

Analisis penerapan *Slow Stroke Back Massage* pada pasien hipertensi dengan nyeri akut: studi kasus di Klinik Pratama Kubu Husada

Ni Ketut Desi Antari^{a,1*}, Eka Lutfiatus Solehah^{a,2}

^a Program Studi Profesi Ners, Universitas Triatma Mulya, Bali, Indonesia

¹ nikitutdesi94@gmail.com*; ² ekasoleha2018@gmail.com

* corresponding author

INFO ARTIKEL

Article history

Received 25 Mei 2026

Revised 29 Juni 2026

Accepted 17 Juli 2026

Keywords

Nyeri kepala

Low stroke back massage

Studi kasus

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang sering dialami masyarakat dan dapat menimbulkan keluhan nyeri akut pada kepala serta tengkuk akibat peningkatan tekanan darah. Penanganan nonfarmakologis diperlukan untuk membantu mengurangi nyeri dan memberikan rasa relaksasi pada pasien hipertensi. Salah satu terapi yang dapat diberikan adalah *Slow Stroke Back Massage* (SSBM). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan SSBM pada pasien hipertensi dengan nyeri akut di Klinik Pratama Kubu Husada. Metode penelitian menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan pada tiga pasien hipertensi yang mengalami nyeri akut. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Intervensi SSBM diberikan sesuai prosedur selama 3×24 jam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi, ketiga pasien mengalami penurunan skala nyeri, tampak lebih rileks, serta menunjukkan perbaikan kondisi umum. Selain itu, pasien juga mengalami penurunan ketegangan otot pada area kepala dan tengkuk serta peningkatan kenyamanan selama perawatan. Temuan pada ketiga kasus menunjukkan bahwa penerapan SSBM berpotensi membantu mengurangi nyeri akut dan meningkatkan kenyamanan pasien hipertensi sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan.



This is an open access article under the [CC-BY-NC](#) license.

1. Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia maupun di Indonesia karena prevalensinya terus meningkat setiap tahun. Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg yang terjadi secara persisten. Penyakit ini sering disebut sebagai silent killer karena banyak penderita tidak menyadari kondisi yang dialaminya hingga muncul komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, penyakit jantung

koroner, dan gagal jantung. Menurut *World Health Organization* (WHO), lebih dari 1,28 miliar orang dewasa di dunia mengalami hipertensi dan sebagian besar berada di negara berkembang (*World Health Organization*, 2023). Di Indonesia, prevalensi hipertensi juga terus mengalami peningkatan berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang menunjukkan bahwa hipertensi menjadi salah satu penyakit terbanyak pada kelompok usia dewasa dan lanjut usia (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Hipertensi tidak hanya menyebabkan peningkatan tekanan darah, tetapi juga menimbulkan berbagai keluhan fisik yang dapat mengganggu aktivitas dan kualitas hidup pasien. Salah satu keluhan yang paling sering dirasakan pasien hipertensi adalah nyeri kepala dan nyeri pada tengkuk akibat peningkatan tekanan pembuluh darah serta gangguan perfusi jaringan. Kondisi ini dapat menimbulkan rasa tidak nyaman, gangguan tidur, kecemasan, serta menurunkan kemampuan pasien dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Menurut Arca dan Halker Singh (2019), pasien dengan hipertensi dapat mengalami berbagai keluhan, seperti sakit kepala, pusing, dan rasa tidak nyaman, terutama pada kondisi peningkatan tekanan darah yang berat atau krisis hipertensi. Keluhan tersebut dapat memengaruhi kenyamanan, aktivitas sehari-hari, dan kualitas hidup pasien apabila tidak ditangani secara tepat.

Penatalaksanaan hipertensi umumnya dilakukan melalui terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis dilakukan dengan pemberian obat antihipertensi seperti diuretik, *beta blocker*, *calcium channel blocker*, dan antagonis aldosteron untuk membantu mengontrol tekanan darah (Khasanah, 2022). Namun, penggunaan obat dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping tertentu sehingga diperlukan terapi pendukung berupa pendekatan nonfarmakologis. Pendekatan nonfarmakologis pada pasien hipertensi meliputi modifikasi gaya hidup, seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik secara teratur, pengelolaan stres, perbaikan kualitas tidur, serta berbagai pendekatan relaksasi dan terapi komplementer yang bertujuan membantu mengendalikan tekanan darah dan menurunkan risiko komplikasi kardiovaskular (Charchar *et al.*, 2024).

