

**PENGARUH TERAPI *SLOW STROKE BACK MASSAGE*
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL DENGAN
HIPERTENSI**

SKRIPSI



**Oleh:
Ardhea Prahestu Regita Cahyani
NRP: 9103021025**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2025**

**PENGARUH TERAPI *SLOW STROKE BACK MASSAGE*
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL DENGAN
HIPERTENSI**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh:
Ardhea Prahestu Regita Cahyani
NRP: 9103021025

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2025**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Ardhea Prahestu Regita Cahyani

NRP : 9103021025

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

**Pengaruh Terapi *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Tekanan Darah
pada Ibu Hamil dengan Hipertensi**

Benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah di peroleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Dengan surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 17 Juni 2025
Yang membuat pernyataan,



Ardhea Prahestu Regita Cahyani
NRP.9103021025

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Ardhea Prahestu Regita Cahyani

NRP : 9103021025

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul :

Pengaruh Terapi *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Dengan Hipertensi

Untuk dipublikasikan/ditampilkan diinternet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 15 Juli 2025

Yang menyatakan

Ardhea Prahestu RC

NRP. 9103021025

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI

OLEH:

Ardhea Prahestu Regita Cahyani
NRP: 9103021025

Pembimbing Utama : Linda Juwita, S.Kep.,Ns., M.Kep.



Pembimbing Pendamping : Made Indra Ayu A, S.Kep.,Ns., M.Kep. (.....)

Surabaya, 17 Juni 2025

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH TERAPI *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI

Skripsi yang ditulis oleh Ardhea Prahestu Regita Cahyani NRP. 9103021025 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 7 Juli 2025 dan telah dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

1. Ketua : Ninda Ayu Prabasari, S.Kep., Ns., M.Kep. ()
2. Sekretaris : Kristina Pae, S.Kep., Ns., M.Kep. ()
3. Anggota : Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep. ()
4. Anggota : Made Indra Ayu A., S.Kep., Ns., M.Kep. ()



Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep.

NIK. 911.06.0600

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim penyusunan Skripsi ini Peneliti persembahkan kepada:

Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kemampuan, kesejahteraan, ketenangan, kedamaian, sukacita, dan selalu memberikan tuntunan pada setiap langkah kehidupan peneliti, sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik

Ayah Tulus Siswanto, Mama Endang Setyorini, Adek Arya Nathan A, Uti Katirah, dan Kakung Kadisan yang menjadi orang tersayang bagi peneliti dan selalu memberikan dukungan baik doa, fisik, materi, motivasi dan semangat tanpa batas kepada peneliti.

Pembimbing Saya Ibu Linda Juwita dan Ibu Made Indra Ayu Astarini, penguji saya Ibu Ninda Ayu Prabasari dan Ibu Kristina Pae, dan penasihat akademik saya Ibu Maria Manungkalit yang senantiasa memberikan bimbingan, arahan, semangat serta waktu kepada peneliti dalam penyusunan skripsi.

Diri saya sendiri terima kasih sudah berjuang dan bertahan sampai di titik ini, dan tetap memeluk diri sendiri dengan erat sekancang apapun badainya.

HALAMAN MOTTO

“Success is not final, Failure is not fatal: it is the courage to continue that counts”

(Winston Churchill)

“Lakukanlah yang terbaik hari ini, karena belum tentu kesempatan yang sama akan datang lagi”

(Qs. Al-Mulk: 2)

“Nilai memang penting, tetapi menjadi manusia yang memiliki *attitude* tidak menjatuhkan orang lain, memiliki empati dan integritas adalah segalanya”

(Mama)

“Kenali dirimu sendiri, ketahui kemauan dirimu sendiri, dan jadilah yang terbaik untuk dirimu sendiri”

(Ardhea Prahestu Regita Cahyani)

