

**PENGARUH MASSAGE TEKNIK EFFLEURAGE TERHADAP  
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI  
DI PUSKESMAS SIMPANG PERIUK**

**Marifat Setiyowati, Dita Amita, Miki Kurnia Fitrizah**

**Dinas Kesehatan Kota Lubuklinggau, Program Studi Ilmu Keperawatan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Bhakti Husada Bengkulu  
Email:marifatsetiyowati@gmail.com**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang harus diwaspadai. Masalah penelitian adalah masih tingginya kasus hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk. Tujuan penelitian adalah diketahui pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

**Metode :** Jenis penelitian yang digunakan *pre-experimental*. Populasi sebanyak 416 orang dan sampel sebanyak 25 orang. Jenis data yang digunakan dalam penelitian adalah menggunakan data primer dan sekunder. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis data univariat dan bivariat dengan metode statistik *shapiro wilk* dan *uji t*. Hasil penelitian nilai rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* adalah 152,80 mmHg dan 95,56 mmHg. Nilai rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah diberikan *massage* teknik *effleurage* yaitu 147,76 mmHg dan 90,76 mmHg. Adanya pengaruh *masage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk dengan hasil *p value* 0,000.

**Simpulan :** Bagi tenaga kesehatan khususnya perawat di Puskesmas Simpang Periuk dapat memberikan penyuluhan dan sosialisasi terhadap *massage* teknik *effleurage* ini sebagai terapi alternative terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi

**Kata kunci :** *Massage* Teknik *Effleurage*, Tekanan Darah, Hipertenisi.

**ABSTRACT**

**Background :** *Hypertension is one of the degenerative diseases that must be watched out for. The research problem is the high prevalence of hypertension in the Simpang Periuk Health Center. The aim of this research is to know the effect of massage effleurage technique on blood pressure in hypertensive patients.*

**Method :** *The type of research used is pre-experimental. The population is 416 people and the sample is 25 people. The type of data used in this research is using primary and secondary data. Data analysis in this study used univariate and bivariate data analysis with Shapiro Wilk*

statistical methods and t test. The results of the study the average value of systolic and diastolic blood pressure before being given an effleurage massage technique was 152.80 mmHg and 95.56 mmHg, respectively. The average value of systolic and diastolic blood pressure after the effleurage massage technique was 147.76 mmHg and 90.76 mmHg, respectively. The effect of massage effleurage technique on blood pressure in patients with hypertension at the Simpang Periuik Health Center with a p value of 0.000.

**Results :** For health workers, especially nurses at the Simpang Periuik Health Center, they can provide counseling and socialization of this effleurage massage technique as an alternative therapy for blood pressure in patients with hypertension.

**Keywords:** Massage Technique Effleurage, Blood Pressure, Hypertension.

## PENDAHULUAN

Terhitung pada abad ke-21, saat ini, dalam periode yang disebut era milenial, dimana ada begitu banyak penyakit yang tidak menular seperti hipertensi, stroke,, gangguan kardiovaskular, diabetes, obesitas dan yang mengejutkan telinga diseluruh dunia yang sangat mungkin penyakit yang paling berbahaya sampai saat ini adalah penyakit hipertensi (Fitriani dan Sitepu, 2018).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan *The International Society Of Hypertension* (ISH) tahun 2019, menyatakan bahwa saat ini, ada lebih dari 600 juta orang di planet ini yang mengalami hipertensi dan 3 juta di antaranya meninggal secara konnsisten. Tepatnya di Indonesia, seperti yang ditunjukkan oleh studi kesejahteraan keluarga 2019, penyebaran hipertensi di Indonesia sangat tinggi, terutama 83 untuk setiap 1000 kerabat. Seperti yang ditunjukkan oleh *The International Clinical Pidemology Network* (INCLN) penyebaran hipertensi di Indonesia mencapai 23% (Sharma et al,2020).

