

**PENGARUH TERAPI KOMBINASI *MASSAGE* TEKNIK EFFLEURAGE DAN  
*AKUPRESUR* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA  
HIPERTENSI DI PANTI JOMPO BHAKTI LUHUR SINGOSARI KABUPATEN MALANG**

**SKRIPSI**



**OLEH :**

**SILIA UMBU ZOGARA**

**2016610083**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADewi  
MALANG  
2020**

## RINGKASAN

Terapi kombinasi massage teknik effleurage dan akupresur merupakan gabungan pijat yang sangat efektif untuk menurunkan tekanan darah karena lebih banyak titik pijatan yang diberikan sehingga mampu memberikan relaksasi kepada lansia. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi bagaimana pengaruh terapi kombinasi massage teknik effleurage dengan akupresur terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi. Desain penelitian menggunakan Cross Sectional. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia hipertensi yang berjumlah 44 orang, dengan teknik pengumpulan data berupa pemeriksaan tekanan darah secara langsung kepada responden sebelum perlakuan (pre-test) dan sesudah perlakuan (post test). Instrumen eksplorasi menggunakan lembar persepsi untuk hasil pemeriksaan denyut nadi. Analisis informasi menggunakan Uji Homogenitas Marginal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh dari 38 responden (86,4%) lansia dengan hipertensi sebelum diberikan tindakan pijat effleurage dan pressure point memiliki denyut nadi dalam derajat hipertensi kelas 1 dan setelah diberikan pijat effleurage dan pressure point. metode, mayoritas dari 26 responden (59,1%) diberikan. pada lansia dengan hipertensi memiliki nadi hipertensi kelas 1. Hasil Uji Homogenitas Marginal didapatkan nilai  $p = (0,000) < (0,05)$  sehingga ada pengaruh perlakuan campuran massage dengan prosedur pijat effleurage dan akupresur terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Panti Asuhan Bhakti Luhur Singosari ( $p$  value = 0,000). Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian tentang teknik pijat effleurage dan akupresur dengan baik sehingga dapat dipraktikkan di masyarakat khususnya lansia.

**Kata kunci: Akupresur; Terapi Pijat Kombinasi; Teknik Effleurage**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Usia lanjut adalah tahap terakhir sepanjang keberadaan manusia, di mana terjadi perubahan fisik dan fisiologis dalam tubuh, mengingat perluasan ketegangan peredaran darah. Ketegangan peredaran darah yang meluas (hipertensi) adalah individu yang mengalami kehilangan jaringan otot, sistem sensorik dan jaringan lain sehingga tubuh rentan terhadap penyakit seperti hipertensi (Mujahidullah, 2014). Tensi sistolik meningkat hingga usia 80 tahun dan regangan diastolik meningkat hingga usia 55-60 tahun (Soenanto, 2016).

Hipertensi merupakan masalah medis yang paling banyak dikenal di berbagai negara, termasuk Indonesia. Seseorang dikatakan hipertensi jika tekanan sistolik (ketika jantung menyedot darah) lebih dari 140 mmHg dan denyut diastolik (saat jantung beristirahat) lebih dari 90 mmHg. Manifestasi yang sering dikeluhkan oleh penderita hipertensi adalah nyeri serebral, mabuk perjalanan, pandangan kabur, mual, detak jantung tidak teratur dan kelelahan. Jika tidak ditangani dengan tepat dapat mengurangi penyakit penderita hipertensi (Wirakhmi, Novitasari dan Purnawan, 2018).

