PENGARUH TERAPI SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI LANJUT USIA : SYSTEMATIC REVIEW

ARTIKEL

Oleh :

SITI MARIATUL KIFTI'AH

010117A102

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2021

HALAMAN PENGESAHAN

Artikel berjudul :

PENGARUH TERAPI SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI LANJUT USIA : SYSTEMATIC REVIEW

Oleh:

SITI MARIATUL KIFTI'AH

010117A102

Telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing Skripsi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Rembang, 11 Februari 2021

Pembimbing

Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0624128204

PENGARUH TERAPI SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI LANJUT USIA : SYSTEMATIC REVIEW

Siti Mariuatul Kifti'ah[1],Sukarno[2]
[1]Program Studi S1 Keperawatan,
[2] Fakultas Kesehatan,
[3]Universitas Ngudi waluyo
E-mail : kiftiah220399@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Masalah hipertensi salah satunya dipengaruhi oleh faktor usia, sehingga hipertensi banyak terjadi pada lanjut usia, hipertensi pada lanjut usia disebabkan pembuluh darah yang mengeras dan kaku sehingga jantung memompa lebih kuat hingga terjadinya hipertensi, untuk menekan angka hipertensi lanjut usia menggunakan terapi slow stroke back massage mekanisme terapi dengan tekanan area punggung memberikan efek rileks pada otot, tendon dan ligamen sehingga meningkatkan aktivitas sistem saraf simpatis dan parasimpatis untuk merangsang pengeluaran neurotransmitter asetilkolin sehingga terjadi penurunan tekanan darah.
Tujuan: Untuk menganalisis pengaruh Terapi *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Lanjut Usia.
Metode: Metode penelitian ini menggunakan teknik literature review dengan menggunakan 7 artikel dari Google Scholar, Pubmed, Garuda, Scopus, SJR, DOAJ dengan kriteria berupa artikel Nasional dan Internasional yang bersifat kuantitatif yang sudah terindex dengan populasi sampel penderita hipertensi lanjut usia middle age usia 45 tahun Hingga old usia ≤ 70 tahun.
Hasil : Hasil analisis literature review terapi *Slow Stroke Back Massage* terhadap tekanan darah penderita hipertensi lanjut usia bahwa Terdapat pengaruh signifikan pada Terapi slow stroke back massage terhadap penurunan tekanan darah pada sistole dan diastole pada penderita hipertensi lanjut usia. Saran: Bagi peneliti selanjutnya diharap dapat mengembangkan penelitian yang lebih luas baik variabel, metode penelitian maupun artikel yang mendukung serta dapat menganalisis faktor lebih luas.
Kata Kunci : Slow Stroke Back Massage, Tekanan Darah, Hipertensi, Lanjut Usia

ABSTRAK

Background: The problem of hypertension is influenced by age, so that hypertension occurs in many elderly pandas, hypertension in the elderly is caused by blood vessels. which hardens and stiffens so that the heart pumps stronger until hypertension occurs, to reduce the number of elderly hypertension using slow stroke back massage therapy, the therapeutic mechanism with pressure in the back area provides a relaxing effect on muscles, tendons and ligaments thereby increasing the activity of the sympathetic and parasympathetic nervous systems to stimulate release of the neurotransmitter acetylcholine, resulting in a decrease in blood pressure.
Objective: To analyze the effect of Slow Stroke Back Massage Therapy on Blood Pressure in Elderly Hypertension Patients. Methods: This research method uses literature review techniques using 7 articles from Google Scholar, Pubmed, Garuda, Scopus, SJR, DOAJ with criteria in the form of quantitative national and international articles that have been indexed with a sample population of elderly hypertension sufferers middle age aged 45 years until old age ≤ 70 years.
Results: The results of the literature review analysis of Slow Stroke Back Massage therapy on the blood pressure of elderly hypertensive patients showed that there was a significant effect on slow stroke back massage therapy on reducing blood pressure in systole and diastole in elderly hypertensive patients. Suggestion: For further researchers, it is hoped that they will be able to develop broader research both variables, research methods, supporting articles and to be able to analyze broader factors.

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

PENDAHULUAN

Tekanan darah adalah tekanan atau dorongan ke dinding arteri saat darah dipompa keluar dari jantung ke seluruh tubuh. Tekanan darah seseorang meliputi tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolic dengan batas normal 120/80 mmhg. Tekanan darah sistolik yaitu tekanan darah waktu jantung menguncup atau pun berdetak saat memompa darah. Tekanan darah diastolik yaitu tekanan darah saat jantung istirahat diantara detakan(WHO : 2013).

Apabila terjadi peningkatan tekanan pada dinding arteri maka akan menyebabkan terjadinya tekanan darah tinggi atau masalah hipertensi, dikatakan hipertensi jika tekanan darah meningkat pada sistol naik atau melebih hingga 140 mmhg dan tekanan diastolic kurang dari 90 mmhg. Hipertensi terjadi karena adanya ketidak seimbangan pada hemodinamik di sistem kardiovaskular (Depkes :2015).