Informasi dari Dinkes Provinsi Sumatera Selatan tahun 2018 dengan korban hipertensi di Sumatera Selatan lebih dari 35.716 orang dengan prevalensi 53,3% (Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2018). Sedangkan data Dinkes Kota Lubuklinggau tahun 2019 penderita hipertensi di kota lubuklinggau tahun 2019 penderita di kota Lubuklinggau sebanyak 73,9% yaitu dari 42.377. Estimasi penderita hipertensi terdapat 31.315 penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan (Laporan Pelayanan Minimal (SPM) Dinas Kesehatan Kota Lubuklinggau, 2019).

Data yang didapatkan dari Puskesmas Simpang Periuik Kota Lubuklinggau Tahun 2018 penderita hipertensi 2.554 orang, tahun 2019 3.970 orang. Berdasarkan data di Puskesmas Simpang Periuik Kota Lubuklinggau dalam 3 bulan terakhir jumlah penderita hipertensi pada tahun 2020 dari bulan juni sampai dengan bulan agustus adalah 416 orang. Dari pra survey desember 2020 di Puskesmas Simpang Periuik terdapat 25 penderita hipertensi (Surveilans Kasus Penyakit Tidak Menular (PTM), 2002).

Hipertensi adalah masalah sistem vena yang menghasilkan peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik didalam arteri diatas normal. Peningkatan tekanan darah ssistolik dan diastolik di jalur suplai “(arteri)” dapat terjadi beberapa kali terutama jantung memompa lebih antusias sehingga mengalir lebih banyak cairan secara konsisten “(arteri)” kehilangan kemampuan beradaptasi dan menjadi kencang sehingga tidak dapat mengembang ketika jantung memompa darah melalui arteri (Triyanto, 2014).

Oleh karena itu, hipertensi merupakan penyakit yang tidak pandang bulu yang dapat menyerang siapa saja, tua dan muda. Faktanya, hipertensi tidak bisa langsung membunuh korbannya, namun hipertensi memicu berbagai penyakit yang tergolong parah dan mematikan serta dapat meningkatkan risiko serangan jantung, stroke dan gangguan kardiovaskular (Seko dan Lolong, 2016).

Maka dari itu tekanan darah harus diturunkan, karena dalam keadaan demikian hipertensi dapat menahan sistem peredaran darah dan organ yang mendapat suplai darah (termasuk jantung dan otak besar) sehingga terganggu. Jika tekanan darah tinggi, dapat menyebabkan beberapa komplikasi serius dan penyakit kardiovaskular seperti angina, kerusakan kardiovaskular, stroke, serangan jantung, kerusakan ginjal (Astikawati dan Safitri, 2013).

Antisipasi hipertensi dapat dilakukan dengan secara berbeda. Macam-macam cara yang dapat dilakukan untuk

mengendalikan tekanan darah atau mengontrol tekanan darah dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologis yang sebagian besar diberikan, dengan obat-obatan dan pengobatann non-farmakologis khususnya pengobatan alami, aromaterapi, perubahan cara hidup, kepatuhan terhadap resep, pengendalin stress dan terapi relaksasi (Wiramardani & Mutikarani, 2017).

Terapi relaksasi sebuah, tindakan yang harus dilakukan pada setiap anti-hipertensi. Jika tekanan darah terlalu tinggi, pembuluh darah akan menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah sehingga akan menyebabkan tekanan darah turun dan menjadi normal. Untuk membuat tubuh rileks, dapat dilakukan beberapa cara, seeperti teraapi musik klasik, yogga, teknik nafas dalam dann terapi *massage* (Adawiyah & Febriani, 2016).