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan anugerah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tahap penyusunan skripsi yang berjudul “PENGARUH TERAPI *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP TEKanan DARAH PADA IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI”. Adapun skripsi telah disusun oleh peneliti sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan dari Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Peneliti juga menyadari dalam proses penyusunan skripsi ini diselesaikan dengan baik karena adanya bimbingan, dukungan dan masukan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan penghargaan yang tulus dan ucapan terima kasih kepada:

1. Yesiana Dwi Wahyu Werdhani, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Keperawatan yang telah memberi bimbingan selama peneliti melakukan studi.
2. Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing utama yang dengan tulus memberikan arahan, saran, dan dukungan dengan penuh kesabaran dalam proses penyusunan skripsi.
3. Made Indra Ayu Astarini, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing pendamping yang dengan tulus memberi arahan, saran, dan dukungan dengan penuh kesabaran dalam proses penyusunan skripsi.

4. Ninda Ayu Prabasari, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku ketua penguji yang telah memberikan masukan, kritik, dan saran yang sangat membangun dalam penyusunan skripsi ini. Bimbingan dan arahan yang Ibu berikan menjadi motivasi serta acuan penting dalam menyempurnakan skripsi ini.
5. Kristina Pae, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku sekretaris penguji yang telah meluangkan waktu, tenaga, serta memberikan perhatian dan masukan berharga selama proses ujian. Tanggapan dan koreksi yang Ibu berikan menjadi motivasi dalam penyempurnaan skripsi ini.
6. Kepada seluruh responden pada penelitian ini peneliti menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya khusus ibu hamil dengan hipertensi, yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan data, dan bekerja sama selama proses penelitian ini berlangsung. Partisipasi dan kepercayaan yang diberikan sangat berarti dan menjadi bagian penting dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Kepada pihak Puskesmas Kedungdoro dan Puskesmas Tembok Dukuh Surabaya sudah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Surabaya.
8. Kepada Kader Surabaya Hebat (KSH) peneliti mengucapkan terima kasih atas bantuan, dukungan, dan kerjasamanya selama proses pengumpulan data yang sangat berperan dalam memfasilitasi pendampingan aktif selama proses penelitian di lapangan, khususnya dalam menjangkau responden ibu hamil dengan hipertensi.

9. Maria Manungkalit, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku penasihat akademik yang sudah memberikan dukungan kepada peneliti agar dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan baik dan tepat waktu.
10. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah membantu dan mendukung proses pembelajaran peneliti hingga sampai di titik penyusunan skripsi.
11. Kepada Ayah Tulus Siswanto, Mama Endang Setyorini Amd.Kep, dan Adek Arya Nathan Althafurrahman yang selalu mendoakan serta memberikan dukungan yang tidak ada batasnya dalam segala hal sehingga peneliti tetap semangat dalam penyelesaian skripsi.
12. Seluruh teman Angkatan 2021, yang sudah menjadi tempat bercerita, berkeluh kesah, dan selalu memberikan dukungan kepada peneliti dalam proses penyusunan skripsi.

Dalam penyusunan skripsi, peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari kekurangan. Peneliti mengucapkan banyak terima kasih atas segala kontribusi baik saran maupun kritik yang diberikan oleh berbagai pihak. Peneliti berusaha semaksimal mungkin dan berharap skripsi ini menjadi panduan yang bermanfaat khususnya bidang keperawatan agar menjadi sumber informasi terkait intervensi yang dapat diberikan kepada ibu hamil dengan masalah hipertensi.