Hipertensi banyak terjadi pada lanjut usia disebabkan karena pembuluh dara yang mengeras dan kaku hal dipengaruhi faktor usia sehingga jantung memompa lebih kuat dan menyebabkan terjadinya hipertensi (WHO:2016). Angka penderita hipertensi pada lanjut usia di Indonesia saat ini mencapai 35,9% dari total penduduk berusia

lanjut, pada tahun 2013 dengan usia diatas 55 tahun. Jumlah penderita pria mencapai 52,7% sedangkan 47,3% adalah wanita. Prevalensi hipertensi lansia tertinggi di Indonesia terjadi di provinsi Kalimantan Selatan sebesar 39,6% dan terendah berada di papua barat sebesar 20,1% (Depkes RI, 2013).

Dari prevalensi diatas dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi angka kejadian hipertensi maka akan berbanding lurus dengan angka morbiditas dan mortalitas pada pasien lanjut usia yang mengalami hipertensi. Untuk menangani dampak dari hipertensi, harus dilakukan penanganan sejak dini dengan menggunakan pengobatan farmakologi maupun non farmakologi. Penggunaan terapi farmakologi menggunakan zat-zat kimia dapat menimbulkan masalah baru atau penyakit baru sebagai efek samping dari pengobatan. Oleh karena itu masyarakat yang lebih memilih pengobatan secara non-farmakologi dengan alasan rendahnya kemungkinan efek samping (Depkes RI, 2011).

Salah satu terapi non farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah yaitu terapi Slow Stroke Back Massage, terapi ini bermanfaatnya pada pasien hipertensi karena dapat melancarkan aliran darah dalam tubuh sehingga 3 gangguan hipertensi dan komplikasi dapat diminimalisir. Teknik Terapi Slow Stroke Back Massage menggunakan tekanan dan sentuh pada punggung dapat menimbulkan relaksasi pada otot punggung, mekanisme relaksasi dapat menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis sehingga dapat terjadi pelepasan endorphin, vasodilatasi sistemik serta penurunan kontraktilitas yang terjadi akibat peningkatan aktivitas sistem saraf parasimpatis yang mengeluarkan neurotransmitter asetilkolin yang dapat menghambat depolarisasi SA node dan AV node yang sehingga terjadi penurunan aktivitas sistem saraf simpatik dan menimbulkan dampak penurunan kecepatan denyut jantung, curah jantung dan volume sekuncup sehingga terjadi penurunan tekanan darah vasodilatasi diameter arteriol (Menurut Salikin :2014).

Slow stroke back massage adalah teknik pijat yang dilakukan dengan pijatan yang memanjang, perlahan serta gerakan stroking menggunakan dua tangan secara bersamaan dan berulang dari daerah sacral ke daerah cervical pada tulang belakang. Slow stroke back massage juga dilakukan dengan teknik mengusap kulit klien secara perlahan lahan dan berirama dengan menggunakan kecepatan 60 kali per menit. Kedua tangan menutup suatu area yang lebarnya 5 cm pada kedua sisi tonjolan tulang belakang. Tindakan pijat Slow stroke back massage pada klien dengan penyakit terminal terbukti menurunkan tekanan sistolik dan diastolik (Potter & Perry, 2011).

Berdasarkan uraian data review diatas menunjukkan bahwa terapi slow stroke back massage efektif menurunkan tekanan darah sistole dan diastole pada lanjut usia, dan dengan penggunaan terapi farmakologi ini dapat menekan dan mencegah terjadinya komplikasi lanjut serta munculnya penyakit baru akibat penggunaan zat kimia dalam waktu panjang. sehingga penulis tertarik melakukan penelitian terapi non farmakologi yaitu “ Pengaruh Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada penderita hipertensi lanjut usia” Hal ini dapat mencegah terjadinya penyakit lain atau baru akibat komplikasi pada penderita hipertensi

lanjut usia akibat penggunaan zat kimia dari obat farmakologi.

TUJUAN

Untuk menganalisis pengaruh Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Lanjut Usia dengan metode systematic review.

MOTODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian dengan teknik systematic review pencarian instrument artikel menggunakan (PICO) *problem, intervention, comparison, outcome,* Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penderita hipertensi lanjut usia dari middle age hingga old dengan usia 45 tahun-≤ 75 tahun, intervensi yang digunakan yaitu terapi slow stroke back massage dengan menggunakan 7 artikel atau jurnal yang bersifat kuantitatif baik nasional maupun internasional dan sudah terindex.

Untuk Pencarian di google Scholar dengan kata kunci Slow Stroke Back Massage, tekanan darah, hipertensi, lanjut usia ditemukan 73 artikel, artikel tidak sesuai dengan populasi sampel 30 selanjutnya dilakukan pengecekan index artikel menggunakan nama artikel, ISSN, dan publisher di portal garuda didapatkan artikel yang terindex 20 artikel, artikel dan yang tersedia full texs 15, artikel tidak dapat di download 5 artikel, disesuaikan dengan kriteria inklusi sebanyak 4 artikel, pencarian PubMed yaitu: Back Massage, blood pressure, hypertension, elderly. Sehingga peneliti dapat menemukan 80 artikel, setelah dispesifikan pada tahun terbaru terdapat 30 artikel, untuk mengakses artikel yang tidak berbayar masuk ke menu filters dengan akses free full text dan 10 years didapatkan hanya 9 artikel, 9 artikel tersebut disesuaikan dengan kriteria inklusi dan eksklusi terdapat 3 artikel.

