

**PENGARUH PEMBERIAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE*
DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI
DI KELURAHAN GENUKHARJO
KABUPATEN WONOGIRI**

NASKAH PUBLIKASI



Oleh :

Alfi Winardiyanto

NIM ST182002

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS
KUSUMA HUSADA
SURAKARTA
2020**

Alfi Winardiyanto

**PENGARUH PEMBERIAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE*
DAN AROMATERAPI MAWAR TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI
DI KELURAHAN GENUKHARJO
KABUPATEN WONOGIRI**

Hipertensi merupakan gangguan pada sistem sirkulasi dimana keadaan tekanan darah mengalami peningkatan diatas normal yaitu ≥ 140 mmHg untuk tekanan sistolik dan atau ≥ 90 mmHg untuk tekanan diastolic secara terus-menerus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian *slow stroke back massagedan* aromaterapi mawar terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensidi Kelurahan Genukharjo Kabupaten Wonogiri.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian pra eksperimen dengan menggunakan rancangan perbandingan kelompok statis (Static Group Comparison).Populasi dari penelitian ini berjumlah 36 yang terbagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok kontrol dan perlakuan.

Hasil pengukuran tekanan darah sebelum penatalaksanaan pada kelompok perlakuan rata-rata siastole 170 mmhg dan diastole 100 sedangkan kelopak kontrol 170mmhg dan diastole 100 mmhg,Sesudah penaktalaksaan pada kelompok perlakuan siastole 160 mmhg,diastole 90 mmhg didapatkan pada kelompok kontrol siastole 170mmhg diastole 100 mmhg. Hasil uji statistik menggunakan *Uji Wilcoxon*, menunjukkan bahwa pemberian *Slow Stroke Back Massage* dan aromaterapi mawar di dapatkan *P-Value* = 0,000. Sedangkan pemberian jus mentimun didapatkan *P-Value* = 0,0175. Kemudian dialkukan uji *Man-Whitney* didapatkan sistol *P-value* =0,000 dan diastole *P*=0,0005 Sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.

Kesimpulan penelitian terdapat pengaruh pemberian *Slow Stroke Back Massage* dan aromaterapi mawar terhadap tekanan darah pada lansia. Sehingga penilitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk melakukan intervensi menurunkan tekanan darah pada lansia.

Kata kunci : Hipertensi, *Slow Stroke Back Massage*, Aromaterapi Mawar
Daftar pustaka : 2011-2020

Alfi Winardiyanto

**EFFECT OF ADMINISTRATION OF LOW STROKE BACK
MASSAGE AND ROSE AROMATHERAPY ON BLOOD
PRESSURE OF THE ELDERLY WITH
HYPERTENSION AT GENUKHARJO
WARD, WONOGIRI REGENCY**

Hypertension is a blood circulation system disorder in which the blood pressure increases above normal level, namely the systole which is greater than or equal to 140 mmHg and the diastole which is greater than or equal to 90 mmHg continuously. The objective of this research is to investigate effect of administration of slow stroke back massage and rose aromatherapy on blood pressure of the elderly with hypertension at Genukharjo Ward, Wonogiri Regency.

This research used the pre-experiment research method with static group comparison design. Its samples consisted of 36 respondents. They were divided into two groups, control group and treatment group.

The result of measurement of blood pressure prior to the administration of slow stroke back massage and rose aromatherapy shows that the systole and diastole of the treatment group were 170 mm hg and 100 mm hg respectively while those of the control group were 170 mm hg and 100 mm hg respectively. Following the administration, the systole and diastole of the treatment group were 160mmhg and diastole 90 mm hg respectively whereas those of the control group remained the same, 170mm hg and 100 mm hg. The result of the statistical test with the Wilcoxon's Test on the administration of Slow Stroke Back Massage and rose aromatherapy shows that the p-value was 0.000, while on the administration of cucumber juice the p-value was 0.0175. Then, the result of the Man-Whitney's Test shows that the p-value of the systole was 0.000 and the p-value of the diastole was 0.0005 meaning that that H_0 was not verified, but H_a was verified.