Salah satu terapi komplementer yang mulai banyak diterapkan dalam praktik keperawatan adalah *Slow Stroke Back Massage* (SSBM). SSBM merupakan teknik pijatan lembut yang dilakukan secara perlahan pada area punggung untuk memberikan efek relaksasi pada tubuh. Terapi ini dilakukan dengan gerakan ritmis dan tekanan ringan yang bertujuan meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, serta menurunkan nyeri pada pasien hipertensi (Surya & Yusri, 2022). Terapi *massage* memberikan rangsangan pada mekanoreseptor kulit yang dapat memodulasi transmisi impuls nyeri melalui aktivasi

serabut saraf aferen berdiameter besar serta meningkatkan respons relaksasi, sehingga membantu menurunkan persepsi nyeri (Bialosky *et al.*, 2009).

Menurut Field (2016), terapi *massage* memberikan efek relaksasi melalui stimulasi mekanoreseptor pada kulit yang meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis, sehingga membantu menurunkan persepsi nyeri, mengurangi ketegangan otot, dan meningkatkan kenyamanan pasien. Selain itu, Septiari dan Restuning (2017) menjelaskan bahwa *massage* punggung dapat merangsang sekresi hormon endorfin yang menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah sehingga tekanan darah dan nyeri dapat menurun. Efek relaksasi yang dihasilkan dari terapi *massage* juga membantu pasien menjadi lebih nyaman dan tenang selama proses perawatan.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa SSBM efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah dan mengurangi nyeri pada pasien hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Damayiyah dan Kamariyah (2021) menunjukkan bahwa terapi SSBM dengan minyak serai efektif menurunkan intensitas nyeri kepala pada penderita hipertensi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya penurunan skala nyeri secara signifikan setelah dilakukan intervensi *massage* selama beberapa hari. Selain itu, pasien juga tampak lebih rileks dan mengalami peningkatan kenyamanan selama terapi.

Penelitian lain oleh Marhamah dan Rahani (2023) menyebutkan bahwa terapi SSBM dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa stimulasi relaksasi melalui *massage* mampu meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis dan menurunkan aktivitas saraf simpatis sehingga tekanan darah menjadi lebih stabil. Hasil penelitian tersebut memperkuat bahwa terapi *massage* dapat dijadikan salah satu terapi komplementer dalam penatalaksanaan hipertensi. Selain itu, penelitian oleh Hermawan, *et al.* (2024) menunjukkan bahwa penerapan SSBM tidak hanya membantu menurunkan tekanan darah tetapi juga meningkatkan kualitas tidur pasien hipertensi. Gangguan tidur sering terjadi pada pasien hipertensi akibat rasa nyeri dan ketidaknyamanan yang dirasakan secara terus-menerus. Dengan adanya efek relaksasi dari *massage*, pasien menjadi lebih tenang, ketegangan otot berkurang, dan kualitas tidur meningkat.

Penelitian oleh Yulia *et al.* (2024) mengenai penerapan SSBM pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Pelni Jakarta juga menunjukkan hasil positif terhadap penurunan nyeri kepala dan peningkatan kenyamanan pasien. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa terapi *massage* dapat digunakan sebagai intervensi mandiri keperawatan untuk membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien hipertensi. Meskipun berbagai

penelitian sebelumnya telah membahas efektivitas SSBM, sebagian besar penelitian lebih berfokus pada pengaruh terapi terhadap penurunan tekanan darah atau kualitas tidur pasien hipertensi. Penelitian yang secara khusus membahas penerapan SSBM dalam mengatasi masalah keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi melalui pendekatan studi kasus masih terbatas. Selain itu, sebagian besar penelitian menggunakan metode kuantitatif eksperimental sehingga gambaran proses asuhan keperawatan secara komprehensif masih belum banyak dijelaskan.