Informasi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di terdiagnosis ini menderita hipertensi, menyiratkan bahwa 1 dari setiap 3 orang di terdiagnosis ini dipastikan menderita hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 sebanyak 1,5 miliar orang menderita hipertensi dan diperkirakan secara konsisten 9,4 juta orang terbebas dari hipertensi dan ketidaknyamanannya. Berdasarkan informasi dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), prevalensi hipertensi pada orang dewasa lebih dari 30 tahun meningkat dari 22,3% menjadi 24,6% pada tahun 2017 dan menjadi 26,9% pada tahun 2018, dengan laki-laki memiliki daya tembus yang lebih tinggi. Dibandingkan dari wanita (29,4% versus 26,4% wanita). Pervasiveness prehipertensi adalah 23,4% pada umumnya dan lebih tinggi lagi pada pria (28,4% versus 18,7% untuk wanita), dengan peningkatan kritis dalam kesamaan dimulai pada usia 40-an (Kim et al., 2018). Sedangkan jumlah penderita hipertensi di Jawa Timur pada tahun

2018 sebanyak 375.127 orang (Kemenkes RI, 2016). Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Malang tahun 2018, terdapat 58.046 penderita hipertensi esensial.

Menurunkan ketegangan peredaran darah harus dimungkinkan dengan pengobatan farmakologis dan non farmakologis. Penatalaksanaan farmakologis, misalnya konsumsi obat antihipertensi yang memiliki efek samping jangka panjang, khususnya kerusakan ginjal dan hipotensi (Yogiantoro, 2012). Salah satu strategi non farmakologis yang mungkin dapat mengurangi ketegangan sirkulasi dan meningkatkan kenyamanan tubuh pada pasien hipertensi adalah latihan hipertensi, pengobatan diet, pengobatan massage dengan metode effleurage dan akupresur (Kurniyawan, 2016).

Prosedur massage effleurage adalah menggosok punggung sebagai usapan lembut selama 5 menit pada kedua telapak tangan dan bahu dengan tujuan menyebabkan efek relaksasi. Pelaksanaan massage effleurage dengan menggosok telapak tangan ke arah jantung dan diselesaikan secara musikal dan konsisten. Pemusatan yang sedang akan melancarkan aliran pembuluh limfe (limfa), sedangkan penggosokan yang lambat menyebabkan pembesaran pembuluh darah yang terbatas (vasodilatasi) yang cukup lama disebut hiperemia untuk menurunkan denyut nadi (Kurniyawan, 2016).

Prosedur pijat gosok titik tekan sebagai jenis pengobatan tradisional Tiongkok untuk mengatasi berbagai masalah medis, misalnya stres, nyeri punggung bawah, hipertensi, dismenore, nyeri kaki, kurang tidur, dan gugup (Sella, Erwin dan Novayelinda, 2018). Pijat titik tekan sebagai pengobatan elektif sesuai yang layak dalam menurunkan tekanan peredaran darah sehingga dapat mengurangi penggunaan obat-obatan farmakologis yang memiliki efek samping (Kurniyawan, 2016).

*Massage akupresur* yang diberikan pada titik GV 20 atau Bai Hui dapat menurunkan tekanan darah . Pijat titik tekan mengurangi ketegangan pada pembuluh darah dan selanjutnya dapat mengembangkan penyebaran darah sehingga siklus oksigen di jaringan lebih lancar (Hartono, 2012). Pijat titik tekanan pijat punggung juga dapat memicu endorfin. Endorfin berperan dalam menyebabkan hilangnya rasa sakit atau berkurangnya rasa sakit, dalam kerangka penyebaran titik tekanan pijat punggung dapat lebih mengembangkan aliran darah dan mengakibatkan penurunan tekanan darah yang dapat menurunkan tekanan peredaran darah (Wang, et al, 2019).