HASIL PENELITIAN

A. Berdasarkan intervensi dan hasil tekanan darah

Penulis	Metode	Intervensin	Tekanan darah	Penurunan
Dwinta Nike Kusumaningtyas, Diah Ratnawati (2018)	Quasi experiment dengan control grub	intervensi SSMB dengan pemberian terapi selama 12 kali pertemuan dalam waktu 3 minggu, selama 10 menit setiap tindakan dengan	Control Sistole Per : 166,13 Post :161,73 Turun: 4,4 Diastole pre : 92,60 Post : 93,00 Naik :0,4 Intervensi Systole pre :154,60 Post :149,33 Turun : 5,27 Diastole pre :93, 27 Post : 88, 00	Pada kelompok intervensi mengalami penurunan yang tajam dimulai pada terapi ke 6 setelah diberikan terapi Slow Stroke Back Massage dan hari selanjutnya terus mengalami penurunan hingga terapi ke 12, penurunan ini juga dipengaruhi oleh obat antihipertensi, penurunan yang

				lambat sendiri karena responden tidak bisa menjaga pola makan.
Thomas Ari Wibowo(2018)	Pre experiment dengan satu kelompok	Menggunakan gerakan sirkuler menggunakan ibu jari,dan gerakan meremas otot punggung dengan tekanan dari bahu ke punggung dengan waktu 16 menit setiap satu kali pertemuan selama 1 bulan dengan tindakan 6 kali perhari kali tindakan.	Intervensi Systole pre: 156,00 Post :146,00 Turun :10 Diastole pre: 92,00 Post: 85,00 Turun : 6,6	Penurunan tekananan darah dengan Terapi Slow Stroke Back Massage mulai terjadi penurunan dari hari ke 3, dan terus menurun hingga hari selanjutnyapenurunan tekanan darah yang maksimal populasi dianjurkan untuk melakukaan diet rendah garam,dan menjaga pola 30 makan karena penelitian ini dalam menurunkjan tekanan darah tidak dibantu obat antihipertensi,sehingga membutuhkan waktu lebih lama dalam terapi slow stroke back massage.
Pipit Septiari, Dyah Restuning(2017)	Case study Pengambilan sampel menggunakan teknik Nonprobability	Pijat SSMB dengan gerakan pijat lembut pada punggung dengan gerakan stroking Pengukuran tekanan darah dilakukan setiap awal dan akhir sesi setelah sampel diberikan perlakuan, yakni sebanyak 6 kali dalam rentan waktu 3 hari selama satu minggu. Setelah dilakukan pemijatan	Intervensi Systole pre :140,00 Post:135,00 Turun : 5,00 Diastole pre :100,00 Pos :37,00 Turun : 33,00	Pada hipertensi derajat 1 yang kooperatif, memiliki tekanan darah sistolik 140-159 mmHg dan tekanan darah diastolik 90-99 mmHg, tidak sedang mengkonsumsi obat antihipertensi,dan tidak ada penyakit komplikasi penurunan terjadi disetiap pasien penurunan masing masing sebanyak 135,tetapi terdapat satu

		slow stroke back massage		pasien yang penurunannya sangat sedikit dipengaruhi faktor diet, berat badan, dan gaya hidup. Pada laki-laki lebih sering mengalami kenaikan tekanan darah karena adanya perubahan struktur pada pembuluh darah besar yang mengalami penebalan pada arteriolenya
Anastasi Widyo Retno, Dian Prwesti (2012)	Pre eksperimen dengan satu kelompok	Pijat SSMB dengan gerakan pijat lembut pada punggung dengan gerakan stroking dilakukan dilakukan dengan 3 interval per hari selama 15 menit oleh fisioterapi selama 6 hari, hari ke 7 dilakukan pengukuran tekanan darah.	Intervensi Systole pre :179,00 Post:140,00 Turun : 39 Diastole pre :100,00 Pos :90,00 Turun : 10	Penurunan sangat drastis dimulai dari hari ke 3, penurunan ini dipengaruhi oleh obat antihipertensi serta dilakukan oleh ahli fisioterapi yang sudah berpengalaman, dan pemberian motivasi oleh perawat motivasi untuk mengurangi kecemasan pada penderita hipertensi, sehingga penurunan terjadi dalam waktu yang cepat.
Mohebbi Z, Moghadasi Homaypuni, K,Nikou Mh (2014)	Clinical trial, Control grub	intervensi SSMB dengan teknik pijat dari belakang bahu ke pinggang dengan gerakan kompresi dengan menekan otot, dan melepas tekanan, dilanjutkan dengan gerakan dorongan menggunakan ibu jari,selanjutnya	Control Sistol pre :140,97 Post :139,00 Turun : 1,97 Diastole pre :90,90 Post: 91,36 Naik :0,46 Intervensi Intervensi Systole pre :141,28 Post:133,60 Turun : 7,68 Diastole pre :94,00	Pemberian tindakan selama 12 sesi mengalami penurunan setiap kali selesai tindakan terapi Slow Strok Back Massage pada sesi ke 2 sudah mengalami penurunan, penurunan ini tidak terjadi secara drastis tetapi penurunan penurunan