Surabaya, 17 Juni 2025

Ardhea Prahestu RC

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
HALAMAN MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
ABSTRAK	xx
<i>ABSTRACT</i>	xxi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1. Manfaat Teoritis	7
1.4.2. Manfaat Praktis	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	9
2.1.1 Definisi Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	9
2.1.2 Manfaat Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	10
2.1.3 Fisiologi Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	11
2.1.4 Indikasi dan Penghambat Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	12
2.1.5 Dosis Pemberian Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	12
2.1.6 Prosedur Pemberian Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	13

2.2	Konsep Tekanan Darah	16
2.2.1	Definisi Tekanan Darah	16
2.2.2	Klasifikasi Tekanan Darah	16
2.2.3	Alat Ukur Tekanan Darah	17
2.2.4	Waktu Pengukuran Tekanan Darah.....	18
2.2.5	Langkah-langkah Pengukuran Tekanan Darah	18
2.3	Konsep Hipertensi Kehamilan	19
2.3.1	Definisi Hipertensi Kehamilan.....	19
2.3.2	Klasifikasi Hipertensi Kehamilan	21
2.3.3	Penyebab Hipertensi Kehamilan	21
2.3.4	Proses Terjadinya Hipertensi Masa Kehamilan	24
2.3.5	Dampak Hipertensi ibu Hamil.....	25
2.3.6	Penatalaksanaan Hipertensi.....	26
2.4	Konsep Kehamilan	29
2.4.1	Definisi Kehamilan	29
2.4.2	Fisiologi Kehamilan.....	29
2.4.3	Periode Kehamilan	31
2.4.4	Perubahan Fisik dan Psikologis pada Ibu Hamil.....	32
2.4.5	Perubahan Fisiologi Hemodinamik Kehamilan	34
BAB 3	KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	36
3.1	Kerangka Konseptual	36
3.2	Hubungan Slow Stroke Back Massage dan Ibu Hamil dengan Hipertensi	37
3.3	Hipotesis Penelitian.....	38
BAB 4	METODE PENELITIAN.....	39
4.1	Desain Penelitian.....	39
4.2	Variabel Penelitian	40
4.2.1	Variabel Independen (bebas).....	40
4.2.2	Variabel dependen (terikat).....	40
4.3	Definisi Operasional.....	40
4.4	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	42
4.4.1	Populasi	42
4.4.2	Sampel.....	42
4.4.3	Teknik Sampling	44
4.5	Kerangka Kerja Penelitian	45
4.6	Metode Pengumpulan Data	46
4.6.1	Prosedur Pengumpulan Data	46
4.6.2	Intrumen Penelitian	48
4.6.3	Waktu dan Lokasi Penelitian.....	49
4.7	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	49
4.7.1	Uji Validitas	49
4.7.2	Uji Reliabilitas.....	49
4.8	Teknik Analisa Data.....	50
4.8.1	<i>Editing</i>	50
4.8.2	<i>Scoring</i>	50
4.8.3	<i>Entry Data</i>	50

4.8.4	Uji <i>Statistik</i>	50
4.9	Etika Penelitian	51
4.9.1	Prinsip Etika dalam Penelitian	51
4.9.2	<i>Informed Consent</i>	52
BAB 5 HASIL PENELITIAN		54
5.1	Karakteristik Lokasi Penelitian	54
5.1.1	Puskesmas Kedungdoro	54
5.1.2	Puskesmas Tembok Dukuh	55
5.2	Data Penelitian	56
5.2.1	Data Umum	56
5.2.2	Data Khusus	63
BAB 6 PEMBAHASAN		67
6.1	Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi Sebelum Dilakukan Terapi Slow Stroke Back Massage di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Surabaya	67
6.2	Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi Setelah Dilakukan Terapi Slow Stroke Back Massage di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Surabaya	76
6.3	Pengaruh Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah pada Ibu Hamil Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Surabaya	83
6.4	Keterbatasan Penelitian	91
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN		92
7.1	Kesimpulan	92
7.2	Saran	92
7.2.1	Bagi Ibu Hamil	92
7.2.2	Bagi Tenaga Kesehatan (Perawat/ Bidan)	93
7.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya.....	93
DAFTAR PUSTAKA		94
LAMPIRAN.....		110
ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN		134