Massage adalah sentuhan menggunakan tangan yang diberikan pada bagian tubuh tertentu yang bisa mengurangi kekencangan atau ketegangan otot dan dapat mempelancar tekanan darah. Startegi relaksasi memiliki dampak yang sama seperti oobat-obatan, anti hipertensi dalam menurunkan tekanan darah. Interkasi dimulai dengan mengendurkan otott polos saluran pembuluh darah arterii dan vena untuk menjadi rileks berbagai otot tubuh yang berbeda, sehingga mengurangi norepinefrin dalam darah (Ananto, 2017).

Beberapa penelitian, menunjukkan pengobatan terapi *massage* atau pijat

yang dilakukan secara rutin dapat mengurangi tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar hormone stress *cortisol*, menurunkan kecemasan sehingga tekanan darah akan turun dan kapasitas tubuh akan meningkat. Dalam melakukan *massage* terdapat banyak kontrol atau prosedur yang paling dikenal dan sederhana untuk dilakukan salah satunya adalah teknik *effleurage* (Ananto, 2017).

*Massage* teknik *effleurage* bentuk massase ini dengan menggunakan telapak tangan memberikan faktor tekanan lembut diatas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang (Ekowati, Wahyu, & Alifa, 2011). *Massage* teknik *effleurage* bertujuan mempelancar cairan getah bening "cairan *limpha*", peredaran darah, yang membantu mengalirkan darah di pembuluh darah besar (darah *venus*) sehingga cepat kembali ke jantung dan ketika selesai dilakukan dengan tekanan yang lembut akan berdampak penenangan. *Massage* teknik *effleurage* dapat memperkuat pusat saraf untuk mengeluarkan endorfin yang mempengaruhi perkembangan saraf parasimpatis dan mengurangi hormon kortisol, norepinephrine dan dopamine, menyebabkann aliran darah vena kembali ke jantung lebih cepat dan vasodilatasi vena menyebabkan rileksasi dan tekanan darah turun.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah

pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuik.

### **Metode Penelitian**

Peneliti menggunakan metode penelitiann yaitu desain penelitian *pre-experimental designs* dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest design* (Sugiyono, 2015). Peneliti melakukan pengukuran tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* dan setelah diberikan *massage* teknik *effleurage*. Sampel merupakan pasien hipertensi di Puskesmas Simpang Periuik sebanyak 25 sampel teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Kriteria inklusi sampel penelitian adalah pasien hipertensi, sedang tidak mengkonsumsi obat hipertensi pada saat dilakukan *massage* teknik *effleurage*, dan pasien yang belum pernah mendapatkan *massage* teknik *effleurage*.

Pengumpulan data penelitian inii menggunakan data primer dan sekunder. Sebelum dilakukan *massage* teknik *effleurage* terlebih dahulu peneliti mengukur tekanan darah dan sesudah dilakukan *massage* teknik *effleurage* tekanan darah dilakukan pengukuran kembali. Pada penelitian ini *massage* teknik *effleurage* diberikan pada bagian punggung, bahu, leher, dan tangan setiap gerakan dilakukan sebanyak tujuh kali pengulangan dengan satu kali intervensi dengan jangka waktu 20 menit sebanyak tiga kali perlakuan selama satu minggu. Analisis data menggunakan uji normalitas *shapiro wilk* yang artinya bahwa p valaue

> 0,05 dinyatakan berdistribusi normal dan statistik uji t didapatkan nilai p = 0,000

artinya ada pengaruh.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Rata-Rata Nilai Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum Diberikan *Massage* Teknik *Effleurage* Di Puskesmas Simpang Periuk

Tekanan Darah	Mean	Standar Deviasi	95% Confidence Interval	Minimum-Maksimum
Sistolik	152,80	4,262	151,04 sampai 154,56	145-159
Diastolik	95,56	2,181	89,61 sampai 91,91	90-99

Berdasarkan tabel 1 di atas tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* terendah adalah 145 mmHg dan tertinggi 159 mmHg, dengan nilai rata-rata tekanan darah sistolik sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* adalah 152,80 mmHg pada *confidence interval* 151,04 sampai

154,56 dan pada tekanan darah diastolik penderita hipertensi sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* terendah 90 mmHg dan tertinggi 99 mmHg, dengan nilai rata-rata tekanan darah diastolik penderita hipertensi sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* adalah 95,56 pada *confidence interval* 89,61 sampai 91,91.