		gerakan meremas pada bagian punggung dan sirkuler dari bahu ke pinggang dilakukan selama 5 menit, selama 6 minggu, tekanan darah dicatat setiap 2 kali per minggu, hingga menjadi 12 tahap	Post :86,42 Turun :8,00	terjadi secara pelan pelan di setiap tahap, penurunan ini tidak dipengaruhi obat antihipertensi, maupun aktivitas lain sehingga penurunan terjadi secara pelan pelan dan penurunan yang lambat ini sendiri dipengaruhi oleh faktor lain dari responden meliputi: terdapat riwayat penyakit hipertensi, diabetes mellitus,dan kondisi penyakit pendukung lainya.
M. Mohmou, Azza A. Elaziz (2020)	Clinical trial,control grub	Intervensi dilakukan oleh fisioterapi dari leher ke leher ke punggung bawah kesakral, dengan gerakan kompresi atau gerakan menekan dan dan meremas, gerakan ini dilakukan berulang ulang dari atas turun kebawah dengan menggunakan minyak zaitun	Control Systole pre :147,167 Post : 147,833 Turun : 0,66 Diastole pre :90,166 Post :60,666 Turun: 29,66 Intervensi Systole pre :146,333 Post :129,500 Turun :19,667 Diastole pre :89,666 Post :78,666 Turun : 10,99	Penurunan tekanan darah terjadi pada hari ke 2, penurunan sendiri dipengaruhi oleh minyak zaitun yang digunakan pada terapi Slow Stroke Back Massage karena minyak zaitun sendi dapat mempengaruhi tekanan darah karena mengandung nitrit oksidan yang dapat aktif melancarkan pembuluh darah, dan penurunan sendiri dipengaruhi oleh dosis, waktu pemberian, serta penggunaan obat antihipertensi.

Dr. K.Ramu, Dr. Barathi(2018)	Quasi eksperimen dengan control grub	Pijat SSMB dengan gerakan pijat lembut pada punggung dengan gerakan stroking dilakukan dilakukan dengan 3 interval per hari selama 15 menit oleh fisioterapi selama 6 hari, hari ke 7 dilakukan pengukuran tekanan darah	Control Systole pre : 146,2 Post : 142,2 Turun :4 Diastole pre : 85 post : 82 turun : 3 Intervensi Systole pre :152,8 Post :140,0 Turun :8,8 Diastole pre : 90,0 Post : 82,9 Turun :8	Tekanan darah sudah mengalami penurunan dari tindakan yang ke 2, penurunan yang cepat dipengaruhi oleh responden yang menggunakan obat antihipertensi serta terapi yang dilakukan oleh fisioterapi ,dan dukungan perawat berupa pendidikan kesehatan masalah hipertensi yang dilakukan oleh perawat pada hari pertama diagnosis hipertensi, serta diet yang mendukung yang dilakukan oleh ahli gizi.

Dari hasil tabel menunjukkan bahwa terapi *Slow Stroke Back Massage* terhadap tekanan darah pre post pada penderita hipertensi lanjut usia didapatkan hasil bahwa terapi Slow *Stroke Back Massage* dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi lanjut usia, dari hasil analisis yang didapatkan bahwa intervensi slow stroke back massage yang dilakukan setiap hari selama 10-15 menit efektif dapat menurunkan tekanan darah, dan penggunaan obat antihipertensi yang bersamaan dengan terapi *Slow Stroke Back Massage* lebih cepat menurunkan tekanan darah sehingga tidak terlalu banyak membutuhkan waktu tindakan terapi, tetapi untuk menurunkan tekanan darah tanpa obat antihipertensi hanya dengan menggunakan terapi slow stroke back massage juga efektif menurunkan tekanan darah dibuktikan pada artikel 3 dan 5 jika populasi dapat mengontrol pola makan dan diet rendah garam maka penurunan akan lebih cepat, penggunaan minyak zaitun saat terapi Slow Stroke Back Massage sendiri mempunyai keefektifan yang besar karena minyak zaitun sendiri dapat melebarkan dan melancarkan pembulu darah sehingga tekanan darah bisa berkurang, dan dukungan perawat maupun pendidikan kesehatan yang diberikan perawat mengenai hipertensi juga berpengaruh terhapat populasi agar dapat mengotrol tekanan darah, serta pemberian terapi yang dilakukan oleh fisioterapi juga efektif

menurunkan tekanan darah dengan cepat hal ini karena fisioterapi sudah berpengalaman dan sudah paham mengenai massge, terdapat beberapa hal yang mempengaruhi ketidak efektifan terapi *slow stroke back massage* sendiri dipengaruhi oleh pola makan yang tidak tepat, kurangnya pegetahuan pada populasi mengenai tekanan darah, pendidikan juga berpengaruh karena semakin tinggi pendidikan maka akan semakin mudah populasi responden memahami tentang materi yang diberi

B. Hasil Ekstraksi

No	Jurnal	Analisis data	Hasil
1	Efektifitas Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia di RW 001 Kelurahan Jombang Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan	Hasil penelitian dengan T-test menunjukkan nilai yang signifikan antara pre-post sistol kelompok intervensi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan signifikan antara pre-post diastol kelompok intervensi sebesar 0,000 ($p<0,05$) Hasil pada kelompok kontrol menunjukkan nilai yang tidak signifikan pada pre-post sistol dengan p value 0,197 ($p>0,05$) dan nilai yang tidak signifikan pada pre-post diastol dengan nilai p value 0,334 ($p>0,05$).	Terdapat pengaruh slow stroke back massage dalam mengatasi tekanan darah pada lansia
2	Pengaruh Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi Lansia	Setelah dilakukan analisis pada kelompok intervensi didapatkan hasil analisa bivariat dengan uji Paired t Test diperoleh nilai significance P value = 0,000 atau <0,05.	Terdapat pengaruh yang bermakna dari Slow Stroke Back Massage terhadap penurunan hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Samarinda.
3	Pengaruh Slow Stroke Back Massage (SSBM)	Berdasarkan hasil penelitian didapatkan perbedaan tekanan darah yang signifikan setelah dilakukan pengukuran sebanyak 3 kali,	SSBM berpengaruh signifikan terhadap tekanan darah menopause yang menderita Hipertensi sebelum dan sesudah