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 SOP Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	13
Tabel 2.2 Kategori Hipertensi menurut <i>American Heart Association</i>	20
Tabel 4.1 Desain Penelitian Pengaruh <i>Slow Stroke Back Massage</i> pada Ibu Hamil dengan Hipertensi.....	39
Tabel 4.3 Definisi Operasional.....	40
Tabel 5.1 Jadwal Pelayanan di Puskesmas Kedungdoro Surabaya	50
Tabel 5.2 Jadwal Pelayanan di Puskesmas Tembok Dukuh Surabaya	56
Tabel 5.3 Data Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik.....	59
Tabel 5.4 Hasil Uji Normalitas dengan <i>Shapiro-Wilk</i> Tekanan Darah Pre dan Tekanan Darah Post Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i> Pada Ibu Hamil dengan Hipertensi di Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Surabaya	65
Tabel 5.5 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test</i> Tekanan Darah Sistolik <i>Pre-Post</i> Intervensi <i>Slow Stroke Back Massage</i> Pada Ibu Hamil dengan Hipertensi di Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Surabaya.....	65
Tabel 5.6 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test</i> Tekanan Darah Diastolik <i>Pre-Post</i> Intervensi <i>Slow Stroke Back Massage</i> Pada Ibu Hamil dengan Hipertensi di Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Surabaya.....	66

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Teknik Selang-Seling.....	14
Gambar 2.2 Teknik Remasan	14
Gambar 2.3 Teknik Gesekan	14
Gambar 2.4 Teknik <i>effleurage</i>	15
Gambar 2.5 Teknik Menyikat.....	15
Gambar 2.6 Teknik <i>Walken</i>	15
Gambar 2.7 Tensimeter Air Raksa	17
Gambar 2.7 Tensimeter Aneroid	17
Gambar 2.8 Tensimeter Digital	17
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Pengaruh Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i> Terhadap Tekanan Darah Pada Ibu Hamil dengan hipertensi.	36
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i> Terhadap Tekanan Darah Pada Ibu Hamil.....	45
Gambar 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025	57
Gambar 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada Tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025	57
Gambar 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada Tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025	58
Gambar 5.4 Karakteristik Responden berdasarkan Jumlah Pendapatan di wilayah kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada Tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025	58
Gambar 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggal Bersama di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada Tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025	59

Gambar 5.6	Karakteristik Responden Berdasarkan Tinggal Bersama di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada Tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025	59
Gambar 5.7	Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah <i>Gravida</i> di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada Tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025	60
Gambar 5.8	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada Tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025	60
Gambar 5.9	Karakteristik Responden Berdasarkan Kunjungan ANC (<i>Ante-Natal Care</i>) di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada Tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025	61
Gambar 5.10	Karakteristik responden berdasarkan Riwayat Hipertensi Keluarga di wilayah kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025	61
Gambar 5.11	Karakteristik responden berdasarkan Riwayat Hipertensi Sebelum Kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada Tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025.....	62
Gambar 5.11	Karakteristik responden berdasarkan Riwayat Hipertensi Sebelum Kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Kota Surabaya pada Tanggal 13 Maret – 14 Mei 2025.....	62

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Penjelasan Menjadi Responden.....	110
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	113
Lampiran 3. Lembar Data Demografi	114
Lampiran 5. Standar Operasional Prosedur Mengukur Tekanan Darah	120
Lampiran 6. Lembar Observasi Tekanan Darah	122
Lampiran 7. Agenda Kegiatan	123
Lampiran 8. Surat Permohonan Ijin Penelitian dari Fakultas	125
Lampiran 9. Surat Balasan Ijin Penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Surabaya	126
Lampiran 10. Surat Perijinan Penelitian di Puskesmas Kedungdoro Surabaya...	127
Lampiran 11. Surat Ijin Penelitian di Puskesmas Tembok Dukuh Surabaya	128
Lampiran 12. Hasil Uji Normalitas Tekanan Darah <i>Pre-Post</i>	129
Lampiran 13. Hasil Uji Statistik <i>Paired Sample T-Test</i>	130
Lampiran 14. Tabulasi Data Penelitian	131
Lampiran 15. Sertifikat Kalibrasi Tekanan Darah	132
Lampiran 16. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	133

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN.....	135
DAFTAR ISI ARTIKEL PENELITIAN	136
ABSTRAK.....	137
<i>ABSTRACT</i>	138
PENDAHULUAN	139
METODE PENELITIAN.....	140
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	140
SIMPULAN DAN SARAN	147
BIODATA PENELITI	153

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI

Oleh : Ardhea Prahestu RC.

