

Penerapan *Massage Effleurage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Rata-Rata Pada Pasien Hipertensi

Heru Aji Purnomo Hestu¹, Shanty Chloranyta², Rusmala Dewi³

^{1,2,3} Program Studi DIII Keperawatan, STIKes Panca Bhakti Bandar Lampung

e-mail: shanty@pancabhakti.ac.id

Abstract

Hypertension is a degenerative disease that affects almost 25% of the world's population. Hypertension is characterized by pressure > 140 mmHg/90 mmHg. *Massage effleurage* has the benefit of improving blood circulation by helping to circulate blood in the veins (venous blood) so that it quickly returns to the heart. The aim of the study was to identify blood pressure before and after being given *effleurage* massage. Descriptive research method with research subjects totaled 2 people with a medical diagnosis of hypertension, systolic pressure 140-159 mmHg and diastolic pressure 90-99 mmHg. Data collection instruments used blood pressure observation sheets, sphygmomanometer, olive oil and SOP *massage effleurage*. The research was conducted in the Village area of Pekon Mekar Sari, Kec. God's Fence Kab. West Lampung within 3 days, from 24-26 June 2020. Blood pressure measurements were carried out before and after the *effleurage* massage. The execution time of the *effleurage* massage every day is 30 minutes. The results of the study before the application of Tn.S with an average systolic 143.3 and diastolic 93.3 while Mrs.N 140/90 mmHg with an average systolic 136.6 mmHg and diastolic 93.3 mmHg. After being given therapy for three days, the results on the average systolic 136.6 and diastolic 88.3 while Mrs. N with an average of 130 mmHg and diastole 83.3 mmHg. The conclusion from the research of *massage effleurage* can be applied in lowering blood pressure in hypertension and can be used as one of the complementary nursing interventions in lowering blood pressure

Keywords : blood pressure, *effleurage* massage, hypertension

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit *degenerative* yang hampir diderita sekitar 25% penduduk dunia. Hipertensi dikarakteristikan dengan tekanan > 140 mmHg/90 mmHg. *Massage effleurage* memiliki manfaat untuk melancarkan peredaran darah dengan membantu mengalirkan darah di pembuluh balik agar cepat kembali ke jantung. Tujuan penelitian diidentifikasi tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan *massage effleurage* pada pasien hipertensi. Metode penelitian deskriptif, jumlah subjek penelitian 2 orang dengan kriteria hipertensi, rentang tekanan darah sistolik 140-159 mmHg dan diastolik 90-99 mmHg. Instrumen pengumpulan data menggunakan lembar observasi tekanan darah, *sphygmomanometer*, minyak zaitun dan SOP *massage effleurage*. Penelitian dilakukan di Wilayah Desa Pekon Mekar Sari Kec. Pagar Dewa Kab. Lampung Barat dalam waktu 3 hari, tanggal 24-26 Juni 2020. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan setelah melakukan *massage effleurage*. Waktu pelaksanaan *massage effleurage* setiap hari selama 30 menit. Hasil penelitian sebelum dilakukan penerapan Tn.S dengan rata-rata sistole 143,3 dan diastole 93,3 sedangkan Ny.N 140/90 mmHg dengan rata-rata sistole 136,6 mmHg dan diastole 93,3 mmHg. Setelah diberikan terapi selama tiga hari, hasil pada rata-rata sistole 136,6 dan diastole 88,3 sedangkan Ny.N dengan rata-rata 130 mmHg dan diastole 83,3 mmHg. Kesimpulan dari penelitian *massage effleurage* dapat menurunkan tekanan darah pada hipertensi. *Massage effleurage* dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan komplementer dalam menurunkan tekanan darah pada hipertensi.

Kata Kunci : hipertensi, *massage effleurage*, tekanan darah

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan kunci pokok dalam melakukan aktifitas-aktifitas hidup manusia. Manusia tidak akan selamanya mempunyai tubuh yang kuat dan sehat. Peningkatan usia akan memiliki dampak terhadap perubahan berbagai proses di dalam tubuh. Perubahan yang dapat terjadi akibat pertambahan usia yakni perubahan baik anatomi maupun fisiologi sehingga dapat meningkatkan berbagai keadaan patologik disebabkan oleh proses penuaan. Salah satu perubahan fisik yang terjadi adalah meningkatnya tekanan darah atau hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit *degenerative* yang hampir diderita sekitar 25% penduduk dunia dewasa (Setyawati, 2015).