Thus, the administration of Slow Stroke Back Massage and rose aromatherapy on the blood pressure of the elderly with hypertension. The result of this research can be used as a reference to intervene blood pressure problem of the elderly.

Keywords: Hypertension, Slow Stroke Back Massage, rose aromatherapy

References: 2011-2020

1. PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan tahapan seseorang yang akan atau telah melebihi usia 60 tahun. Berdasarkan hasil sensus penduduk pada tahun 2016 jumlah lansia di Indonesia mencapai 22,04 juta jiwa dan diprediksikan pada tahun 2020 mencapai 27,08 juta jiwa, tahun 2025 mencapai 33,69 juta jiwa dan pada tahun 2030 mencapai 40,95 juta jiwa (Kemenkes RI, 2017).

Bertambahnya umur lansia mengalami perubahan fungsi tubuh seperti penurunan fungsi sel, penurunan fungsi musculoskeletal menyebabkan kehilangan densitas tulang dan terbatasnya pergerakan, kemunduran fisik, dan penyakit yang sering terjadi pada lansia hipertensi, diabetes mellitus, stroke, dan gout arthritis (Mariza, 2016).

Hipertensi merupakan gangguan pada sistem sirkulasi. Seseorang dikatakan hipertensi apabila keadaan tekanan darah mengalami peningkatan di atas normal yaitu ≥ 140 mmHg untuk tekanan sistolik dan atau ≥ 90 mmHg untuk tekanan diastolic secara terus-menerus (Windri, 2019).

World Health Organization (WHO) tahun 2018 menunjukkan 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun

2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi hipertensi dan komplikasi hipertensi (Susilaningsih, 2020). Prevalensi Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan menyatakan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% lebih tinggi dibandingkan tahun 2013 sebanyak 25,8% (Nurhahani, 2019).

Dampak dari hipertensi yakni kerusakan pada jantung karena penyempitan pembuluh jantung yang menyebabkan jantung koroner dan gagal jantung. Ginjal sebagai alat penyaring darah tidak berfungsi dengan semestinya karena mengalami nefrosklerosis benigna dan maligna yang menyebabkan permeabilitas dinding pembuluh darah menurun. Penyakit penyerta lain yang disebabkan oleh hipertensi yaitu diabetes mellitus, resistensi urin, hipertiroid dan menimbulkan Rematik (Yunia, 2019).

Penanganan hipertensi dengan terapi non farmakologik yang merupakan pengobatan yang tidak menggunakan obat-obat dengan bahan kimia, seperti halnya pengobatan komplementer. Pengobatan komplementer bersifat terapi pengobatan alami. Pengobatan kedokteran pada umumnya mengutamakan untuk menangani gejala penyakit, sedangkan pengobatan alami mengenai

penyebab penyakit serta memacu tubuh sendiri untuk menyembuhkan penyakit yang diderita (Jayawardansa, 2017). Salah satu penatalaksanaan non farmakologi hipertensi adalah terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) adalah salah satu terapi relaksasi berupa massage (pijatan) untuk menurunkan tekanan darah. Menurut penelitian Pinastika (2018) Slow Stroke Back Massage merupakan terapi massage (pijatan) yang membuat efek rileksasi pada otot, sehingga meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis untuk merangsang pengeluaran neurotransmitter asetilkolin. Neurotransmitter asetikolin selanjutnya menghambat aktivitas saraf simpatis sehingga terjadi vasodilatasi sistemik dan penurunan kontraktilitas otot jantung yang bermanifestasi pada penurunan kecepatan denyut jantung, curah jantung serta volume sekuncup yang pada akhirnya menyebabkan penurunan tekanan darah (Pinasthika, 2018). Menurut penelitian Puri tahun 2019 minyak atsiri bunga mawar di antaranya sitral, sitronelol, geraniol, linalol, nerol, eugenol, feniletil, alhohol, farnesol, nonil, dan aldehida. Menghirup aromaterapi akan meningkatkan gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu kita untuk rileks, hal tersebut dapat menurunkan aktifitas vasokonstriksi pembuluh

