
**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TN. R DENGAN FOKUS INTERVENSI
SLOW STROKE BACK MASSAGE UNTUK MENGURANGI NYERI KEPALA PADA
HIPERTENSI DI DESA PENGKOLKECAMATAN PENAWANGAN
KABUPATEN GROBOGAN**

Oleh

Nikkla Takhani¹⁾, Wahyu Riniasih²⁾

1) Mahasiswa DIII Keperawatan Universitas An Nuur, email: takhanikk@gmail.com

2) Dosen Universitas An Nuur.

ABSTRAK

Latar Belakang; WHO (2015), menyatakan kasus hipertensi di dunia meningkat sekitar 1,13 miliar, kondisi ini diprediksi akan selalu meningkat pada tahun 2025 menjadi 1,5 miliar orang. Diestimasi sebanyak 63.309.620 orang dengan usia >18 tahun di Indonesia mengalami hipertensi (Istiyawati et al., 2020).

Tujuan; Melakukan proses pengelolaan keperawatan keluarga pada Tn.R dengan fokus intervensi *Slow Stroke Back Massage* untuk mengurangi nyeri kepala pada klien dengan gangguan hipertensi di Desa Pengkol Kecamatan Penawangan Kabupaten Grobogan.

Metodologi; Jenis penelitian kualitatif dengan pendekatannya deskriptif. Studi kasus adalah rancangan yang digunakan pada penelitian ini. Subjek dalam penelitian ini adalah keluarga Tn.R, dan khususnya Tn.R yang menderita hipertensi.

Hasil; Data didapatkan bahwa setelah dilakukan tindakan *Slow Stroke Back Massage* dalam waktu \pm 10 menit maka nyeri kepala Tn.R mengalami penurunan 1 skala dan tekanan darah menjadi turun \pm 23 mmHg untuk sistolik serta diastolik mengalami penurunan \pm 13 mmHg.

Kesimpulan; Adanya efektivitas terapi *SSBM* dalam menurunkan nyeri kepala dan tekanan darah pada Tn.R.

Kata Kunci; *Hipertensi, Nyeri Kepala, Slow Stroke Back Massage*

FAMILY NURSING CARE IN MR. R WITH FOCUS INTERVENTION SLOW STROKE BACK MASSAGE TO REDUCE HYPERTENSION HEADACHE IN PENGKOL VILLAGE PENAWANGAN DISTRICT, GROBOGAN REGENCY

By

Nikkla Takhani¹⁾, Wahyu Riniasih²⁾

¹⁾ *DIII Nursing Student at An Nuur University, email: takhanikk@gmail.com*

²⁾ *Lecturer at An Nuur University.*

ABSTRACT

Background; WHO (2015), states that cases of hypertension in the world have increased by around 1.13 billion, this condition is predicted to always increase in 2025 to 1.5 billion people. It is estimated that 63,309,620 people aged >18 years in Indonesia have hypertension (Istyawati et al., 2020).

Purpose; Carry out the process of managing family nursing at Tn.R with a focus on Slow Stroke Back Massage intervention to reduce headaches in clients with hypertension disorders in Pengkol Village, Penawangan District, Grobogan Regency.

Methods; This type of qualitative research with a descriptive approach. Case study is the design used in this study. The subjects in this study were Mr.R's family, and especially Mr.R who suffered from hypertension.

Results; The data found that after the Slow Stroke Back Massage was carried out within ± 10 minutes, Mr. R's headache decreased by 1 scale and blood pressure decreased ± 23 mmHg for systolic and diastolic decreased by ± 13 mmHg.

Conclusion; The effectiveness of SSBM therapy in reducing headaches and blood pressure in Tn.R.

Keywords; Hypertension, Headache, Slow Stroke Back Massage

References; 41 (2015-2021)

PENDAHULUAN

Tekanan yang tinggi pada peredaran darah atau biasa disebut hipertensi adalah keadaan suatu tekanan pada sistoliknya diatas 140 mmHg dan tekanan pada peredaran darah diastolik lebih dari 90 mmHg ditemukan keluhan yang utama berupa nyeri kepala bagian belakang (Sumadi et al., 2020).

Data WHO (2015) menyatakan bahwa, di dunia angka kejadian hipertensi pada angka 1,13 miliar orang yang diprediksi akan bertambah menjadi 1,5 miliar orang pada tahun 2025. Diestimasikan sebanyak 63.309.620 orang dengan usia >18 tahun di Indonesia mengalami hipertensi (Istyawati et al., 2020)..