Kebaruan ilmiah dalam penelitian ini terletak pada penyajian proses penerapan asuhan keperawatan secara komprehensif terhadap pasien hipertensi dengan nyeri akut melalui intervensi SSBM menggunakan pendekatan studi kasus di Klinik Pratama Kubu Husada, yaitu fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya menggunakan desain kuantitatif untuk menguji pengaruh SSBM terhadap tekanan darah atau intensitas nyeri, penelitian ini mendeskripsikan secara rinci tahapan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, penetapan diagnosis keperawatan, perencanaan intervensi, implementasi, hingga evaluasi pada tiga pasien dengan karakteristik yang berbeda. Pendekatan ini memberikan gambaran kontekstual mengenai penerapan SSBM dalam praktik keperawatan klinik sehingga dapat menjadi referensi bagi perawat dalam mengimplementasikan intervensi nonfarmakologis pada pelayanan kesehatan primer.

Berdasarkan uraian tersebut, permasalahan penelitian ini adalah bagaimana penerapan SSBM pada pasien hipertensi dengan nyeri akut di Klinik Pratama Kubu Husada. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis penerapan SSBM pada pasien hipertensi dengan nyeri akut sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam memberikan intervensi keperawatan komplementer guna membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien hipertensi.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan pada tiga pasien hipertensi yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut di Klinik Pratama Kubu Husada. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala atau tengkuk, mampu berkomunikasi, dan bersedia menjadi responden. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, pengukuran tanda-tanda vital, penilaian

skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS), serta studi dokumentasi rekam medis. Intervensi SSBM diberikan sesuai standar operasional prosedur selama 10–15 menit, satu kali sehari selama 3×24 jam. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan kondisi pasien sebelum dan sesudah intervensi berdasarkan perubahan skala nyeri, respons relaksasi, dan kenyamanan pasien.

3. Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Pratama Kubu Husada terhadap tiga pasien hipertensi yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut. Penerapan asuhan keperawatan dilakukan selama 3×24 jam dengan intervensi utama berupa SSBM sebagai terapi nonfarmakologis. Karakteristik ketiga pasien disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik pasien hipertensi dengan nyeri akut

Pasien	Usia (Tahun)	Jenis Kelamin	Tekanan Darah Awal (mmHg)	Skala Nyeri Awal (NRS)	Riwayat Hipertensi	Konsumsi Obat Antihipertensi	Keluhan Utama
Tn. A	53	Laki-laki	140/90	5	±3 tahun	Tidak rutin	Nyeri kepala dan tengkuk sejak 2 hari, memberat saat aktivitas
Ny. T	85	Perempuan	170/100	6	±5 tahun	Tidak rutin	Nyeri kepala dan tengkuk sejak 3 hari, mengganggu istirahat dan memberat saat aktivitas
Ny. S	49	Perempuan	160/90	5	Hipertensi	Rutin	Nyeri kepala disertai ketegangan leher dan bahu sejak 2 hari, memberat saat aktivitas

Sumber: Data primer hasil pengkajian pasien di Klinik Pratama Kubu Husada (2026)

Berdasarkan Tabel 1 tersebut, ketiga pasien memiliki karakteristik yang berbeda berdasarkan usia, jenis kelamin, tekanan darah awal, riwayat hipertensi, dan kepatuhan mengonsumsi obat antihipertensi. Meskipun demikian, seluruh pasien memiliki keluhan utama berupa nyeri kepala dan tengkuk dengan skala nyeri sedang (NRS 5–6) disertai peningkatan tekanan darah, sehingga seluruhnya ditegakkan diagnosis keperawatan nyeri akut sesuai Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI).

3.1. Karakteristik Pasien Hipertensi dengan Nyeri Akut

Hasil pengkajian menunjukkan bahwa pasien pertama yaitu Tn. A berusia 52 tahun dengan diagnosis medis hipertensi mengalami keluhan nyeri kepala dan tengkuk sejak dua hari sebelum dilakukan pengkajian. Pasien menggambarkan nyeri seperti tertekan benda berat dengan skala nyeri 5 dari 10, bersifat hilang timbul, dan memberat saat melakukan

aktivitas berlebihan. Hasil pemeriksaan tanda vital menunjukkan tekanan darah 140/90 mmHg, suhu tubuh 36,6°C, frekuensi napas 22 kali/menit, dan saturasi oksigen 98%. Pasien juga mengatakan memiliki riwayat hipertensi selama tiga tahun namun tidak rutin mengonsumsi obat antihipertensi.