Hipertensi adalah tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknya di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik > 90 mmHg (Saputro, 2014). Penyakit ini dapat memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong penyakit mematikan seperti stroke. Penyakit hipertensi tidak mudah untuk dideteksi sehingga sering juga disebut *silent killer*. Pasien biasanya datang ke RS karena keluhan yang diakibatkan oleh komplikasi dari hipertensi. Komplikasi pada hipertensi berupa masalah pada jantung, otak, stroke, ginjal, mata serta arteri perifer. Komplikasi yang dialami oleh pasien dengan hipertensi juga dipengaruhi oleh lamanya pasien menderita hipertensi selain itu juga dipengaruhi oleh manajemen hipertensi yang dilakukan oleh pasien (Muhadi, 2019).

World Health Organization menyatakan bahwa terdapat 24,7% penduduk Asia Tenggara dan 23,3% penduduk Indonesia berusia 18 tahun ke atas mengalami hipertensi pada tahun 2014 (WHO, 2013). Menurut Riset Kesehatan Dasar 2013 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 26,5% (Riskesdas, 2013). Masalah yang dihadapi yakni tingkat kesadaran pasien masih sangat minim, dan bahkan tidak menyadari dirinya menderita hipertensi, sehingga pasien tidak patuh terhadap pengobatan dari hipertensi (Muhadi, 2019).

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan non farmakologis adalah suatu bentuk pelayanan pengobatan yang menggunakan cara, alat atau bahan yang dipergunakan sebagai alternatif atau pelengkap pengobatan medis tertentu (Ardiansyah, 2012; Kozier at al, 2010). Penelitian menunjukkan berbagai terapi nonfarmakologis dapat dilakukan bagi pasien dengan hipertensi. Berbagai terapi nonfarmakologis tersebut yakni manajemen stress, manajemen diet pada hipertensi (dengan melakukan pembatasan alkohol, natrium, dan tembakau), olahraga atau latihan dan relaksasi (Saputro, 2013).

Berbagai cara dapat dilakukan untuk mengupayakan tubuh supaya relaks. Cara yang dapat dilakukan dengan mendengarkan musik klasik, melakukan senam yoga, teknik nafas dalam, dan *massage*. Salah satu teknik yang mudah dan dapat dilakukan oleh pasien dan keluarga di rumah yakni dengan melakukan *massage*. *Massage* merupakan teknik manipulasi tertentu pada jaringan lunak yang dilakukan menggunakan tangan secara sistematis. Tujuan dari *massage* dapat memberikan stimulasi pada berbagai sistem tubuh akibat sentuhan yang dilakukan, meliputi otot, susunan syaraf, serta peredaran darah dan jaringan *lymphe* (Priyonadi, 2011). Penelitian yang dilakukan oleh Ananto (2017) dengan menunjukkan hasil penelitian diperoleh bahwa pemberian *massage teknik effleurage* pada bagian punggung, dan ekstremitas atas pada penderita hipertensi di Desa Kalirejo Kabupaten Purworejo dapat menurunkan tekanan darah sistolik dari 156,60 mmHg menjadi 141,33 mmHg, dan tekanan darah diastolik dari 87,60 mmHg menjadi 81,2 mmHg, pada penelitian ini dilakukan selama 7 hari, sehari dilakukan sebanyak 2x 24 jam, sekali pemberian intervensi selama 20 menit. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Fitriani dan Sitepu (2018) di Wilayah Puskesmas Bakti Jaya Setu Tangerang Selatan menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh setelah

diberikan *massage Effleurage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Bakti Jaya Setu Tangerang Selatan, dengan penurunan rata-rata nilai tekanan darah sistolik sebelum dan setelah intervensi 19,4 mmHg dan tekanan darah diastolic 9,8 mmHg dengan P value = ,005 (<0,05), pada penelitian ini dilakukan selama 3 hari, sehari dilakukan sebanyak 3x 24 jam, sekali pemberian intervensi selama 20 menit.