Hipertensi dapat memicu dan menjadi factor penyebab resiko penyakit jantung, gagal ginjal dan strok sehingga disebut sebagai *the silent killer*/penyakit pembunuh diam-diam (Sukardin et al., 2018).

Penatalaksanaan hipertensi dilakukan dengan cara pengobatan dengan bahan kimia atau farmakologi dan tradisional (Bertolomius & Yasir Haskas, 2018; Sukardin et al., 2018). Farmakologis dengan obat diantaranya yaitu *Beta-bloker*, *inhibitor*, *Direct renin inhibitor*, *Diuretik*, *Vasodilator (ACE)* dan *Calcium Chanel Bloker*. Sedangkan non farmakologi diantaranya dengan mengubah gaya hidup

berupa mempertahankan berat badan ideal, konsumsi Ca dan K yang sesuai anjuran, mengurangi asupan natrium, kafein dan alkohol, mengurangi berat badan dan membatasi asupan garam, menghindari merokok, penurunan stress, meningkatkan aktivitas fisik, dan terapi komplementer (Bertolomius & Yasir Haskas, 2018; Perdana, 2019; Sukardin et al., 2018).

SSB (Slow Stroke Back Massage) merupakan bagian terapi komplementer berupa suatu gerakan dengan penyentuhan dan menekan perlahan pada tubuh bagian punggung (Pratiwi et al., 2019). *Slow stroke back massage* menimbulkan rasa nyaman, rileks dan menghilangkan ketegangan kemudian memicu keluarnya endorphin yang menghentikan transmisi stimulus nyeri (Sumadi et al., 2020). *Slow stroke back massage* mampu merileksasikan otot, tendon, dan ligament sehingga meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis mengakibatkan terjadinya pelebaran pada vena dan arteri di semua sistem peredaran pembuluh darah perifer, menurunnya hitungan detak dan kekuatan kerja jantung sehingga terjadi tahanan yang berkurang pada perifer yang mengakibatkan penurunan tekanan darah (Pratiwi et al., 2019)

Menurut penelitian Istyawati et al (2020) mendapatkan hasil terdapat perubahan pada skala nyeri kepala pasien hipertensi sebesar 1 skala setelah dilakuan

terapi SSBM. Penelitian oleh Bertolomius & Yasir Haskas (2018) dengan hasil adanya penurunan TD sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah ± 20 mmHg.

Tingginya kasus yaitu 36.568 orang mendapatkan pelayanan kesehatan dengan keluhan hipertensi di Grobogan (Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan, 2021), tercatat 1.352 orang mendapatkan pelayanan kesehatan dengan keluhan hipertensi di Puskesmas Penawangan 1 (Puskesmas Penawangan 1, 2021), dan hasil wawancara dengan Tn. R bahwa belum ada terapi komplementer yang diterapkan dalam penanganan nyeri hipertensi menjadi alasan ketertarikan Penulis melakukan Proses pemberian Keperawatan Keluarga dengan Fokus rencana tindakan *Slow Stroke Back Massage* dengan harapan sebagai penatalaksanaan nonfarmakologis untuk nyeri kepala pasien hipertensi.

METODOLOGI

Peneliti memakai jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan berupa deskriptif. Dimana jenis ini merupakan penelitian yang menekankan kegiatan dengan penguraian (*describing*) dan pemahaman (*understanding*) terhadap manifestasi dan fakta melalui sudut pandang peneliti dan subjek yang diteliti. Penelitian deskriptif adalah

menggambarkan kejadian-kejadia secara runtut dan pasti (Hardani, 2020).

Rancangan yang diaplikasikan oleh peneliti adalah studi kasus. Rancangan ini merupakan studi dengan cara meneliti satu permasalahan melalui unit kasus yang terdiri atas unit tunggal (satu orang/ sekelompok penduduk) (Kurniawati, 2020).

Keluarga Tn R, khususnya Tn.R yang mengalami hipertensi merupakan subyek yang dipakai dalam penelitian ini. Kegiatan pengambilan data dilakukan di bulan Juni 2021 di Desa Pengkol Kecamatan Penawangan Kabupaten Grobogan.

Tahapan dalam pengambilan data dilaksanakan dengan wawancara, obsevasi dalam keluarga dan studi dokumen atau teks (Hardani, 2020).