Pasien kedua yaitu Ny. T berusia 85 tahun dengan riwayat hipertensi mengeluhkan nyeri kepala dan tengkuk sejak tiga hari sebelum pengkajian. Pasien mengatakan nyeri terasa lebih berat saat beraktivitas dan mengganggu waktu istirahat. Sementara itu, pasien ketiga mengalami nyeri kepala disertai ketegangan pada leher dan bahu dengan tekanan darah yang masih berada di atas nilai normal. Berdasarkan hasil pengkajian berupa keluhan nyeri kepala dan tengkuk, ekspresi meringis, peningkatan skala nyeri, serta adanya peningkatan tekanan darah, seluruh pasien ditegakkan diagnosis keperawatan *Nyeri Akut* sesuai Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI) dengan etiologi peningkatan tekanan vaskular serebral akibat hipertensi. Penetapan diagnosis tersebut selanjutnya menjadi dasar dalam penyusunan luaran keperawatan mengacu pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) dan intervensi keperawatan berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), termasuk penerapan SSBM sebagai intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa nyeri kepala merupakan keluhan dominan yang dialami pasien hipertensi. Kondisi ini terjadi akibat peningkatan tekanan pada pembuluh darah yang menyebabkan gangguan perfusi jaringan otak serta ketegangan otot pada area kepala dan tengkuk. Menurut Unger *et al.* (2020), pasien hipertensi dapat mengalami berbagai keluhan, seperti sakit kepala, pusing, dan rasa tidak nyaman yang dapat mengganggu aktivitas serta kualitas hidup. Penatalaksanaan yang tepat diperlukan untuk mengurangi gejala dan mencegah terjadinya komplikasi kardiovaskular.

Selain faktor fisiologis, hasil pengkajian menunjukkan adanya variasi karakteristik usia dan kepatuhan pengobatan pada ketiga pasien. Pada kasus yang diamati, pasien berusia lanjut tampak mengalami tekanan darah dan intensitas nyeri yang lebih tinggi dibandingkan pasien yang lebih muda. Selain itu, pasien yang tidak rutin mengonsumsi obat antihipertensi menunjukkan tekanan darah yang cenderung kurang terkontrol selama pengkajian. Temuan pengamatan ini sejalan dengan Burnier *et al.* (2020) yang menyatakan bahwa prevalensi hipertensi meningkat pada kelompok usia lanjut sebagai akibat perubahan fisiologis yang terjadi seiring proses penuaan. Di samping itu, kepatuhan dalam menjalani terapi antihipertensi merupakan salah satu faktor penting dalam pengendalian tekanan darah dan

pencegahan komplikasi pada pasien hipertensi (Burnier *et al.*, 2020; Ruksakulpiwat *et al.*, 2024).

3.2. Penerapan *Slow Stroke Back Massage* pada Pasien Hipertensi

Intervensi utama yang diberikan dalam penelitian ini adalah SSBM yang dilaksanakan sesuai Standar Operasional Prosedur (SOP) SSBM yang diadaptasi dari Septiari dan Restuning (2017) dan Damawiyah dan Kamariyah (2022). Intervensi dilakukan oleh peneliti yang telah memahami prosedur SSBM dengan pasien berada pada posisi tengkurap (*prone position*) atau posisi yang nyaman sesuai kondisi pasien. Sebelum tindakan dilakukan, area punggung diberikan minyak pijat (*baby oil*) untuk mengurangi gesekan pada kulit. *Massage* dilakukan pada area punggung bagian atas hingga lumbal selama 10–15 menit, satu kali sehari selama 3×24 jam, menggunakan enam gerakan utama, yaitu eflurasi (*effleurage*), gerakan melingkar menggunakan ibu jari, remasan lembut pada otot bahu (*petrissage*), gerakan horizontal, usapan memanjang, dan sentuhan relaksasi sebagai penutup. Setiap gerakan dilakukan secara perlahan, ritmis, dan dengan tekanan ringan untuk memberikan efek relaksasi serta meningkatkan kenyamanan pasien.