darah, aliran darah menjadi lancar sehingga menurunkan tekanan darah (Putri, 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan penulis, hasil wawancara dan pengukuran tekanan darah, di kelurahan Genukharjo, kecamatan Wuryantoro, kabupaten wonogiri beberapa lansia pada hari Sabtu tanggal 24 januari 2020 di kelurahan Genukharjo, kecamatan Wuryantoro, kabupaten wonogiri. Dilakukan pengukuran tekanan darah pada lansia didapatkan data sebanyak 70 orang lansia dengan tekanan darah rata – rata 150/100 mmHg di dapatkan sejumlah 26 lansia, 180/100 mmhg di dapatkan 24 lansia sedangkan untuk tekanan darah 200/110 mmhg di dapatkan 20 lansia.dan dari hasil pengamatan di dapati lansia yang meninggal karena hipertensi, dari puskesmas data yang di dapat dalam 1 bulan terakhir di dapat 4 lansia meninggal karena hipertensi.

Berdasarkan latar belakang di atas mendasari peniliti untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Slow Stroke Back Massage dan Aromaterapi Mawar Terhadap Tekanan Darah pada Lansia Dengan Hipertensi di Kelurahan Genukharjo Kabupaten Wonogiri.

2. PELAKSANAAN

a. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Genukharjo Kecamatan Wuryantoro Kabupaten Wonogiri . Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2020

b. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah responden lansia yang memiliki 56 lansia yang kemudian di hitung dengan rumus slovin sehingga mendapatkan 36 lansia yang kemudian di bagi menjadi 2 kelompok kontrol dan perlakuan.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasi experimental* dengan pendekatan *one group pretest and posttest design*.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan alat *easy touch* dalam satuan mg/dl , alkohol swab, stip uric acid untuk mengukur kadar asam urat responden, gelas ukur dan air putih.

Peneliti melakukan pengukuran kadar asam urat H-1 sebelum diberikan perlakuan dan menjelaskan kepada responden tentang perlakuan kombinasi latihan isometrik dan minum air putih, yang akan dilakukan selama 14 hari. Peneliti juga menjelaskan pada hari ke empat belas setelah selesai dilakukan tindakan, peneliti akan melakukan pengukuran kadar asam

urat kembali untuk mengetahui kadar asam urat responden.

Peneliti menggunakan *Uji Wilcoxon* untuk mengukur perbedaan sebelum dan sesudah diberikan kombinasi latihan isometrik dan terapi minum air putih.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisa Univariat

Tabel 1 Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Kelompok	n	Mean	Median	Min	Max	Std.deviasi
Perlakuan	18	67,66	69,00	55	80	7,970
Kontrol	18	68,61	70,00	55	80	7,934

Hasil penelitian menunjukkan bahwa memberikan informasi bahwa responden dengan usia lansia rata-rata 67,66 tahun pada kelompok perlakuan dengan usia tertinggi 80 tahun dan terendah 60 tahun. Responden dengan usia lansia rata-rata 68,61 tahun pada kelompok perlakuan dengan usia tertinggi 80 tahun dan terendah 60 tahun.

Berdasarkan penelitian Mariza (2017), bertambahnya usia fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degenerative (penuaan) sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada usia lanjut diantaranya hipertensi. Hal ini juga di dukung oleh penelitian Bihaimo (2020), semakin tua seseorang pengaturan metabolisme zat kapur terganggu sehingga

banyak zat kapur yang beredar bersamman darah. Banyak dalam darah menyebabkan darah semakin lebih padat sehingga tekanan darah semakin meningkat sehingga aliran darah terganggu.