Pijat massage titik tekanan dilakukan pada titik GV 20 Bai Hui, yaitu 1,5 cun di belakang titik tertinggi kepala. Aktivitas untuk menurunkan hipertensi adalah dengan menekan titik tertinggi kepala beberapa kali, diselesaikan dalam 1 siklus. Rentang aktivitas pijat titik tekanan antara 2 menit hingga 30 menit. Cobalah untuk mengambil garis lurus yang sesuai dengan hidung dan pertemuan antara telinga kiri dan kanan. Massage selesai dengan cara menekan menggunakan ibu jari (Hartono, 2012). Penelitian Ananto (2017) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh kritis pemberian effleurage terhadap penurunan regangan sirkulasi pada pasien hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Majid dan Rini (2016) tentang perawatan pijat titik tekan juga mengamati bahwa pijat titik tekan mempengaruhi penurunan tekanan darah pada orang tua. Penelitian Wirakhmi, Novitasari dan Purnawan (2018) menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah sesudah pemberian *masase akupresur*, dimana sebelum pemberian *masase akupresur* rata-rata responden mengalami tekanan darah hipertensi dan sesudah perlakuan rata-rata responden mengalami penurunan tekanan darah.

Sampai saat ini, menggosok effleurage telah secara luas dipertimbangkan dalam pengobatan luka sejauh mengurangi rasa sakit dan memperluas ROM dan hasilnya telah layak, otot-otot longgar, rasa sakit berkurang, dan ROM diperluas. jadi perluasan pijat titik tekanan 10 menit setelah gosokan effleurage diandalkan untuk mengurangi rasa sakit dan meningkatkan ROM lebih efektif daripada sekadar mendapatkan adonan frirage. Kenaikan knead effleurage akupresur massage sekitar 20-25%. Dengan cara ini kecepatan penyembuhan luka menjadi lebih baik. Gosok effleurage mengendurkan otot dan membangun pameran organ hipofisis, dengan cara ini membuat endorfin lebih ideal. Ketika otot-otot kendur dan ada banyak endorfin, efek nyeri berkurang dan ROM meningkat. Selain itu, aksentuasi pada trigger point dapat menutup pintu masuk siksaan, jika pintu kejengkelan ditutup maka penderitaan tidak akan sampai pada korteks serebral sehingga siksaan tidak terasa (Kushartanti, 2017)

Pengorganisasian pijat campuran dengan effleurage dan strategi pijat titik tekanan adalah kombinasi pijatan punggung yang sangat efektif untuk menurunkan denyut nadi karena lebih banyak pijatan punggung diberikan untuk memberikan relaksasi pada lansia. Pentingnya memberikan terapi campuran effleurage dan teknik pijat titik tekan pada lansia karena lansia mengalami peningkatan tekanan peredaran darah dengan bertambahnya usia. Individu yang berusia 60-74 tahun memiliki regangan sirkulasi normal di atas 140/90 mmHg (Majid dan Rini,

2016). Berdasarkan penelitian Sella et al (2018) , ditunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan sirkulasi pada pasien hipertensi setelah pemijatan titik tekan. Aksentuasi diterapkan pada titik tertinggi kepala selama 2-3 detik berulang kali dalam 2-5 menit, selesai pada sore dan malam hari selama 3 hari terus menerus atau sampai terjadi penurunan denyut nadi. Mengingat konsekuensi dari penyelidikan masa lalu, cenderung dianggap bahwa memberikan pijatan titik tekanan secara positif mempengaruhi penurunan denyut nadi pada pasien dengan hipertensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada 10 Agustus 2020 yang dilakukan dengan menemui petugas di Panti Asuhan Bhakti Luhur, menjelaskan bahwa jumlah lansia yang dirawat di panti adalah 50 orang, lansia normal menderita hipertensi dan tidak pernah diberikan tekanan. pijat kembali gosok ke yang lama. Berdasarkan hasil pemeriksaan regangan peredaran darah pada 10 orang lanjut usia, diketahui bahwa masing-masing dari mereka memiliki denyut nadi di atas 170/90 mmHg dan berdasarkan data lama bahwa masing-masing dari mereka belum pernah diberikan pengobatan campuran dengan effleurage. dan metode pijat titik tekan untuk menurunkan tekanan peredaran darah sehingga dapat mengurangi penggunaan obat-obatan klinis. Berangkat dari landasan tersebut, para pengamat harus mengarahkan penelitian dengan judul “Pengaruh pengobatan campuran gosok dengan metode effleurage dengan pijat titik tekan pada ketegangan peredaran darah pada lansia dengan hipertensi di Panti Asuhan Bhakti Luhur”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan landasan yang telah digambarkan, perincian masalah pemeriksaan Apakah ada pengaruh pengobatan campuran rumusan masalah penelitian ini adalah Apakah ada pengaruh terapi kombinasi *massage* teknik *effleurage* dengan *akupresur* terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Panti Asuhan Bhakti Luhur?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