Hipertensi pada kehamilan merupakan salah satu komplikasi kehamilan yang berisiko menyebabkan morbiditas dan mortalitas ibu maupun janin. Salah satu intervensi non-farmakologi yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah adalah terapi *slow stroke back massage*, yaitu teknik *massage* lembut yang berfokus pada stimulasi relaksasi fisik dan psikis. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan adanya pengaruh terapi *slow stroke back massage* terhadap tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro dan Tembok Dukuh Surabaya. Variabel dependen pada penelitian ini adalah tekanan darah dan variabel independennya adalah terapi *slow stroke back massage*. Desain penelitian menggunakan *pra-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Populasi penelitian ini sebanyak 33 ibu hamil hipertensi. Sampel sebanyak 30 ibu hamil dengan hipertensi melalui teknik *purposive sampling*. Intervensi *slow stroke back massage* dilakukan 3 kali dalam seminggu dengan enam teknik *massage*, setiap teknik *massage* dilakukan sebanyak 12 kali dengan total durasi 18 menit. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan penurunan rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 6,4 mmHg dan diastolik sebesar 7,6 mmHg. Analisis data menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk* didapatkan hasil ($p > \alpha$), uji *Paired Sample T-Test* yang menunjukkan nilai $p = 0,000$ untuk tekanan darah sistolik maupun diastolik ($p < \alpha = 0,05$), sehingga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi *slow stroke back massage* terhadap tekanan darah ibu hamil dengan hipertensi. Penurunan tekanan darah terjadi karena stimulasi lembut dapat memicu relaksasi, mengaktifasi sistem saraf parasimpatis, dan menyebabkan vasodilatasi, yang berujung pada penurunan tekanan darah pada ibu hamil dengan hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Ibu Hamil, Tekanan Darah, Terapi *slow stroke back massage*

ABSTRACT

THE EFFECT OF SLOW STROKE BACK MASSAGE THERAPY ON BLOOD PRESSURE IN PREGNANT WOMAN WITH HYPERTENSION

By : Ardhea Prahestu RC.

Hypertension during pregnancy is a complication that increases the risk of maternal and fetal morbidity and mortality. One non-pharmacological intervention that can help reduce blood pressure is slow stroke back massage therapy, a gentle massage technique focusing on physical and psychological relaxation. This study aims to identify the effect of slow stroke back massage on blood pressure in pregnant women with hypertension in the working areas of Kedungdoro and Tembok Dukuh Health Centers, Surabaya. This study uses a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The dependent variable is blood pressure, and the independent variable is slow stroke back massage therapy. A total of 30 hypertensive pregnant women were selected as participants using purposive sampling from a population of 33. The intervention was conducted three times a week, involving six massage techniques, each applied 12 times with total duration 18 minutes. Blood pressure was measured before and after the intervention. The findings revealed an average reduction of 6.4 mmHg in systolic and 7.6 mmHg in diastolic blood pressure. The Shapiro-Wilk test showed data were normally distributed ($p > \alpha$), and the Paired Sample T-Test indicated a significant difference ($p = 0.000$) in both systolic and diastolic blood pressure ($p < \alpha = 0.05$). The reduction in blood pressure is believed to occur due to the relaxation effect caused by gentle stimulation. This triggers the parasympathetic nervous system, promotes vasodilation, and reduces sympathetic activity, which collectively contribute to lowering blood pressure in hypertensive pregnant women.

Keywords: Blood Pressure, Hypertension, Pregnant Woman, Slow Stroke Back Massage Therapy