	Terhadap Tekanan Darah Menopause Penderita Hipertensi	dibuktikan dengan uji statistik Friedman test, menunjukkan p value = 0,000 < 0,05.	dilakukan intervensi.
4	Pengaruh Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Derajat 1 Di Panti Wreda Omega Semarang	Data yang ditunjukkan menjelaskan bahwa 4 responden mengalami penurunan nilai tekanan darah sistolik sebesar 4 dan 5 mmHg atau dengan nilai mean sebesar 4,5 mmHg, tekanan darah diastolik juga menurun pada 4 responden dalam rentan nilai 2-6 mmHg dengan nilai mean sebesar 3,75 mmHg. Nilai mean menurun dari hari kedua tetapi masih dalam pengaruh baik.	Ada pengaruh terapi slow stroke back massage terhadap perubahan tekanan darah penderita hipertensi ditunjukkan dengan ada penurunan nilai dari responden.
5	The Effect of Back Massage on Blood Pressure in the Patients with Primary Hypertension in 2012-2013: A Randomized Clinical Trial	Pengukuran dengan kelompok kontrol dengan pengukuran annova menunjukkan terdapat perbedaan signifikan secara statistik (p< 0,001) Untuk pengukuran kelompok,waktu dan waktu terhadap tekanan darah sistolik dan diastolic pada kelompok dinilai menggunakan pengukuran berulang Anova dapat menurunkan sistolik dan tekanan darah diastolic signifikan secara klinis pada kelompok intervensi.	Hasil yang menunjukkan keefektifan slow stroke back massage pada pasien .

6	Effect Of Manual Therapy Back Massage In Hypertensive Patient	Perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolic arteri telah dibandingkan dengan kelompok sampel control pre dan post intervensi menggunakan ANOVA menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dengan (p<0,001) pada tekanan darah sistol dan diastole.	Hasil yang diperoleh dalam jurnal ini menunjukkan keefektifan terapi manual dalam menurunkan tekanan darah menggunakan teknik slow stroke back massage manual
7	A Study to assess the effectiveness of Slow Stroke Back massage on Anxiety level, Heart rate and Blood pressure among Hospitalized Hypertensive patients at selected Hospitals Tumku	Hasil Analisis menggunakan T-test Pada kelompok kontrol nilai sistole pre- post :146-142 mmhg,nilai diastole pre-post 85,1-80,2 mmhg,pada kelompok eksperimen tekanan diastole pre-post 90 ,0-82,9 mmhg dengan nilai p- value:0,001 dan pada systole rata- rata pre 152,8 mmhg dengan nilai t 19,23 dengan signifikansi p:0,001	Data statistik menunjukkan terdapat pengaruh signifikan terapi slow stroke back massage terhadap penurunan tekanan darah sistole dan diastole pada kelompok eksperimen

Hasil tabel diatas dari 7 jurnal yang sudah dianalisis menggunakan table ekstraksi dengan teknik literature review didapatkan dengan hasil yang sama pada setiap jurnal bahwa Terapi slow stroke back massage berpengaruh efektif dapat menurunkan tekan darah pada penderita hipertensi lanjut usia dengan menurunya nilai tekanan darah antara sistole dan diastole pada penderita hipertensi.

PEMBAHASAN

Pembahasan dalam penelitian ini menjelaskan mengenai hasil penelitian serta menghubungkan dengan rumusan masalah dan membandingkan dengan teori dan hasil yang ada, Penelitian ini yaitu pengaruh terapi Slow Stroke back massage pada penderita hipertensi lanjut usia penelitian dengan systematic review dengan menggunakan sumber pencarian artikel pada Google Scholar, Pubmed, Garuda, SJR, DOAJ dan Scopus. Artikel yang ditemukan bersifat kuantitatif pada responden dengan masalah hipertensi lanjut usia dengan pembahasan sebagai berikut :

1. Karakteristik Responden

Responden penelitian menggunakan riview ini yaitu pada penderita Hipertensi lanjut usia dengan kriteria tekanan darah sistolik 140 mmhg atau lebih dan diastole lebih dari 90 mmhg pada lanjut usia dengan kriteria lanjut usia middle age hingga old dari usia

45 tahun - ≤ 70 tahun yang berjenis kelamin perempuan dan laki-laki dengan jumlah literature review, pada artikel pertama dengan populasi usia 45-90 tahun, pada artikel ke 2 dengan usia 60- >90 tahun, pada artikel ke 3 50 -55 tahun, pada artikel ke 4 dengan usia 45 -56 tahun dan artikel ke 5 pada usia Usia 45-70 tahun,pada artikel ke 6 yaitu pada 39 usia 45-60 dan artikel terakhir pada usia 45-60 tahun.Usia sendiri mempengaruhi penurunan tekanan darah karena semakin tinggi

usia maka semakin lambat pula penurunan tekanan darah menggunakan terapi slow stroke back massage (Andi Jayawardhana :2017).