HASIL

Tabel Sebelum & Sesudah SSBM

Hari	Sebelum	Sesudah
1	Nyeri skala 6 TD 170/110 mmHg	Nyeri skala 5 TD 150/100 mmHg
2	Nyeri skala 5 TD 160/110 mmHg	Nyeri skala 4 TD 140/90 mmHg
3	Nyeri skala 4 TD 160/100 mmHg	Nyeri skala 3 TD 130/90 mmHg

PEMBAHASAN

Keadaan nyeri menjadi tanda gejala awal yang perlu segera ditangani agar tidak menjadi kesakitan lebih lanjut atau menimbulkan tanda gejala lain berupa lemas/kelelahan, sesak nafas, mual-muntah, gelisah, bahkan menyebabkan menurunnya kesadaran. Argumen Peneliti diperkuat dengan pernyataan bahwa kondisi nyeri bisa menyebabkan respon secara perilaku, respon psikologi dan fisik. Bila nyeri tanpa penanganan dengan segera akan menyebabkan pupil melebar, diaphoresis, dan sekresi adrenal medulla takikardia maka menjadikan timbulnya stress (Sumadi et al., 2020).

Peneliti mengukur TD dan melakukan pengkajian nyeri sebelum dan setelah terapi SSBM dilakukan. Hal ini sebagai cara mengobservasi atau mengevaluasi keadaan klien, sehingga mengetahui adakah efektivitas dalam menurunkan atau menghilangkan keluhan nyeri kepala.

Peneliti mengimplementasikan terapi *Slow Stroke Back Massage* atau pijat punggung perlahan pada Tn. R selama ± 10 menit menggunakan gerakan usapan ± 12 kali permenit dengan pemberian intervensi satu kali sehari dalam waktu tiga hari beruntut.

Melalui enam tehnik pijat punggung perlahan memberikan rasa nyaman dan relaksasi tubuh dengan mengendurkan

ketegangan otot, kekakuan pada pundak hingga leher yang dialami Tn.R akan berkurang/menghilang. Kemudian menimbulkan pelebaran pada sirkulasi darah yang mengakibatkan peredaran pada pembuluh darah tidak ada hambatan dan menyebabkan penurunan tekanan pada darah. Selain itu memicu keluarnya endorphin sehingga transmisi stimulus nyeri berhenti.

Implementasi SSBM Hari ke-1

Minggu, 27 Juni 2021; sebelum SSBM Peneliti mengukur TD yang didapatkan 170/110 mmHg, kemudian melakukan pengkajian nyeri didapatkan Tn.R mengatakan nyeri kepala cekot-cekot bagian belakang dengan skala 6 disertai kaku pundak hingga leher secara hilang timbul serta tampak sesekali memegangi kepala dan meringis kesakitan. Setelah SSBM Peneliti mengukur TD yang didapatkan 150/100 mmHg dan mengevaluasi nyeri didapatkan Tn.R mengatakan nyeri kepala bagian belakang berkurang menjadi skala 5 dan kaku pundak hingga leher tidak ada setelah dilakukan terapi, serta Tn.R tampak nyaman saat dan setelah dilakukan terapi SSBM.

Implementasi SSBM Hari ke-2

Senin, 28 Juni 2021; sebelum SSBM Peneliti mengukur TD yang didapatkan 160/110 mmHg, kemudian melakukan pengkajian nyeri didapatkan Tn.R

mengatakan nyeri kepala cekot-cekot bagian belakang dengan skala 5 disertai kaku pundak hingga leher secara hilang timbul serta tampak sesekali memegangi kepala dan meringis kesakitan. Setelah SSBM Peneliti mengukur TD yang didapatkan 140/90 mmHg dan mengevaluasi nyeri didapatkan Tn.R mengatakan nyeri kepala bagian belakang berkurang menjadi skala 4 dan kaku pundak hingga leher tidak ada setelah dilakukan terapi, serta Tn.R tampak nyaman saat dan setelah dilakukan terapi SSBM.

Implementasi SSBM Hari ke-3

Selasa, 29 Juni 2021; sebelum SSBM Peneliti mengukur TD yang didapatkan 160/100 mmHg, kemudian melakukan pengkajian nyeri didapatkan Tn.R mengatakan nyeri kepala cekot-cekot bagian belakang dengan skala 4 disertai kaku pundak hingga leher secara hilang timbul serta tampak sesekali memegangi kepala dan meringis kesakitan. Setelah SSBM Peneliti mengukur TD yang didapatkan 130/90 mmHg dan mengevaluasi nyeri didapatkan Tn.R mengatakan nyeri kepala bagian belakang berkurang menjadi skala 3 dan kaku pundak hingga leher tidak ada setelah dilakukan terapi, serta Tn.R tampak nyaman saat dan setelah dilakukan terapi SSBM.