Penelitian menunjukkan manfaat dari *massage* apabila dilakukan secara teratur dapat menurunkan tekanan darah selain itu juga dapat menurunkan kadar hormon stress serta menurunkan kecemasan. Ada berbagai teknik untuk melakukan *massage* yang dapat dilakukan. Salah satu teknik yang mudah dilakukan dengan teknik *effleurage*. Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti akana melakukan penerapan *massage effleurage*. pada hipertensi untuk untuk menurunkan tekanan darah.

2. METODE PENELITIAN

Desain pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif. Subyek penelitian berjumlah dua orang dengan kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah: klien hipertensi yang bersedia menjadi responden penelitian dengan menandatangani *informed consent*, klien hipertensi dengan klasifikasi tekanan sistolik 140-159 mmHg dan tekanan diastolik 90-99 mmHg, riwayat hipertensi. Kriteria eksklusi klien hipertensi dengan penurunan kesadaran, klien yang menolak enjadi responden. Penelitian dilakukan di Wilayah Desa Pekon Mekar Sari Kec. Pagar Dewa Kab. Lampung Barat dalam waktu 3 hari. Penelitian dilakukan pada tanggal 24-26 Juni 2020. Instrumen yang digunakan pada penelitian yaitu lembar persetujuan (*informent consent*), lembar observasi tekanan darah, Standar Operasional Prosedur (SOP) *massage effluerage*, minyak zaitun, stetoskop, dan tensi meter. Proses pengambilan data pada tanggal 24-26 Juni 2020 dimulai dari mendata klien yang memenuhi kriteria inklusi untuk dijadikan responden. Penerapan terapi *massage effleurage* selama 30 menit, selanjutnya istirahat 5 menit kemudian dilakukan pemeriksaan tekanan darah kembali untuk hasilnya di evaluasi pada lembar observasi tekanan darah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Dilakukan *Massage Effluerage*

Hari	Responden 1	Responden 2
	Pkl 13.00	Pkl 14.00
Hari ke-1	150/100 mmHg	140/90 mmHg
Hari ke-2	140/90 mmHg	130/100 mmHg
Hari ke-3	140/90 mmHg	140/90 mmHg

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan tekanan darah responden yang diukur dengan menggunakan *sphygmomanometer*. Tekanan darah pada pasien 1 (Tn. S) di ukur pada pukul 13.00 WIB, pada pasien 2 (Ny.N) di ukur pada pukul 14.00 WIB. Hasil pengukuran tekanan darah responden 1 (Tn.S) sebelum dilakukan terapi *Massage Effluerage* pada hari pertama pada pukul 13.00 WIB yakni 150/100 mmHg. Tekanan darah pada hari kedua sebelum dilakukan terapi *Massage Effluerage* pada pukul 13.00 WIB yakni 140/90 mmHg. Tekanan darah pada hari ketiga sebelum dilakukan terapi *Massage Effluerage* pada pukul 13.00 WIB yakni 140/90 mmHg. Hasil pengukuran tekanan darah pada responden 2 (Ny.N) hari pertama pada tanggal 24 Juni 2020, pukul 14.00 WIB Ny.N yakni 140/90 mmHg. Pada hari kedua pada tanggal 25 Juni 2020, pukul 14.00 WIB yakni 130/100 mmHg. Pada hari ketiga pada tanggal 26 Juni 2020 pukul 14.00 WIB yakni 140/90 mmHg.