2. Metode penelitian

Metode penelitian menggunakan desain Quasi Eksperimen berjumlah 2 dan dengan menggunakan pre eksperimen berjumlah 2, Clinical Trial 2 dan Repeated Measures Experiment 1 dengan jumlah total 7 metode dari 7 artikel. Eksperimen ini untuk mengetahui hubungan sebab akibat dalam hipotesis .Metode sampel yang digunakan pada literature review ini yang paling banyak menggunakan metode simple random sampling berjumlah 5 desain dan Purposive Sampling sebanyak 2 desain. Penelitian dari review artikel ini menggunakan Analisis Uji T-Test untuk menguji kebenaran atau kepalsuan hipotesis sebanyak 2 uji, menggunakan Analisis Uji Wilcoxon yang sebanyak 1,Uji Statistik Friedman Test untuk mengetahui perbedaan lebih dari dua kelompok sampel sebanyak 1,Uji Dependen untuk mengetahui rata rata pada kelompok sebanyak 1 uji dan dengan Anova untuk menguji hipotesis sebanyak 2 analisis.

3. Terapi Slow Stroke Back Massage

Pada penelitian ini dengan teknik literature review menggunakan intervensi terapi Slow Stroke Back Massage Slow stroke back massage adalah tindakan pijat punggung dengan menggunakan usapan dengan perlahan selama 3 – 10 menit (Potter & Perry, 2011). Slow stroke back massage adalah teknik pijat yang dilakukan dengan pijatan yang memanjang, perlahan dan gerakan meluncur serta gerakan stroking menggunakan dua tangan secara bersamaan dan berulang dari daerah sacral ke daerah cervical pada tulang belakang. Slow stroke back massage dapat digunakan dengan beberapa teknik salah satunya yaitu dengan dengan mengusap pada bagian kulit klien secara perlahan dan berirama dengan waktu kecepatan 60 kali per menit. selanjutnya pada Kedua tangan menutup area pada kedua sisi tonjolan tulang belakang dengan lebarnya 5 cm. Tindakan pijat Slow stroke back massage pada klien dengan penyakit terminal terbukti menurunkan tekanan sistolik dan diastolik (Potter & Perry, 2011).

Terapi Slow stroke back massage dengan gerakan sentuhan dan penekanan pada kulit area punggung yang memberikan efek relaksasi pada otot, tendon serta pada ligamen sehingga dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis untuk merangsang pengeluaran neurotransmitter asetilkolin. sehingga menimbulkan Efek penurunan tekanan darah dari slow stroke back massage yang didapatkan dari peningkatan vasodilatasi pembuluh darah dan getah bening, hal ini meningkatkan level serotonin, sehingga dapat mengurangi sekresi pada hormon katekolamin serta dapat mengurangi rasa nyeri kepala akibat hipertensi, sehingga terapi ini dapat

mencegah komplikasi lebih lanjut (Arifin, 2012).

4. Tekanan darah

Untuk mengetahui hasil tekanan darah sebelum dan sesudah terapi slow stroke back massage dalam review artikel ini yaitu didapatkan hasil bahwa terapi slow stroke back massage dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi lanjut usia dengan penuruna tekanan darah tertinggi pada artikel 6 terjadi penurunan pada kelompok intervensi dengan metode clinical trial dengan control group, pada kelompok intervensi systole pre-post sebanyak 146,333 post 129,00 dengan nilai rata rata penurunan sebanyak 34,00 Selanjutnya disusul oleh artikel ke 7 yang mempunyai penurunan terbesar pada kelompok intervensi yaitu pre 152,8 post 140,0 dengan rata-rata penurunan sebanyak 12,8 pada diastole pre 90,0 post 82,9 dengan penurunan rata-rata 8,2. Selanjutnya penurunan pada artikel ke 2 dengan desain pre eksperimen dengan one group pre-post 156,00 -146,00 dengan nilai penurunan rata rata pada sistole sebanyak 10,00 pada diastole pre-post dari 92,00 turun 85,00 dengan nilai penurunan rata-rata 7,0. Penurunan selanjutnya pada artikel ke 5 dengan metode clinical trial penurunan yang signifikan terjadi pada kelompok intervensi sistole pre-post 141,28 - 133,60 dengan nilai rata-rata yaitu 7,68 pada diastole pre-post 93,86 - 86,42 dengan penurunan rata-rata 8,00,dilanjut dari artikel ke 4 dengan penurunan tertinggi, dengan nilai sistole pre-post yaitu 140,00 menjadi 135,00 dengan nilai penurunan sebanyak 5,00 dan nilai sistole pre-post yaitu 100 menjadi 76,00 dengan nilai penurunan sebanyak 10,00 hal ini tidak dipengaruhi oleh penggunaan obat anti hipertensi,selanjutnya pada artikel ke 3 dengan menggunakan eksperimen berulang sebelum pre 151,10 post tahap 147,67 dengan penurunan pertama 3,42, post tahap 2 144,37 dengan penurunan 3,4, post tahap 3 142,04 mengalami penurunan rata rata 0,54,dapat disimpulkan bahwa terapi slow stroke back massage dapat menurunkan tekanan darah terakhir artikel pertama dengan penurunan pada kelompok intervensi systole pre 152,60 post 149,33 post 149,33 dengan penurunan 3,27 pada diastole pre 93,27 dan post 88,00 dengan penurunan 5,27.