Tabel 2 karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Perlakuan (n=18)		Kontrol (n=18)		Total (n=36)	
	F	%	F	%	F	%
Jenis Kelamin						
Laki-laki	5	27,8%	8	44,4%	13	36,1
Perempuan	13	77,2%	10	55,6%	23	63,8
Total	18	100%	18	100%	36	100%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa memberikan informasi bahwa rata-rata sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, yakni sebanyak 23 responden dengan persentase sebesar 63.8%

Tabel 3 karakteristik responden berdasarkan

Variabel	Perlakuan (n)		Kontrol (n)		Total (n)	
	F	%	F	%	F	%
Pekerjaan						
Petani/Pekebun	8	44,4%	7	38,9%	15	41,6
Tidak bekerja	10	55,5%	11	61,1%	21	58,3
Total	18	100%	18	100%	36	100%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa memberitahuakan bahwa sebagian besar rata-rata responden tidak

bekerja sebanyak 21 responden dengan presentase 58,3%.

Tabel 4 Tekanan darah sebelum pemberian

Kelompok	n	Mean	Median	Min	Max	Std.deviasi
Perlakuan Pre sistol	18	168,33	170,00	160	180	7,859
Pre diastole		97,77	100,00	90	100	4,277
Kontrol Pre sistol	18	172,77	170,55	160	180	7,934
Pre diastole		98,33	100,0	90	110	6,183

Hasil penelitian menunjukkan pengukuran sebelum di berikan perlakuan. Rata-rata tekanan darah pada kelompok perlakuan pre sistol 168,33 dan diastole 97,77. Sedangkan pada kelompok kontrol didapati rata-rata tekanan darah pre siastol 172,77 dan diastole 98,33.

Tabel 5 Tekanan darah setelah pemberian

Kelompok	n	Mean	Median	Min	Max	Std.deviasi
Perlakuan Post sistol	18	159,44	160,00	150	170	7,253
Post diastole		91,11	90,00	90	100	3,233
Kontrol Post sistol	18	170,55	170,55	160	90	8,023
Post diastole		95,55	100,0	90	100	6,183

Menunjukkan hasil pengukuran sudah di berikan perlakuan Rata-rata tekanan darah pada kelompok perlakuan pre sistol 159,44 dan diastole 91,11. Sedangkan pada kelompok kontrol didapati rata-rata tekanan darah pre siastol 170,55 dan diastole 95,55.

b. Analisa Bivariat

Pengaruh Pemberian *Slow Stroke Back Massage* Dan Aromaterapi Mawar Terhadap Tekanan Darah *Post-Test*

Tekanan darah	Kelompok Kontrol		Kelompok Perlakuan		Analisis	
	N	Mean	N	Mean	Z	Asym.Sig (2-tailed)
		Rank		Rank		
Sistol	18	24,36	18	12,64	-3,507	0,000
Diastole	18	22,50	18	14,50	-2,789	0,005

memnggambarkan hasil uji analisis dengan menggunakan uji *Man-Whitney* didapatkan nilai $P=0,000$ ($\alpha < 0,005$) untuk sistol dan nilai $P = 0,005$ ($< 0,005$) menunjukkan adanya signifikan terhadap tekanan darah pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada pengaruh pemberian *Slow Stroke Back Massage* dan aromaterapi mawar terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

5. KESIMPULAN

- a. Karakteristik responden berdasarkan usia
Mayoritas responden 67,66 tahun pada kelompok perlakuan dengan usia tertinggi 80 tahun dan terendah 60 tahun. Responden dengan usia lansia rata-rata 68,61 tahun pada kelompok perlakuan dengan usia tertinggi 80 tahun dan terendah 60 tahun.
- b. Nilai tekanan darah sebelum pemberian Sebelum Pemberian

SlowStroke Back Massage Dan Aromaterapi Mawar Didapati hasil terendah sistol 160 mmHg dandiastole 90 mmHg, skor tertinggi sistol 180 mmHg dan diastole 100 mmHg, rata-rata sistol 163,33 dan diastole 97,77, median sistol 170 dan diastole 100, standar deviasi sistol 7,859 dan diastole 4,277.

