyeri Persalinan Pada Ibu Inpartu Di RSUD Kota Semarang*. Semarang : Universitas Diponegoro (Tesis)
14. Sari, Suniyadewi, dan Muliawati. 2014. *Pengaruh Stimulasi Cutaneus Slow Stroke Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Lanjut Usia Di Bali*. Bali : STIKes Wira Medika PPNI Bali (Tesis)