Tabel 2. Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Dilakukan *Massage Effluerage*

Hari	Responden 1	Responden 2
	Pkl 13.30	Pkl 14.30
Hari ke-1	140/90 mmHg	130/90 mmHg
Hari ke-2	140/85 mmHg	130/80 mmHg
Hari ke-3	130/90 mmHg	130/80 mmHg

Berdasarkan tabel hasil pengukuran tekanan darah sesudah dilakukan *massage effluerage* pada responden 1 (Tn.S) pada hari pertama tanggal 24 Juni 2020, pukul 13.30 WIB Tn. S yakni 140/90 mmHg. Hasil pengukuran tekanan darah pada hari kedua pada tanggal 25 Juni 2020, pukul 14.30 WIB yakni 140/85 mmHg, pada hari ketiga pada tanggal 25 Juni 2020, yakni 130/90 mmHg. Hasil pengukuran tekanan darah sesudah dilakukan terapi *Massage Effluerage* pada responden kedua (Ny.N) di hari pertama pada tanggal 24 Juni 2020, pukul 14.30 WIB yakni 130/90 mmHg. Hasil pengukuran tekanan darah pada hari kedua pada tanggal 25 Juni 2020, pukul 14.30 WIB yakni 130/80 mmHg. Hasil pengukuran darah pada hari ketiga pada tanggal 26 Juni 2020, pukul 14.30 WIB tekanan darah menjadi 130/80 mmHg.

Tabel 3. Rata-Rata Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan *Massage Effluerage*

Responden	Rata-Rata TD sebelum <i>massage effleurage</i>		Rata-Rata TD sesudah <i>massage effleurage</i>		Selisih Rata-Rata TD sebelum dan sesudah <i>massage effluerage</i>	
	Sistolik	Diastolic	Sistolik	Distolik	Sistolik	diastolik
R1	143.3 mmHg	93.3 mmHg	136.6 mmHg	88.3 mmHg	6.7 mmHg	5 mmHg
R2	136.6 mmHg	93.3 mmHg	130 mmHg	83.3 mHg	6,6 mmHg	5 mmHg

Berdasarkan tabel pada responden 1 (Tn. S) memiliki rata-rata tekanan darah sebelum dilakukan *massage effluerage* yakni tekanan darah sistolik 143,3 mmHg dan diastolik 93,3 mmHg. Hasil pengukuran rata-rata tekanan darah sesudah dilakukan *massage effluerage* yakni tekanan darah sistolik 136,6 mmHg dan diastolik 88,3 mmHg, selisih penurunan tekanan darah rata-rata sistolik 6,7 mmHg dan distolik 5 mmHg. Pengukuran tekanan darah pada Ny.N memiliki rata-rata tekanan darah sebelum dilakukan *massage effluerage* yakni tekanan darah sistolik 136,6 mmHg dan diastolik 93,3 mmHg, tekanan darah sesudah dilakukan *massage effluerage* rata-rata sistolik 130 mmHg dan diastolik 83,3 mmHg, selisih penurunan tekanan darah rata-rata sistolik 6,6 mmHg dan selisih rata-rata diastolik 5 mmHg.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada responden penelitian menggunakan *massage effluerage* terhadap tekanan darah memberikan gambaran sebagai berikut: hasil penelitian menunjukkan kedua responden berada pada rentang usia 40 sampai dengan 50 tahun, hal tersebut ditunjukkan pada responden 1 (Tn. S) yakni berusia 44 tahun dan Ny.N berusia 45 tahun. Penelitian yang sesuai dengan penelitian ini yakni untuk mengukur latihan treadmill terhadap tekanan darah pada member usia 40-50 tahun di Planet Gym Aerobic dan Fitness Center Surabaya. Menyatakan pada usia rentang 40-50 tahun bisa terjadi hipertensi dikarenakan perilaku kurang sehat yang menyebabkan tidak stabilnya tekanan darah. Penelitian membuktikan bahwa yang menyebabkan kenaikan tekanan darah pada usia 40-50 tahun atau masa paruh baya adalah kurang pengetahuan tentang manfaat aktifitas fisik, seberapa banyak dan apa jenis keaktvitasan fisik yang harus dilakukan, terlalu sibuk tidak mempunyai waktu untuk melakukan olahraga (Pratama, 2017).