Selama implementasi tindakan, pasien tampak lebih rileks dan kooperatif. Sebelum dilakukan intervensi, pasien terlihat sering memegang area kepala dan tengkuk serta menunjukkan ekspresi wajah meringis akibat nyeri. Namun setelah tindakan *massage* dilakukan, pasien mulai menunjukkan perubahan berupa wajah lebih rileks, ketegangan otot berkurang, serta kemampuan istirahat yang lebih baik. Pasien juga mengatakan tubuh terasa lebih nyaman dan nyeri mulai berkurang setelah dilakukan *massage*.

Secara fisiologis, SSBM bekerja melalui stimulasi mekanoreseptor pada kulit yang diteruskan ke sistem saraf pusat sehingga menghasilkan efek relaksasi. Terapi *massage* diketahui dapat meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis dan menurunkan aktivitas saraf simpatis sehingga berkontribusi terhadap penurunan denyut jantung, relaksasi pembuluh darah, dan berkurangnya ketegangan otot (Field, 2016). Selain itu, stimulasi kutaneus melalui SSBM diduga melibatkan pelepasan endorfin sebagai analgesik endogen yang membantu menurunkan persepsi nyeri dan meningkatkan rasa nyaman pasien (Triharini *et al.*, 2017). *Massage* juga membantu meningkatkan sirkulasi darah perifer sehingga perfusi jaringan menjadi lebih baik dan ketegangan otot pada area kepala maupun tengkuk berkurang. Menurut Septiari dan Restuning (2017), *massage* punggung dapat memberikan efek vasodilatasi pembuluh darah yang membantu menurunkan tekanan darah dan mengurangi nyeri pada pasien hipertensi.

3.3. Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap Penurunan Nyeri

Untuk mengevaluasi perubahan kondisi pasien setelah pemberian SSBM selama 3×24 jam, dilakukan penilaian terhadap tekanan darah, skala nyeri, keluhan subjektif, dan tanda objektif sebelum serta sesudah intervensi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perbaikan kondisi pada seluruh pasien, terutama berupa penurunan intensitas nyeri dan peningkatan kenyamanan selama perawatan. Ringkasan perubahan kondisi pasien sebelum dan sesudah intervensi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Perubahan kondisi pasien sebelum dan sesudah penerapan *slow stroke back massage*

Pasien	Skala Nyeri Sebelum (NRS)	Skala Nyeri Sesudah (NRS)	Keluhan Subjektif Sesudah	Tanda Objektif Sesudah
Tn. A	5	2	Nyeri kepala berkurang, tubuh lebih nyaman	Tampak lebih rileks, ekspresi nyeri berkurang
Ny. T	6	3	Nyeri berkurang, istirahat lebih nyaman	Tampak lebih tenang, ketegangan otot berkurang
Ny. S	5	2	Nyeri kepala dan leher berkurang	Ketegangan leher dan bahu menurun, tampak rileks

Sumber: Data primer hasil pengkajian dan evaluasi pasien di Klinik Pratama Kubu Husada, 2026

Berdasarkan Tabel 2, seluruh pasien menunjukkan penurunan skala nyeri setelah pemberian SSBM selama tiga hari berturut-turut. Tn. A mengalami penurunan skala nyeri dari 5 menjadi 2, Ny. T dari 6 menjadi 3, dan Ny. S dari 5 menjadi 2. Selain penurunan intensitas nyeri, seluruh pasien melaporkan berkurangnya keluhan nyeri kepala dan tengkuk, merasa lebih nyaman, serta tampak lebih rileks selama proses perawatan. Secara objektif, terlihat penurunan ekspresi nyeri dan ketegangan otot pada area leher dan bahu, yang menunjukkan adanya perbaikan kondisi klinis setelah intervensi.

Penurunan intensitas nyeri pada penelitian ini menunjukkan bahwa SSBM efektif digunakan sebagai terapi nonfarmakologis pada pasien hipertensi dengan nyeri akut. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Damayiyah dan Kamariyah (2021) yang menyatakan bahwa SSBM efektif menurunkan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi. Penelitian tersebut menunjukkan adanya penurunan skala nyeri secara signifikan setelah pemberian terapi *massage* dibandingkan dengan sebelum intervensi.

