

ASUHAN KEPERAWATAN HIPERTENSI PADA NY. U KELUARGA TN. A DENGAN INTERVENSI TERAPI *SLOW STROKE BACK MASSAGE*

Fairuz Yasmin Salsabila¹, Elis Novianti²

¹Mahasiswa STIKes Muhammadiyah Ciamis

²Dosen STIKes Muhammadiyah Ciamis

*E-mail : fairuzyasmins99@gmail.com

INTISARI

Silent killer merupakan sebutan untuk penyakit hipertensi karena hampir sebagian kasus tidak menunjukkan gejala. Hipertensi merupakan tekanan darah berkisar 140/90 mmHg yang dapat dipengaruhi gaya hidup kurang baik seperti merokok, olahraga yang kurang serta pola makan yang tidak sehat. Data World Health Organization (WHO) pada tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi yang berarti 1 dari 3 orang di dunia menderita hipertensi. Dampak dari hipertensi yaitu berisiko menderita penyakit jantung, saraf, ginjal dan pecah pembuluh darah. Salah satu terapi non farmakologi mengatasi hipertensi adalah dengan terapi *slow stroke back massage* yang diberikan selama 3-10 menit dalam 3 hari yang dapat menurunkan tekanan darah. Terapi massage ini dapat dilakukan oleh keluarga yang menjadi support sistem dalam mengatasi hipertensi. Studi ini bertujuan untuk melaksanakan asuhan keperawatan secara komprehensif kepada klien yang mengalami hipertensi di keluarga dengan penerapan terapi *slow stroke back massage* serta menganalisis seberapa efektif terapi massage terhadap penurunan tekanan darah pada klien dengan hipertensi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Sampel yang diambil yaitu 1 orang klien dengan hipertensi. Teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan studi dokumentasi. Hasil dari asuhan keperawatan pada pasien dengan masalah hipertensi dengan intervensi *slow stroke back massage* secara komprehensif. Penerapan terapi *slow stroke back massage* terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah klien. Setelah dilakukan terapi *slow stroke back massage* selama 3 hari berturut-turut, terdapat perubahan pada klien yaitu dari 160/100 mmHg menjadi 140/80 mmHg. Klien juga mengatakan saat setelah diterapi badannya menjadi lebih nyaman.

Kata kunci : Hipertensi, Terapi *slow stroke back massage*

ABSTRACT

Silent killer is a term for hypertension because most cases do not show symptoms. Hypertension is blood pressure ranging from 140/90 mmHg which can be influenced by an unfavorable lifestyle such as smoking, lack of exercise and unhealthy eating patterns. Data from the World Health Organization (WHO) in 2015 showed that around 1.13 billion people in the world suffer from hypertension, which means 1 in 3 people in the world suffers from hypertension. The impact of hypertension is the risk of suffering from heart disease, nerves, kidneys and blood vessel rupture. One of the non-pharmacological therapies to treat hypertension is slow stroke back massage therapy given for 3-10 minutes in 3 days which can lower blood pressure. This massage therapy can be done by families who are the support system in overcoming hypertension. This study aims to carry out comprehensive nursing care to clients who have hypertension in the family by applying slow stroke back massage therapy and to analyze how effective massage therapy is in reducing blood pressure in clients with hypertension. This study uses an analytical descriptive method with a case study approach. The sampling technique is accidental sampling. The sample taken is 1 client with hypertension. Data collection techniques through interviews, observations, physical examinations and documentation studies. The results of nursing care in patients with hypertension problems with a comprehensive slow stroke back massage intervention. The application of slow stroke back massage therapy is proven to be effective in lowering the client's blood pressure. After doing slow stroke back massage therapy for 3 consecutive days, there was a change in the client, namely from 160/100 mmHg to 140/80 mmHg. The client also said that after being treated his body became more comfortable.

Keywords: Hypertension, slow stroke back massage therapy

PENDUHLUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang dapat terjadi baik di negara maju maupun berkembang. Tekanan darah tinggi juga dikenal sebagai "pembunuh diam-diam" karena mungkin tanpa gejala (Ketut

and Ngurah 2019). Hipertensi adalah suatu kondisi tekanan darah 140-90 mmHg dan disebabkan oleh faktor-faktor seperti merokok, kurang olahraga, dan kebiasaan gaya hidup yang kurang baik seperti pola makan yang tidak sehat (Rosidin, Shalahuddin, and Sumarna 2018).