Peneliti menyarankan Tn.R istirahat dan tiduran setelah dilakukan terapi. Hal ini dilakukan untuk memaksimalkan relaksasi tubuh. Didapatkan data Tn.R mengatakan nyaman untuk tidur setelah dipijat.

Terapi SSBM selama ± 10 menit pada Tn.R yang diberikan satu kali dalam sehari dalam waktu tiga hari beruntut menunjukkan penurunan skala nyeri sebesar 1 skala, dan sistolik menurun ± 23 mmHg dan diastolik menurun ± 13 mmHg (Sumadi et al., 2020).

Terapi SSBM terbukti dapat menurunkan skala nyeri kepala hipertensi berupa hasil yang diperoleh sejalan dengan penelitian Istyawati et al (2020) dengan hasil terdapat penurunan tingkatan rasa nyeri kepala penderita hipertensi sebesar 1 skala setelah dilakuan terapi SSBM. SSBM juga terbukti dapat mempengaruhi peredaran darah sehingga tekanannya menurun pada Tn.R. Namun, dengan sedikit perbedaan hasil dengan Penelitian Bertolomius & Yasir Haskas (2018) juga memberikan hasil yang sejalan yaitu adanya penurunan TD *before and after* ± 20 mmHg.

KESIMPULAN

Penatalaksanaan SSBM selama ± 10 menit pada Tn.R memiliki efektivitas

dalam menurunkan skala nyeri dan tekanan pada peredaran darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Bertolomius, & Yasir Haskas. (2018). Pengaruh Massage Punggung Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Tresna Werdha (Pstw) Gau Mabaji Kabupaten Goa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosa*, 13(1), 61–65.
- Cahyani, L. S. (2020). *Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. S Khususnya Ny. S dengan Fokus Intervensi Pemberian Jus Mentimun Pada Pasien Hipertensi di Desa Genengadal Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan*. Universitas An Nuur Purwodadi.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan. (2021). *Pengguna Pelayanan Kesehatan Dengan Keluhan Hipertensi Di Grobogan Tahun 2020*.
- Hardani. (2020). *Metode penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (H. Abadi (ed.)). CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.
- Istyawati, P., Prastiani, D. B., & Rakhman, A. (2020). Efektifitas Slow Stroke Back Massage (Ssbm) Dalam Menurunkan Skala Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Mitra Siaga Tegal. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(2), 207. <https://doi.org/10.24843/coping.2020.v08.i02.p14>
- Kurniawati. (2020). *Asuhan Keperawatan Keluarga Tn. R dengan Fokus Intervensi Kompres Jahe Merah Untuk Mengurangi Rasa Nyeri pada Asam Urat di Desa Genengadal Kecamatan Toroh Kabupaten Grobogan*. Universitas An Nuur Purwodadi.
- Perdana, I. P. Y. (2019). *Asuhan Keperawatan Keluarga Khususnya Ny. M dengan Hipertensi yang Befokus pada Pemberian Jus Seledri (Apium Graviolens L) di Desa Wedoro Kabupaten Grobogan*. Universitas An Nuur Purwodadi.
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*. DPP PPNI.
- Pratiwi, N. K. D. A., Citra, S., Dwiatmojo, N. F., & Fithriana, D. (2019). Pengaruh Terapi SSBM Terhadap Perubahan TD Pada Lansia Dengan Hipertensi Di BSLU Mandalika NTB. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 5(2), 7–13.
- Puskesmas Penawangan 1. (2021). *Capaian Pelayanan Kesehatan Puskesmas Penawangan 1 Tahun 2020*.
- Sukardin, Sumartyawati, N. M., Santosa, I. M. E., & Rahman, F. (2018). Pengaruh Pemberian Masase Punggung Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Balai Sosial Lanjut Usia (Bslu) Mandalika Provinsi Ntb. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 4(2), 57–65.
- Sumadi, A. R., Sarifah, S., & Widyastuti, Y. (2020). Pemanfaatan Teknik Relaksasi Massase Punggung Dalam Penurunan Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Utilization Of Back Massase Relaxation Technique In Reduction Of Pain In Nursing Patients For Hypertension Patients. *Indonesian Journal On Medical Science*, 7(1), 32–38.