Penelitian oleh Surya dan Yusri (2022) juga menunjukkan bahwa SSBM memberikan efek relaksasi yang dapat membantu mengurangi ketegangan otot dan meningkatkan kenyamanan pasien hipertensi. Efek relaksasi tersebut menyebabkan produksi hormon stres seperti kortisol menurun sehingga pasien menjadi lebih tenang dan persepsi

nyeri berkurang. Kondisi psikologis yang lebih baik akan membantu menurunkan aktivitas saraf simpatis sehingga tekanan darah menjadi lebih stabil. Selain menurunkan nyeri, penelitian ini juga menemukan bahwa pasien menjadi lebih mudah beristirahat setelah dilakukan *massage*. Hal ini terlihat dari berkurangnya keluhan sulit tidur dan menurunnya rasa gelisah pada pasien. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Hermawan, *et al.* (2024) yang menyebutkan bahwa SSBM dapat meningkatkan kualitas tidur pasien hipertensi karena memberikan efek relaksasi pada sistem saraf pusat.

3.4. Analisis Keilmuan dan Implikasi Keperawatan

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan SSBM memberikan dampak positif terhadap penurunan nyeri pada pasien hipertensi. Secara ilmiah, kondisi tersebut dapat dijelaskan melalui teori gate control yang menyatakan bahwa stimulasi sentuhan pada kulit dapat menghambat transmisi impuls nyeri menuju otak sehingga persepsi nyeri menjadi menurun. *Massage* juga meningkatkan pelepasan neurotransmitter seperti serotonin dan endorfin yang berfungsi sebagai penghambat alami nyeri.

Dalam praktik keperawatan, terapi SSBM memiliki beberapa keunggulan karena mudah dilakukan, tidak membutuhkan alat khusus, aman, murah, dan dapat diterapkan sebagai intervensi mandiri perawat. Terapi ini juga memperkuat hubungan terapeutik antara perawat dan pasien melalui pendekatan sentuhan yang memberikan rasa aman dan nyaman. Oleh karena itu, penerapan SSBM dapat dijadikan salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam asuhan keperawatan pasien hipertensi dengan nyeri akut. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya dilakukan pada tiga pasien dengan waktu observasi yang relatif singkat. Selain itu, faktor psikologis dan kepatuhan pengobatan pasien juga dapat memengaruhi hasil penelitian. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lanjutan dengan jumlah sampel lebih besar dan desain penelitian eksperimental untuk memperkuat bukti ilmiah mengenai efektivitas SSBM pada pasien hipertensi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan SSBM mampu membantu menurunkan nyeri akut pada pasien hipertensi melalui efek relaksasi, peningkatan sirkulasi darah, penurunan ketegangan otot, dan stimulasi pelepasan hormon endorfin. Temuan ini mendukung hipotesis penelitian bahwa SSBM efektif digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan pasien hipertensi dengan nyeri akut.

4. Kesimpulan

Penerapan SSBM pada pasien hipertensi dengan nyeri akut di Klinik Pratama Kubu Husada menunjukkan hasil yang efektif dalam membantu menurunkan intensitas nyeri pasien. Setelah dilakukan intervensi selama 3×24 jam, seluruh pasien mengalami penurunan skala nyeri, berkurangnya ketegangan otot pada area kepala dan tengkuk, serta peningkatan kenyamanan dan kualitas istirahat. Intervensi SSBM memberikan efek relaksasi melalui stimulasi sistem saraf parasimpatis, peningkatan sirkulasi darah, serta pelepasan hormon endorfin yang berperan dalam menurunkan persepsi nyeri pada pasien hipertensi.

Penurunan intensitas nyeri yang diamati pada penelitian ini menunjukkan adanya perbaikan kondisi pada ketiga kasus setelah penerapan SSBM sebagai bagian dari intervensi keperawatan nonfarmakologis. Hasil pengamatan ini sejalan dengan penelitian Damawiyah dan Kamariyah (2022) yang melaporkan adanya penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi setelah pemberian SSBM. Pada penelitian tersebut, pasien mengalami penurunan skala nyeri setelah dilakukan terapi *massage* dibandingkan sebelum intervensi. Meskipun demikian, perbaikan yang diamati pada ketiga kasus dalam penelitian ini tidak dapat sepenuhnya diatribusikan pada pemberian SSBM, karena selama proses asuhan keperawatan pasien juga tetap memperoleh terapi antihipertensi sesuai program medis, waktu istirahat yang cukup, serta dukungan psikologis dari tenaga kesehatan dan keluarga. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menggambarkan bahwa SSBM berpotensi menjadi intervensi pendukung dalam membantu mengurangi nyeri akut pada pasien hipertensi, namun diperlukan penelitian dengan desain eksperimental dan jumlah sampel yang lebih besar untuk mengonfirmasi efektivitasnya.