Hasil penelitian menunjukkan kedua responden dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan. hal tersebut ditunjukkan pada responden 1 (Tn. S) yakni berjenis kelamin laki-laki

Penerapan *Massage Effluerage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Rata-Rata Pada Pasien Hipertensi | Heru Aji Purnomo Hestu

laki dan Ny.N berjenis kelamin perempuan. Jenis kelamin diduga merupakan faktor yang juga berkontribusi terhadap tekanan darah. Penelitian yang sesuai dengan penelitian ini yang dilakukan pada pegawai sipil di Pekanbaru, dengan 342 orang (54,0%) laki-laki dan 291 orang (46%) perempuan, yang menunjukkan ada hubungan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi. Pada penelitian ini ditemukan hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan tekanan darah diastole. Tekanan darah diastole perempuan lebih rendah 3,4 mmHg dibandingkan laki-laki. Dikarenakan hormon-hormon wanita disebutkan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah perempuan sehingga lebih rendah dibandingkan tekanan darah laki-laki (Harahap et al, 2008).

Hasil penelitian menunjukkan kedua responden beragama islam. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Pendukuhan Karang Tengah Gamping Sleman Yogyakarta dengan rancangan *cross sectional* pada bulan januari 2017 dengan 38 responden, yang mengatakan bahwa hasil penelitiannya ada hubungan tingkat religiusitas dengan tingkat tekanan darah penderita hipertensi dalam kategori (0,200-0,399) koefisiensi sebesar 0,343 menunjukkan angka korelasi positif artinya semakin baik tingkat religiusitasnya maka tingkat tekanan darahnya semakin terkontrol. Religiusitas menunjukkan pada tingkat keterikatan individu terhadap agamanya sehingga berpengaruh dalam segala tindakan dan pandangan hidupnya, religiusitas adalah kegiatan yang menenangkan dan memfokuskan pikiran dan bertujuan untuk membuat rileks (Munawara, 2017).

Hasil penelitian kedua responden 1 (Tn. S) pendidikan SMP dan responden 2 (Ny.N) pendidikan SMA menunjukkan bahwa pendidikan SMA maupun SMP juga sama-sama rentang terkena hipertensi karena penduduk dengan pendidikan lanjut pun masih kurang kesadarannya dalam mencegah faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi. Demikian halnya dengan penelitian yang dilakukan di Puskesmas Pelabuhan Sambas Kota Sibolaga pada bulan April-November dengan 109 responden dengan rancangan *cross sectional*. Hasil penelitian diperoleh nilai p ($0,0391 > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pendidikan dengan kejadian hipertensi (Nababan, 2018).

Hasil penelitian kedua responden 1 (Tn. S) memiliki status IMT obesitas pada responden 2 (Ny.N) memiliki status IMT obesitas. Hasil penelitian yang dilakukan pada 72 responden penelitian menunjukkan hubungan antara indeks massa tubuh dengan tekanan darah sistolik $p = 0,009$ ($p < 0,05$) dan indeks massa tubuh dengan tekanan darah sistolik $p = 0,001$ ($p < 0,005$) (Dien, Mulyadi, Kundre, 2014). Hasil penelitian menunjukkan kedua responden memiliki keluhan utama yang sama yaitu mengatakan sering merasa pusing, nyeri dibagian tengkuk leher. Riwayat Penyakit Sekarang yang di dapatkan pada responden 1 (Tn. S) klien mengatakan memiliki penyakit hipertensi, sering merasa berat dibagian kepala belakang, sampai kram keleher, sakit kepala seperti berputar-putar, klien mengatakan tensi paling tinggi 180/110mmHg dengan kesadaran composmentis, tekanan darah 150/100 mmHg nadi 90x/menit, pernapasan 22x/menit, suhu 36,8°C. Pada responden 2 (Ny.N) klien mengatakan memiliki penyakit hipertensi, sering merasa berat dibagian kepala belakang, sakit kepala seperti berputar-putar, klien mengatakan tensi paling tinggi 190/100 mmHg, jika klien sedang kambuh klien tidak bisa membuka mata saat tensi tinggi, dengan kesadaran composmentis, tekanan darah 140/90 mmHg, nadi 87x/menit, pernapasan 21 x/menit, suhu 36,5°C.