kegunaan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak dari pengobatan kombinasi *massage* teknik *effleurage* dengan *akupresur* terhadap hipertensi lansia di Panti Asuhan Bhakti Luhur

### **1.3.2 Tujuan khusus**

- 1) Mengidentifikasi tekanan darah pada lansia hipertensi sebelum diberikan pengobatan kombinasi dengan metode effleurage rub dengan akupresur di Panti Asuhan Bhakti Luhur
- 2) Identifikasi tekanan darah pada lansia dengan hipertensi selanjutnya diberikan pengobatan campuran dengan akupresur di Panti Asuhan Bhakti Luhur
- 3) Menganalisis pengaruh perlakuan campuran massage teknik effleurage dengan akupresur terhadap hipertensi lansia di Panti Asuhan Bhakti Luhur..

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1. Teoritis**

Memberikan pemberian non farmakologi dan menambah pengetahuan kepada penderita hipertensi pada lansia untuk menjalani kehidupan yang solid dengan melakukan olahraga, mengontrol penggunaan makanan pedas, menghindari stress dan melakukan pengobatan kombinasi *massage* teknik *effleurage* dengan *akupresur*.

#### **2. Praktis**

1. Untuk penderita hipertensi pada usia lanjut

Berikan informasi tentang mencegah peningkatan tekanan peredaran darah dengan melakukan pengobatan campuran massage teknik effleurage dengan akupresur yang bertujuan untuk mengurangi tekanan darah pada lansia pasien hipertensi.

- 2) Untuk spesialis

Memberikan informasi mengenai pengaruh terapi kombinasi *massage* teknik *effleurage* dengan *akupresur* terhadap menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi

- 3) Untuk organisasi instruktif

Hasil review diharapkan dapat menjadi bahan acuan yang berharga sebagai bahan referensi yang harus dididihkan kepada lansia dengan hipertensi dan sebagai sumber bahan perspektif dalam kemajuan eksplorasi selanjutnya.

4) Bagi instansi kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai bahan referensi atau bahan peningkatan kesejahteraan, khususnya pada lansia penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah dengan memberikan terapi *massage* akupresur.

5) Untuk daerah setempat

Hasil dari penelitian ini melengkapi untuk pembelajaran dan data sehingga masyarakat mengetahui cara mencegah dan mengurangi ketegangan peredaran darah pada lansia dengan hipertensi dengan melakukan pengobatan campuran *massage* teknik *effleurage* dengan *akupresur*