BIBLIOGRAFI

- Arca, K. N., & Singh, R. B. H. (2019). The Hypertensive Headache: a Review. *Current Pain and Headache Reports*, 23(5). <https://doi.org/10.1007/s11916-019-0767-z>
- Bialosky, J. E., Bishop, M. D., Price, D. D., Robinson, M. E., & George, S. Z. (2009). The mechanisms of manual therapy in the treatment of musculoskeletal pain: A comprehensive model. *Manual Therapy*, 14(5), 531–538. <https://doi.org/10.1016/j.math.2008.09.001>
- Burnier, M., Polychronopoulou, E., & Wuerzner, G. (2020). Hypertension and Drug Adherence in the Elderly. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 7. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2020.00049>
- Charchar, F. J., Prestes, P. R., Mills, C., Ching, S. M., Neupane, D., Marques, F. Z., Sharman, J. E., Vogt, L., Burrell, L. M., Korostovtseva, L., Zec, M., Patil, M., Schultz, M. G., Wallen, M. P., Renna, N. F., Islam, S. M. S., Hiremath, S., Gyltshen, T., Chia, Y. C., ... Tomaszewski, M. (2024). Lifestyle management of hypertension: International Society of Hypertension position paper endorsed by the World Hypertension League and European Society of Hypertension. *Journal of Hypertension*, 42(1), 23–49. <https://doi.org/10.1097/HJH.0000000000003563>

- Damawiyah, S., & Kamariyah, N. (2022). Implementasi Terapi Slow Stroke Back Massage Dengan Minyak Serai Terhadap Intensitas Nyeri Kepala Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(1), 152–160. <https://doi.org/10.30651/jkm.v7i1.10746>
- Field, T. (2016). Massage therapy research review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 24, 19–31. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2016.04.005>
- Hermawan, I. W., Ryandini, F. R., & Riani, S. (2024). Efektivitas Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Dan Kualitas Tidur Penderita Hipertensi. *Medical Journal of Nusantara*, 3(2), 145–154. <https://doi.org/10.55080/mjn.v3i2.907>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id>
- Khasanah, D. N. (2022). The Risk Factors of Hypertension in Indonesia (Data Study of Indonesian Family Life Survey 5). *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 5(2), 80. <https://doi.org/10.20473/jphrecode.v5i2.27923>
- Marhamah, E., & Rahani, A. (2023). Pemberian Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 9(1), 24–35. <https://doi.org/10.56186/jkbb.111>
- Ruksakulpiwat, S., Schiltz, N. K., Irani, E., Josephson, R., Adams, J., & Still, C. H. (2024). Medication Adherence of Older Adults with Hypertension: A Systematic Review. *Patient Preference and Adherence*, Volume 18, 957–975. <https://doi.org/10.2147/ppa.s459678>
- Septiari, R., & Restuning, D. (2017). Pengaruh terapi *slow stroke back massage* terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi derajat 1 di Panti Wreda Omega Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 1(1). <https://jurnal-d3per.uwhs.ac.id/index.php/mak/article/view/5>
- Surya, D. O., & Yusri, V. (2022). Efektifitas Terapi Slow Stroke Back Massage terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(4), 231–239. <https://doi.org/10.30651/jkm.v7i4.15638>
- Triharini, M., Mardiyah, M., & Hadisuyatmana, S. (2017). Cutaneous Stimulation: Slow-Stroke Back Massage Reduces The Intensity of Osteoarthritis Pain of Elderly. *Jurnal Ners*, 5(1), 87–92. <https://doi.org/10.20473/jn.v5i1.3928>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., *et al.* (2020). 2020 International Society of Hypertension global hypertension practice guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- World Health Organization. (2023). Hypertension. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.
- Yulia, E., Adillah, M. L., Wahyuningsih, S. A., & Putro, D. U. H. (2024). Penerapan Slow Stroke Back Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di RS Pelnj Jakarta. *Jurnal Keperawatan Degeneratif Pelnj*, 1(2), 55–63. <https://doi.org/10.64069/jkd.v1i2.14>