Tabel 2 Rata-Rata Nilai Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sesudah Diberikan *Massage* Teknik *Effleurage* Di Puskesmas Simpang Periuk

Tekanan Darah	Mean	Standar Deviasi	95% Confidence Interval	Minimum-Maksimum
Sistolik	147,76	4,594	145,86 sampai 149,66	139-155
Diastolik	90,76	2,788	89,61 sampai 91,91	85-95

Berdasarkan tabel 2 di atas tekanan darah sistolik penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk sesudah diberikan *massage* teknik *effleurage* terendah 139 mmHg dan tertinggi 155 mmHg, nilai rata-rata tekanan darah sistolik penderita hipertensi sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* adalah

147,76 pada *confidence interval* 145,86 sampai 149,66 dan tekanan darah diastolik penderita hipertensi sesudah dilakukan *massage* teknik *effleurage* terendah adalah 85 mmHg dan tertinggi 95 mmHg, nilai rata-rata tekanan darah diastolik penderita hipertensi sesudah diberikan *massage*

teknik *effleurage* adalah 90,76 pada *confidence interval* 89,61 sampai 91,91.

Tabel 3 Uji Normalitas Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah Diberikan *Massage* Teknik *Effleurage* Di Puskesmas Simpang Periuik

Tekanan Darah	Shapiro-wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Sebelum diberikan <i>massage</i> teknik <i>effleurage</i>	,936	25	,118
Sesudah diberikan <i>massage</i> teknik <i>effleurage</i>	,950	25	,248

Dari tabel 3 dapat dilihat hasil uji normalitas tekanan darah sistolik pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuik menunjukkan bahwa p value > 0,05 khususnya pada tekanan darah sistolik sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* pada penderita hipertensi di Puskesmas

Simpang Periuik dengan p (0,118) > 0,05 dan sesudah diberikan *massage* teknik *effleurage* pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuik dengan p (0,118) > 0,05 dan setelah diberikan *massage* teknik *effleurage* tekanan darah sistolik p (0,248) > 0,05 dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 4 Uji Normalitas Tekanann Darah Diastolik Sebelum dan Sesudah Diberikan *Massage* Teknik *Effleurage* Di Puskesmas Simpang Periuik

Tekanan Darah	Shapiro-wilk		
	Statistic	DF	Sig.
Sesudah diberikan <i>masage</i> teknik <i>effleurage</i>	,936	25	,118
Sesudah diberikan <i>massage</i> teknik <i>effleurage</i>	,935	25	,111

Dari tabel 4 dapat dilihat hasil uji normalitas tekanan darah diastolik padaa penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuik dari keseluruhan bahwa p value > 0,05 pada tekanan darah diastolik sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage*

pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuik dengan p (0,118) > 0,05 dan sesudah diberikan *massage* teknik *effleurage* pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuik dengan p (0,111) > 0,05 dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 5 Pengaruh *Massage* Teknik *Effleurage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Simpang Periuk

Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik	Mean	SD	SE	P value
Sebelum dan sesudah diberikan <i>massage</i> teknik <i>effleurage</i>	5,040	1,172	,234	,000
	4,800	1,780	,356	,000

Berdasarkan tabel 5 diatas diperoleh hasil uji statistik didapatkan nilai  $p=0,000$ , berarti ( $\alpha$ ) dapat disimpulkan adanya pengaruh *massage* teknik *effleurage*

terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk.