Dari beberapa artikel yang sudaha dianalisis faktor lain yang mempengaruhi penurunan tekanan darah sendiri dipengaruhi oleh penggunaan obat antihipertensi yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah(Depkes :2016), makanan, aktivitas fisik, penggunaan minyak zaitun sehingga memudahkan gerakan serta minyak ini dapat menurunkan tekanan darah karena mengandung nitrit oksida aktif yang dapat membuka dan melancarkan pembuluh darah (Dr.Rizle:2018) dan pemberian terapi yang tepat sesuai dosis serta diberikan oleh orang yang sudah profesional seperti fisioterapi**.**

5. Hasil Ekstraksi

Hasil review pada tabel ekstraksi dari 7 artikel didapat bahwa terapi slow stroke Back massage efektif dapat menurunkan tekanan darah pada sistole dan diastole pada masalah hipertensi lanjut usia,dari ke 7 artikel yang telah direview peneliti setiap artikelnya menunjukan keefektifan terapi slow stroke back massage terhadap

penurunan tekanan darah pada sistole dan diastole.hipertensi pada artikel yang telah direview yaitu rata rata pada sistole mengalami penurunan sebesar 10 mmhg,pada diastole mengalami penurunan 92 mmhg setelah dilakukan intervensi . Hasil penelitian tersebut sejalan tersebut sama (N, Kumar, Gowda, & Bharathi, 2018).

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi slow stroke back massage berpengaruh efektif menurunkan tekanan darah sistole serta pada penelitian ini juga menemukan bahwa SSMB juga dapat menurunkan tingkat kecemasan serta dapat menjaga denyut jantung Menjaga denyut jantung dan frekuensi jantung penelitian tersebut mempunyai hasil yang sama dengan hasil penelitian terdahulu yaitu Penelitian Meek & Smeltzer didapatkan hasil bahwa implikasi tindakan keperawatan terapi Slow Stroke Back Massage dapat menurunkan tekanan darah hingga frekuensi jantung dan suhu tubuh (Smeltzer, 2012).

Penelitian oleh (Healey, 2011). Mengenai Pengaruh slow stroke back massage terbukti dapat meningkatkan level dari serotonin, yang dapat mengurangi efek psikis dari stress dan dapat menurunkan tekanan darah pada hipertensi hipertensi dan mempengaruhi hormon Hormon norepinefrin dan epinefrin pada medula adrenal yang dilepaskan oleh kelenjar adrenal ke dalam darah. Kedua hormon ini meningkatkan respon “fight or flight” untuk mengurangi stress sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Beberapa Faktor Yang mempengaruhi hipertensi meliputi, jenis kelamin, adat kebiasaan, pekerjaan, dan ras atau suku daya tahan tubuh terhadap penyakit, genesis, umur, jenis.faktor lain yang dapat menyebabkan hipertensi yaitu , makanan yang berlebih, merokok, terlalu banyak minum alkohol, konsumsi garam, stres.

Tindakan Slow Stroke Back Massage Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita(Muhammadun 2020; 43-74). Ian Fredy (2011) dengan judul “Pengaruh Pemberian Massage Punggung terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi” dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa orang yang rentang terhadap hipertensi adalah pada responden dengan usia > 40 tahun sebanyak 40% dikarenakan berkurangnya elastisitas arteri, kekakuan pada pembuluh darah dan adanya pengaruh hormon Akibat ketidak efektifan elastisitas dan terjadinya kekakuan pada pembuluh darah berdampak pada tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik meningkat (Kozier, 2011).

Sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggara dan Prayitno (2013) mengenai faktor-faktor yang berhubungan terhadap tekanan tekanan darah di puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat tahun pada tahun 2012 pada 34 responden menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi hipertensi adalah usia terutama pada usia >40 tahun dengan jumlah 55,9% Berdasarkan pembahasan tersebut dapat ditemukan beberapa implikasi secara teoritisdari hasil penelitian pengaruh Slow Stroke Back Massage dapat digunakan sebagai pengobatan alternatif non farmakologi atau komplementer untuk menerapkan intervensi atau pengobatan bagi penderita hipertensi baik dilakukan secara mandiri oleh penderita hipertensi atau dapat diterapkan sebagai asuhan keperawatan pada intervensi pasien hipertensi hal ini

dapat menekan serta mengurangi angka kesakitan pada penderita hipertensi lanjut usia di Indonesia .Terapi Slow Stroke Back Massage ini dapat digunakan untuk mencegah komplikasi lanjut pada penderita hipertensi lanjut usia yang mengalami kemunduran sistem tubuh yang akan lebih mudah mengalami komplikasi akibat penggunaan zat kimia dalam jangka panjang atau penggunaan melebihi dosis pada terapi farmakologi.