Hasil penelitian kedua responden yakni klien 1 (Tn. S) Klien mengatakan sudah memiliki penyakit hipertensi sejak 1 tahun yang lalu, Klien tidak pernah dirawat di rumah sakit hanya mengonsumsi rebusan labu siam untuk menurunkan tekanan darah dan klien juga tidak ada riwayat alergi obat ataupun makanan, klien mengatakan tidak pernah mengalami kecelakaan motor ataupun mobil, klien mengatakan hipertensi yang diderita adalah keturunan. Pada Responden 2 (Ny.N) Klien mengatakan sudah memiliki penyakit hipertensi sejak 2 tahun yang lalu, Klien tidak pernah dirawat di rumah sakit hanya mengonsumsi rebusan labu siam
Penerapan *Massage Effluerage* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Rata-Rata Pada Pasien Hipertensi | Heru Aji Purnomo Hestu

dan klien tidak memiliki riwayat alergi obat dan makanan, klien mengatakan sudah memiliki penyakit hipertensi, klien mengatakan tidak pernah mengalami kecelakaan, klien mengatakan hipertensi yang diderita adalah keturunan.

Berdasarkan riwayat kesehatan keluarga kedua responden memiliki riwayat keturunan yang memiliki hipertensi yaitu pada ibu nya. Penelitian yang sesuai dengan penelitian ini yakni penelitian dilakukan di Rumah Sakit Umum Sari Mutiara Medan tahun 2014 pada 71 responden ternyata mempunyai faktor keturunan hipertensi sebanyak 48 orang (67,6%), responden yang tidak mempunyai keturunan sebanyak 23 orang (32,4%). penelitian menunjukkan riwayat keluarga merupakan faktor risiko terjadinya hipertensi. Penelitian membuktikan pada responden dengan riwayat keluarga hipertensi memiliki resiko dua kali lipat intuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan responden dengan riwayat keluarga tanpa hipertensi (Situmorang, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian terapi *massage effluerage* pada pasien hipertensi Di Desa Pekon Mekar Sari Kec. Pagar Dewa Kab. Lampung Barat yang dilakukan 3 hari dalam 1 minggu pada responden Tn. S dan Ny.N pada tanggal 24-26 Juni 2020, pada kedua responden sebelum dilakukan *massage effluerage* dilakukan pengukuran tekanan darah dan *massage effluerage* dilakukan selama 30 menit didapatkan hasil kedua responden mengalami peningkatan tekanan darah dengan nilai rata-rata klien 1 (Tn.S) sistolik 143,3 mmHg dan diastolik 93,3 mmHg, nilai rata-rata tekanan darah responden 2 (Ny.N) sistolik 136,6 mmHg dan diastolik 93,3 mmHg.

Berdasarkan hasil penelitian sesudah dilakukan terapi *massage effluerage* pada pasien hipertensi Di Desa Pekon Mekar Sari Kec. Pagar Dewa Kab. Lampung Barat yang dilakukan 3 hari dalam 1 minggu pada responden Tn. S dan Ny.N pada tanggal 24-26 Juni 2020, kedua responden sesudah 30 menit melakukan terapi *massage effluerage* dilakukan pengukuran tekanan darah kembali, didapatkan hasil kedua tekanan darah pada responden mengalami penurunan tekanan darah. Nilai rata-rata tekanan darah responden 1 (Tn. S) rata-rata sistolik 136,6 mmHg dan diastolik 88,3 mmHg selisih penurunan tekanan darah rata-rata Tn.S sistolik 6,7 mmHg dan distolik 5 mmHg.

Hasil pengukuran tekanan darah pada responden kedua (Ny.N) rata-rata sistolik 130 mmHg dan diastolik 88,3 mmHg, selisih penurunan tekanan darah rata-rata Ny.N sistolik yakni 6,6 mmHg dan selisih rata-rata diastolik 5 mmHg. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh *massage effluerage* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. Didukung oleh penelitian yang dilakukan penderita hipertensi di Desa Kalirejo Kabupaten Purworejo menunjukkan terjadi penurunan tekanan darah pada responden. Perubahan yang terjadi pada tekanan darah yang terjadi yakni pada tekanan darah sistolik yang pada awalnya 156,60 mmHg turun menjadi 141,33 mmHg serta perubahan tekanan darah diastolik dari 87,60 mmHg turun menjadi 81,2 mmHg (Ananto, 2017).