### Pembahasan

Pada analisis univariat di dapatkan rata-rata nilai tekanan darah ssistolik dan diastolik penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk sebelum dilakukan *massage* teknik *effleurage* adalah 152,80 mmHg dan 95,56 mmHg. Sedangkan rata-rata nilai tekanan darah sistolik dan diastolik penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk sesudah diberikan *massage* teknik *effleurage* adalah 147,76 mmHg dan 90,76 mmHg.

Analisis bivariat dengan menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk* dan data dianalisis menggunakan *ujii t* dengan tingkat kepercayaan 95% atau  $\alpha = 0,05$ . Uji normalitas tekanan darah sistolik penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk sebelum dan sesudah diberikan *massage* teknik *effleurage* pada penderita hipertensi dengan  $p(0,118) > 0,05$  dan  $p(0,248) > 0,05$  sedangkan uji normalitas tekanan darah diastolik pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk sebelum dan sesudah

diberikan *massage* teknik *effleurage* pada penderita hipertensi dengan  $p(0,118) > 0,05$  dan  $p(0,111) > 0,05$  dinyatakan berdistribusi nnormal. Adapaun pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk hasil *uji t* didapatkan nilai  $p=0,000$ , berarti ( $\alpha$ ) sehingga peneliti menyimpulkan bahwa adanya pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk.

Tujuan penelitiann ini untuk mendapatkan informasi tentang pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk. Pemberian *massage* teknik *effleurage* selama 20 menit terhadap responden sesuai dengan "SOP" *massage* teknik *effleurage* akan menghasilkan perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan intervensi *massage* teknik *effleurage*.

Peneliti beramsusi bahwa *massage* teknik *effleurage* dapat berpengaruh terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi karena dari hasil penelitian menunjukkan responden yang sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* mengalami hipertensi *grade* I terdapat perbedaan tekanan darah setelah diberikan *massage* teknik *effleurage* artinya ada pengaruh *massage* teknik *effleurage*.

Hasil penelitian ini didapatkan, responden yang sudah dilakukan *massage* teknik *effleurage* merupakan salah satu terapi non farmakologis untuk upaya mengontrol tekanan darah dan mengurangi tekanan darah guna meningkatkan rasa nyaman pada penderita hipertensi. Jika tubuh terasa enak dan nyaman, sistem kerja tubuh akan lancar, jantung berdetak normal dan transportasi oksigen ke sel-sel tubuh terpenuhi, metabolisme tubuh sesuai kebutuhan, homeostasis tubuh diatur dan tidak memicu stres, sehingga akan mengoptimalkan tubuh dalam mengatasi komplikasi pada hipertensi.

Pada penelitian ini diketahui hasil dengan dilakukan *massage* teknik *effleurage* nilai rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* di Puskesmas Simpang Periuk adalah 152,80 mmHg dan 95,56 mmHg sedangkan nilai rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sesudah diberikan *massage* teknik *effleurage* di Puskesmas Simpang Periuk adalah 147,76 mmHg dan 90,76 mmHg. Hasil uji *t* mempunyai nilai signifikan senilai ,000, tekanan darah

sistolik dan diastolik hasil ini memperlihatkan mempunyai nilai kurang dari 0,005 yang memiliki arti adanya perbedaan yang signifikan terhadap pemberian *massage* teknik *effleurage* pada penderita hipertensi.

Penyebab faktor dari hipertensi pada responden hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk bermacam-macam salah satunya karena pematangan menyebabkan perubahan fisiologis dalam tubuh, misalnya penebalan pembuluh darah karena perkembangan kolagen di lapisan otot, sehingga pembuluh darah membatasi dan menjadi padat pada usia 45 tahun. Faktor lain yang dialami responden jarang melakukan cek tekanan darah secara berkalah, terlalu banyak, merokok, stress, kurang tidur, dan kelebihan berat badan. Rata-rata responden mengeluh sakit dibagian tungkuk kepala dan sering sakit kepala.