KESIMPULAN

Dari hasil Penelusuran dari beberapa sumber artikel literature review terhadap 7 artikel nasional maupun internasional yang sudah terindex dapat ditarik kesimpulan bahwa

1. Dari hasil analisis pada ke 7 artikel menunjukkan Intervensi Terapi slow stroke back massage sebelum dilakukan terapi slow stroke back massage rata rata tekanan darah pada sistol sebelumnya lebih dari 145 -160 mmhg dan pada diastol rata rata lebih dari 90-100 mmhg.
2. Setelah dilakukan tindakan terapi slow stroke back massage terhadap penurunan dengan rata rata setiap artikel dari sistolik dari 140 mmhg turun 135 mmhg dan diastole dari 90 mmhg turun menjadi 70 mmhg.
3. Keefektifan terapi slow stroke back massage akan lebih efektif apabila terapi ini dilakukan setiap hari selama 7 hari atau lebih dengan batas waktu 6-15 menit setiap kali pertemuan.
4. Keefektifan terapi slow stroke back massage untuk penurunan tekanan darah hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor meliputi Pemberian intervensi SSMB yang tepat sesuai dengan dosis dan waktu yang tepat, Makanan, aktivitas dan Gaya hidup.
5. Masalah hipertensi sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu meliputi usia, jenis kelamin,gaya hidup ,Gen dll.
6. Intervensi terapi Slow Stroke back massage ini dapat digunakan sebagai asuhan keperawatan pendukung pada intervensi untuk untuk meminimalisir komplikasi lanjut.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat diberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi perawat Diharapkan hasil penelitian ini dapat diterapkan sebagai asuhan keperawatan pendamping untuk melakukan terapi penurunan tekanan darah, dan dapat digunakan sebagai pembanding asuhan pemberian intervensi yang satu dengan yang lain khususnya pada terapi non farmakologi terhadap tekanan darah.
2. Bagi Fakultas UNW Diharapkan hasil analisis penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pengajar dan referensi pada mahasiswa keperawatan baik mata kuliah terapi komplementer maupun keperawatan medikal bedah maupun pemberian intervensi pada pasien saat melaksanakan praktek.
3. Bagi peneliti selanjutnya Diharap dari hasil review yang telah dibuah peneliti dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta pengalaman

penulis untuk mengembangkan diri dibidang ilmu keperawatan khususnya mengenai terapi non farmakologi slow stroke back massage pada hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

Jayawardhana, A. (2018). Efektifitas Slow Stroke Back Massage Terhadap Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, *vol 1*, 48–57.

Kusumoningtyas, D. N., & Ratnawati, D. (2018). Efektifitas Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia di RW 001 Kelurahan Jombang Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, *2*(2), 39–57. https://doi.org/10.46749/jiko.v2i2.15

Mahmoud, A. M., Elaziz, A. A., Nahas, N. G. El, & Abdel-azim, M. A. (2020). *Effect Of Manual Therapy Slow Stroke Back Massage In Hypertension*. (4), 1–5.

Mohebbi, Z., Moghadasi, M., & Homayouni, K. (2014). *The Effect of Slow Stroke Back Massage on Blood Pressure in the Patients with Primary Hypertension in 2012-2013 : A Randomized Clinical Trial*. *2*(4), 251–258.

N, K. R. M. S. C., Kumar, Y., Gowda, S., & Bharathi, M. (2018). *A Study to assess the effectiveness of Slow Stroke Back massage on Anxiety level, Heart rate and Blood pressure among Hospitalized Hypertensive patients at selected Hospitals Tumkur*. *7*(5), 87–93. https://doi.org/10.9790/1959-0705018793

Suzanne C. Smeltzer, B. G. B. (2013a). *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah Volume 1 - Brunner dan Suddarth*. Retrieved from http://oasis.iik.ac.id/library/index.php?p=show_detail&id=5163

Wibowo, T. A. (2018). Pengaruh Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi Lansia. *Jurnal Keperawatan*, *2*(2), 119–131. Retrieved from http://ir.obihiro.ac.jp/dspace/handle/10322/3933

Yuniarti, A. I., Dewi, E. S., Wiyata, K., Husada, M., Kebidanan, A., Mitra, W., & Nganjuk, H. (2019). Pengaruh Slow Stroke Back Masage (SSBM) Terhadap Tekanan Darah Menopause Penderita Hipertensi. *Conference on Innovation and Application of Science and Technology*, (Ciastech), 171–176. Retrieved from http://www.ojs.akbidylpp.ac.id/index.php/Prada/article/view/464

Jayawardhana, A. (2018). Efektifitas Slow Stroke Back Massage Terhadap Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, *vol 1*, 48–57.

Mahmoud, A. M., Elaziz, A. A., Nahas, N. G. El, & Abdel-azim, M. A. (2020). *Effect Of Manual Therapy Slow Stroke Back Massage In Hypertension*. (4), 1–5.

Mohebbi, Z., Moghadasi, M., & Homayouni, K. (2014). *The Effect of Slow Stroke Back Massage on Blood Pressure in the Patients with Primary Hypertension in 2012-2013 : A Randomized Clinical Trial*. *2*(4), 251–258.

N, K. R. M. S. C., Kumar, Y., Gowda, S., & Bharathi, M. (2018). *A Study to assess the effectiveness of Slow Stroke Back massage on Anxiety level, Heart rate and Blood pressure among Hospitalized Hypertensive patients at selected Hospitals Tumkur*. *7*(5), 87–93. https://doi.org/10.9790/1959-0705018793