Keberhasilan penelitian ini menunjukkan bahwa *massage effluerage* dapat diterapkan pada responden dengan hipertensi sebagai terapi komplementer yang dilakukan bersamaan dengan terapi farmakologis. *Massge efflurage* dapat merelaksasi pembuluh darah sehingga terjadi vasodilatasi menyebabkan tekanan darah turun.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian ini yakni sebelum dilakukan *massage effluerage* memiliki rata-rata tekanan darah yakni sistolik 143,3 mmHg dan diastolik 93,3 mmHg. Hasil pengukuran rata-rata tekanan darah sesudah dilakukan *massage effluerage* yakni sistolik 136,6 mmHg dan diastolik 88,3 mmHg. Responden 2 memiliki rata-rata tekanan darah sebelum dilakukan *massage effluerage* yakni sistolik 136,6 mmHg dan diastolik 93,3 mmHg, tekanan darah sesudah dilakukan *massage effluerage* rata-rata sistolik 130 mmHg dan diastolik 83,3 mmHg. *Massage effluerage*

dapat diterapkan sebagai pilihan terapi komplementer dalam menurunkan tekanan darah rata-rata pada pasien hipertensi baik di Rumah Sakit, Puskesmas dan Komunitas.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Ananto,D.P. 2017. Pengaruh Massage Teknik Effleurage Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kalirejo Kabupaten Purworejo. *Skripsi*. Universitas Jendral Soedirman.
- Ardiansyah, M. 2012. *Medikal Bedah Untuk Mahasiswa*.Yogyakarta: DIVA Press. 2012.
- Dien., G.N., Mulyadi., Kundre., R.M. 2014. Hubungan Indeks Nassa tubuh (IMT) Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Poliklinik Hipertensi Dan Nefrologi BLU RSUP Prog, DR. R.D. Kandou Manado.
- Fitriani, D., dan Sitepu, F., 2018. Pengaruh Massage Efflurage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Bakti Jaya Setu Tangerang Selatan. *Edudharma Journal*, Vol 2. No2.
- Harahap, H., et all. 2008. Hubungan Indeks Massa Tubuh, Jenis Kelamin, Usia, Golongan Darah dan Riwayat Keturunan Dengan Tekanan Darah Pada Pegawai Negeri Sipil Di Pekan Baru. 31(2): 51-58
- Kozier, Barbara., Glenora., Berman, Audrey., Synder, J. 2010. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, & Praktik. Edisi 7*. Volume 1. Alih Bahasa: Pamilih Eko Karyuni. Jakarta: EGC.
- Muhadi. 2016. JNC 8: Evidence-based Guideline Penanganan Pasien Hipertensi Dewasa. Diakses dari <http://www.cdkjournal.com/index.php/CDK/article/download/11/9>. Pada tanggal 22 November 2019.
- Munawara. 2017. Hubungan Tingkat Religiusitas Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Pedukuhan Karang Tengah gamping Sleman Yogyakarta. *Naskah Publikasi*.
- Nababan. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Prehipertensi Pada Usia Dewasa Di Wilayah Kerja Puskesmas Pelabihan Sambas Kota Sibolga Tahun 2017. *Skripsi*. 2018.
- Pratama. E., B. 2017. Pengaruh Latihan Dengan Treadmill Terhadap Tekanan Darah Pada member Wanita Usia 40-50 Tahun di Planet Gym Aerobic Dan Fitness Centre Surabaya. *Skripsi*. Surabaya
- Priyonoadi. 2011. *Sport Massage*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar). 2013. *Laporan Nasional. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan, Republik Indonesia*.
- Saputro. 2013. Pengaruh Pemberian Masase Punggung Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Skripsi*. Semarang: Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang.
- Setyawati. 2015. Pengaruh Pemijatan Tungkai Dan Kaki dengan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer. *Skripsi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Situmorang. 2015. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penderita Rawat Inap Di Rumah Sakit Umum Sari Mutiara Medan tahun 2014. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*. 1 (1).: 71-74.
- Wahyuni. 2014. Pengaruh Massase Ekstremitas dengan Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Kelurahan Grendeng Purwokerto. *Skripsi*. Universitas Jendral Soedirman.
- World Health Organization (WHO). 2013. *The World Health Statistics*.