Oleh karena itu responden yang sudah menderita hipertensi tekanan darahnya harus diturunkan agar tekanan darah dapat terkontrol dengan baik. Maka dari itu responden diberikan *massage* teknik *effleurage*, agar merasa tenang dan nyaman, sehingga berkurangnya hormon kortisol, norepinephrine dan dopamine, berakibatkan aliran darah vena lebih cepat kembali ke jantung dan vasodilatasi pembuluh darah terjadi rileksasi dan tekanan darah menjadi turun.

Berdasarkan dari hasil penelitian perbedaan nilai rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan *massage* teknik *effleurage*



menunjukkan terdapat perbedaan tekanan darah yang dialami responden karena sentuhan menggunakan tangan yang dilakukan pada bagian tubuh tertentu pada proses pelaksanaan *massage* teknik *effleurage*. Karakteristik responden juga merupakan faktor pendukung keberhasilan pemberian perlakuan dalam upaya mengurangi tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuik.

Menurut (Ananto, 2017), tujuan *massage* teknik *effleurage* memperlancar peredaran darah, cairan getah bening (cairan *limpha*), yang membantu mengalirkan darah di pembuluh darah besar (darah *venus*) sehingga cepat kembali ke jantung dan ketika selesai dilakukan dengan tekanan yang lembut akan berdampak penenangan. *Massage* teknik *effleuarge* dapat memperkuat pusat saraf untuk mengeluarkan endorfin yang mempengaruhi pergerakan saraf parasimpatis dan mengurangi hormon kortisol, norepinefrin, dan dopamin, menyebabkan aliran darah vena kembali ke jantung lebih cepat dan vasodilatasi vena menyebabkan relaksasi dan tekanan darah menjadi turun.

Dari hasil penelitian terdahulu didapatkan, hasil penelitian ini diperkuat hasil penelitian yang dilakukan (Ananto, 2017), tentang pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi pada bagian punggung, dan ekstermitas atas terhadap penurunan

tekanan darah pada penderita hipertensi, menunjukkan hasil penelitian rata-rata tekanan darah sistolik dari 156,60 mmHg menjadi 141,33 mmHg, dan tekanan darah sistolik dari 87,60 mmHg menjadi 81,20 mmHg dengan nilai  $p$  value = 0,000 ( $p < 0,05$ ) maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh *massage* teknik *effleurage* ditemukan pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

Hal ini senada dengan Penelitian yang dilakukan (Fitriani & Sitepu, 2018), tentang pengaruh *massage* teknik *effleurage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan hasil pemeriksaan nilai tekanan darah sistolik normal sebelum dan setelah intervensi adalah 19,4 mmHg dan nilai tekanan darah diastolik sebelumnya, kemudian setelah intervensi adalah 9,8 mmhg dengan nilai  $p=0,005$  ( $p<0,005$ ). Ditemukan bahwa ada pengaruh setelah diberikan *massage effleurage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Bakti Jaya Setu Tangerang.

Penelitian lain oleh (Astuti, Zuliah, & Pujiyanto, 2020), sebuah jurnal penelitian yang berjudul “Efektivitas *Massage Effleurage* Dan Terapi Musik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Bersalin Dengan Preeklamsi”, dengan hasil penelitian yaitu nilai rata-rata tekanan darah sebelum diberikan perlakuan *massage effleurage* adalah 157,75/90 mmhg sedangkan nilai rata-

rata tekanan darah sesudah diberi perlakuan *massagee effleurage* adalah 134/80 mmhg.