- c. Nilai tekanan darah sesudah pemberian Pemberian *SlowStroke Back Massage* Dan Aromaterapi Mawar hasil didapatkan hasil terendah sistol 150 mmHg dan diastole 90 mmHg, skor tertinggi sistol 170 mmHg dan diastole 100 mmHg, rata-rata sistol 159,44 dan diastole 91,11 dan median sistol 160 dan diastole 100, standar deviasi sistol 7,253 dan diastole 3,233.
- d. Terdapat pengaruh pemberian *Slow Stroke Back Massage* dan aromaterapi mawar terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Genukharjo Kecamatan Wuryantoro, Kabupaten Wonogiri didapatkan nilai $P=0,000$ ($< 0,005$) untuk sistol dan nilai $P = 0,005$ ($< 0,005$)

6. SARAN

- a. Bagi Masyarakat
Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi pemberian *Slow Stroke Back Massage* dan aromaterapi mawar terhadap

tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Sehingga hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk melakukan intervensi secara mandiri dengan murah dan mudah pada saat mengalami hipertensi.

- b. Bagi Institusi
Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi pemberian *Slow Stroke Back Massage* dan aromaterapi mawar dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga hasil penelitian ini dapat dikembangkan di bidang mata kuliah komunitas.
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian selanjutnya dapat menggunakan penelitian ini sebagai referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya, seperti menggunakan intervensi lain yang sesuai atau mencari factor yang berhubungan dengan penurunan tekanan darah tinggi bisa juga disebabkan oleh beberapa factor.
- d. Bagi Puskesmas
Pihak puskesmas dapat menjadikan penelitian ini sebagai program intervensi non farmakologi bagi penderita hipertensi. Yang dapat di jangkau oleh masyarakat

Jayawardana, Andi., 2017. Efektifitas *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Lansia Dengan Hipertensi. Diakses 20 januari 2020, <https://scholar.google.co.id>

Kemenkes RI. 2017. Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia. Buletin

Mariza, Ana, 2016. Pemberian Aromaterapi Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Wanita Lanjut Usia Di UPTD Panti sosial Lanjut Usia Tresna Werda Natar lampung, Diakses 29 Juni 2020, <http://garuda.ristekbrin.go.id>

Pinastika, Sekar., Pengaruh *Terapi Slow Stroke Back Massage* (SSBM) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Stroke Non Hemoragig di Ruang 4 Melati RSUP DR Soeradji Tirtonegoro Klaten. 20 januari 2020, <https://scholar.google.co.id>.

Putri, Dwi. N., 2019. Pemanfaatan Aromaterapi Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada pasien Hipertensi. Diakses 25 januari 2020, <https://scholar.google.co.id>.

Susilaningsih, Dewi., 2019. Pengaruh Terapi Musik Instrumental Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang Tahun 2019. *Ensiklopedia of Journal*. Vol .2 No.2 Edisi 1 Januari 2020. Diakses 19 Februari 2020 <http://jurnal.ensiklopediaku.org>.

7. REFERENSI

Windri, Ma.T., 2019. Pengaruh Aktivitaas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Panti Wredha Maria Sudarsih Ambarawa. *Jurnal Mitra Pendidikan*, Kresna BIP. Vol. 3.No. 11. Hal 1444-1451. Diakses Pada 19 Februari 2020, <http://e-jurnalmitrapendidikan.com>.

Yunia, Ayuk., 2019. Perbedaan Efektifitas Resbusan ketumbar Dengan Rebusan Kunyit Terhadap Tekanan Darah pada Lansia. Di akses dari pada 2 Januari 2020, <http://elib.stikesmuhgombang.ac.id/51>