## DAFTAR PUSTAKA

- Ananto, D. P. 2017. Pengaruh Massage Teknik Effleurage Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kalirejo Kabupaten Purworejo. *Jurnal Student 6 (2)*. Universitas Negeri Yogyakarta. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/ikora/article/download/7521/7156> Diakses pada tanggal 05 Januari 2020.
- Arikunto, S. 2015. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bambang, Priyonoadi. 2011. *Sport Massage*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Brunner & Suddart. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah vol.2 E/8*. Jakarta: EGC.
- Dinkes Kabupaten Malang. 2018. *Profil Kesehatan Kabupaten Malang*. Malang: Dinkes Kota Malang.
- FKUI. 2015. *Hipertensi Essensial Dalam Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam (Edisi IV) (Jilid I)*. Jakarta: FKUI.
- Hartono, R. I. W. 2012. *Akupresur untuk Berbagai Penyakit*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Kemenkes RI. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia 2018 Menuju Indonesia Sehat*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Kurniyawan, Enggal Hadi. 2016. Terapi Komplementer Alternatif Akupresur Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri. *NurseLine Journal 1 (2)*. Universitas Jember. <https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/80473>. Diakses pada tanggal 06 Oktober 2019.
- Majid, Y. A. & Rini, P. S. 2016. Terapi Akupresur Memberikan Rasa Tenang dan Nyaman serta Mampu Menurunkan Tekanan Darah Lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan 1 (1)*. STIKES Muhammadiyah Palembang. <https://aisyah.journalpress.id/index.php/jika/article/view/MR/10>. Diakses pada tanggal 06 Oktober 2019.
- Mujahidullah. 2014. *Keperawatan Geriatriki, Merawat Lansia Dengan Cinta Dan Kasih Sayang*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Muttaqin, A. 2011. *Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler Dan Hematologi*. Jakarta: Salemba Medika.
- NEHG. 2014. *North of England Hypertension Guideline Development Group. "Frequency of Measurements"*. Bethesda: NEHG

- NHLBI. 2017. *Department Of Health And Human Services*. USA: National Heart, Lung and Blood Institute.
- Nursalam. 2013. *Manajemen Keperawatan, Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional edisi 3*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Rajin, Mukhamad. 2017. *Keperawatan Komplementer Akupunktur Dasar*. Jombang: Program Studi Ners FIK UNIPDU.
- Sella N., Erwin & Novayelinda R. 2018. Perbandingan Pemberian Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Dan Pijat Akupresur Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer. *JOM FKp* 5 (2). Universitas Riau. <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/21133>. Diakses pada tanggal 06 Oktober 2019.
- Sherwood, L. 2011. *Fisiologi Manusia. (6th ed.)*. Jakarta: EGC.
- Soenanto, H. 2016. *100 Resep Sembuhkan Hipertensi, Asam Urat dan Obesitas*. Jakarta: Kompas Gramedia.
- Stanley, M. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik terjemahan Nety Juniarti, Sari Kurnianingsih*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. 2013. *“Statistika Untuk Penelitian”*. Bandung: Alfabeta.
- Triyanto, E. 2014. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Udjianti, W . 2013. *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.
- Wang, *et al*, 2019. Outpatient Hypertension Treatment, Treatment Intensification, and Control in Western Europe and the United States. American Medical Association. [https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/articlepdf/411524/oi60172\\_141\\_147.pdf](https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/articlepdf/411524/oi60172_141_147.pdf). Diakses pada tanggal 06 Oktober 2019.
- WHO. 2018. *A Global Brief On Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crises*. Geneva: World Health Organization.
- Wirakhmi I. N., Novitasari D. & Purnawan I. 2018. Pengaruh Stimulasi Titik Akupresur Liv 3 (Taichong) Terhadap Nyeri Pada Pasien Hipertensi. *PROFESI (Profesional Islam) Media Publikasi Penelitian* 16 (1). STIKES Harapan Bangsa Purwokerto. [https://www.researchgate.net/publication/333107230\\_PENGARUH\\_STIMULASI\\_TITIK\\_AKUPRESUR\\_Liv\\_3\\_Taichong\\_TERHADAP\\_NYERI\\_PADA\\_PASIEN\\_HIPERTENSI/fulltext/5cdc1c43458515712eac5d5f/333107230\\_PENGARUH\\_STIMULASI\\_TITIK\\_AK](https://www.researchgate.net/publication/333107230_PENGARUH_STIMULASI_TITIK_AKUPRESUR_Liv_3_Taichong_TERHADAP_NYERI_PADA_PASIEN_HIPERTENSI/fulltext/5cdc1c43458515712eac5d5f/333107230_PENGARUH_STIMULASI_TITIK_AK)

UPRESUR Liv 3 Taichong TERHADAP NYERI PADA PASIEN HIPERTENSI.pdf?origin=publication\_detail. Diakses pada tanggal 06 Oktober 2019.