Penelitiann ini ssejalan dengan penelitiann yang dilakukan oleh (Hayati, Nugraha, & Fransiska, 2020) menunjukkan hasil yang sama yang berjudul "*Massage Effleurage* Pada Bagian Punggung Tangan, Bahu, Leher Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Fase 1", dengan hasil penelitian didapatkan nilai p value 0,001 ( $p < 0,05$ ) yang berarti ppemberian *massage effleurage* padaa bagian punggung, tangan, bahu, leher dapat menurunkan tekanan darah penderita hipertensi fase 1.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Nilai rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik penderita hipertensi sebelum diberikan *massage* teknik *effleurage* di Puskesmas Simpang Periuk adalah 152,80 mmHg dan 95,56 mmHg.
2. Nilia rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik penderita hipertensi sesudah diberikan diberikan *massage* teknik *effleurage* di Puskesmas Simpang Periuk adalah 147,76 mmHg dan 90,76 mmHg.
3. Adanya pengaruh *massagee* teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk dengan *p value* 0,000.

### DAFTAR PUSTAKA

- (2018). Profil Dinas Kesehatan Propinsi Sumatera Selatan. Sumatera Selatan: Dinkes Kesehatan Propinsi Sumsel.
- Laporan Pelayanan Minimal (SPM) Dinas Kesehatan Kota Lubuklinggau.* (2019). Kota Lubuklinggau: Dinas Kesehatan Kota Lubuklinggau.
- Surveilans Kasus Penyakit Tidak Menular (PTM).* (2020). Lubuklinggau: Puskesmas Simpang Periuk.
- Adawiyah, F., & Febriani. (2016). Pengaruh Terapi Pijat Swedia Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi Di Balai Sosial Lanjut Usia "Mandalika". 40-50.
- Ananto, D. P. (2017). Pengaruh Massage Teknik Effleurage Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kalirejo Kabupaten Purworejo. 1-7.
- Astuti, L. P., Zuliah, & Pujiyanto, T. I. (2020). Efektivitas Massage Effleurage Dan Terapi Musik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Bersalin Dengan Pre Eklamsi. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Vol.11 No.1* , 43-50.

- Azamti, B. N., Ramli, R., & Julyati. (2019). Pengaruh Terapi Pijat Effleurage Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi Di Lingkungan Batu Ringgit Selatan Kelurahan Tanjung Karang Kota Mataram. *Prima Volume 5 No 2*, 75-80.
- Budiman, B., & Hafiz, A. (2012). Epistaksis Dan Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 75-79.
- Dahlan, M. (2014). *Besar Sampel Dalam Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia.
- DPP PPNI, T. P. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi Dan Indikator Diagnostik*. Jakarta: Edisi I PPNI.
- Dwi Anggara, F. H., & Prayitno, N. (2013). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni Cikarang Barat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 20-25.
- Ekowati, Wahyuni, & Alifa. (2011). Efek Teknis Massase Effleurage Pada Abdomen Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Dismenore Primer Mahasiswa Fsik Fkub Malang. *Skripsi*.
- Fitriani, D., & Sitepu, P. (2018). Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Bakti Jaya Setu Tangerang Selatan. *Edudharma Journal Vol 2 No.2, September 2018*, 50-59.
- Goesalosna, D., Widyastuti, Y., & Hafiddudin, M. (2019). Upaya Pencegahan Resiko Penurunan Perfusi Jaringan Perifer Melalui Pijat Refleksi Kaki Pada Asuhan Keperawatan Hipertensi. *Media Publikasi Penelitian, Vol 15 No 01*, 2-6.
- Hayati, N. I., Nugraha, A. L., & Fransiska, D. (2020). Massage Effleurage Pada Bagian Punggung, Tangan, Bahu, Leher Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Fase I. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan Volume 4 Nomor 1, Mei 2020*, 50-64.
- K. R. (2015). *Dalam Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kelana. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta: Trans InfoMedia.
- Kemenkes, R. (2014). *Dalam Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Magfirah. (2016). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Program Studi SI Fisioterapi Angkatan 2013 Dan

- 2014 Di Universitas Hasanuddin.  
[Skripsi Ilmiah.FK:Universitas  
Hasanudin Makasar.
- Tekanan Darah Pada Pasien  
Hipertensi. *Jurnal Ilmu  
Keperawatan Dan Kebidanan.*
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi  
Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT  
Rineka Cipta.
- Seko, B., & Lolong. (2016). Hubungan  
Kejadian Stres Dengan Penyakit  
Hipertensi Pada Lansia Di Balai  
Penyantunana Lanjut usia Senjah  
Cerah Kecamatan Mapanget Kota  
Manado. 1-5.
- Nuraini, B. (2015). Risk Factors Of  
Hypertension. *Medical Jurnal Of  
Lampung University Vol 4 No 5.*
- Setiawan, A. (2015). *Sport Massage Pijat  
Kebugaran.* Yogyakarta: Magnum.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015).  
*Aplikasi Asuhan Keperawatan  
Berdasarkan Diagnosi Medis  
Dan NANDA Panduan  
Penyusunan Askep Profesional.*  
Yogyakarta: Medi Action.
- Setyaningrum, N., Permana, I., & Yuniarti,  
F. A. (2017). Progressive Muscle  
Relaxation Dan Slow Deep  
Breathing Pada Penderita  
Hipertensi. *JPPNI Vol 02 No 01  
April-Juli* , 33-43.
- Priyonoadi. (2011). *Sport Massage.*  
Yogyakarta: Fakultas Ilmu  
Keolahragaan Universitas Negeri  
Yogyakarta.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2013). Buku  
Ajar Keperawatan Medikal Bedah.  
Dalam A. B. Waluyo, *Buku Ajar  
Keperawatan Medikal Bedah  
Brunner & Suddarth edisi 8.*  
Jakarta: EGC.
- Retno, A., & Prawesti, D. (2012). Tindakan  
Slow Stroke Back Massage Dalam  
Menurunkan Tekanan Darah Pada  
Penderita Hipertensi . *Jurnal  
STIKES Vol.5 No.3*, 221-227.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian  
Kuantitatif Kualitatif Dan R&D.*  
Bandung: Alfabeta.
- Riskesdas. (2018). Profil Data Kesehatan  
Indonesia Tahun 2018. Jakarta:  
Kementerian Kesehatan  
Indonesia.
- Suhadak. (2010). Pengaruh Pemberian  
Teh Rosella Terhadap Penurunan  
Tekanan Darah Tinggi Pada  
Lansia Di Desa Windu Kecamatan  
Karangbinnagun Kabupaten  
Lamongan. *BPPM Stikes  
Muhammadiyah Lamongan.*
- Saferi Wijaya, A., & Putri, Y. M. (2013).  
*Keperawatan Medikal Bedah I  
Keperawatan Dewasa.*  
Yogyakarta: Nuha Medika.
- Saputro, F. (2013). Pengaruh Pemberian  
Masase Punggung Terhadap

- (2018). Dalam D. K. Sumsel, *Profil Dinas Kesehatan Proponsi Sumatera Selatan*. Sumatera Selatan.
- Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Udjianti, W. J. (2010). *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Selemba Medika.
- Wardani, & Herlina. (2017). Efektivitas Massase Effleurage Dan Massase Counterpressure Terhadap Penurunan Nyeri Bersalin. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*.
- Wiramardani, O., & Mustikarani. (2017). Pengaruh Kombinasi Effleurage Massage Technique Dan Pemberian Aromaterapi Vanila Terhadap Perubahan Tekanan Darah Di Dusun Dawan Kabupaten Karanganyar. 1-12.
- Yanti, E., Rahayuningrum, D. C., & Arman, E. (2018). Efektifitas Massase Punggung Dan Kaki Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika Volume 10 Nomor 1*  
<https://dx.doi.org/10.306333/jkms.v10i1.305>, 18-31.
- Yonata, A., & Pratama, A. S. (2016). Hipertensi Sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke. *Majority Voume 5 Nomor 3*, 17-21.
- Yulanda, G., & Lisiswanti, R. (2017). Penatalaksanaan Hipertensi Primer. *Majority Volume 6 Nomor 1 Februari*, 25-33.