

## PIJAT REFLEKSI TENGGUK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT GRANDMED LUBUK PAKAM

ABDI LESTARI SITEPU<sup>1</sup>, PRATIWI SIMARMATA<sup>2</sup>, SARI DESI SITEPU<sup>3</sup>,  
AMELIA SARMA<sup>4</sup>, ELFRIDA SIMANJUNTAK<sup>5</sup>

INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM  
Jl. Sudirman No. 38 Lubuk Pakam Kab. Deliserdang  
e-mail : abdisitepu1403@gmail.com

DOI: 10.35451/jkf.v4i1.846

### Abstract

*Hypertension is one of the deadliest diseases in the world, hypertension is an increase in systolic blood pressure above the normal limit of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg, factors that cause increased blood pressure are physical activity, emotion, age, gender, nutritional status, drinking alcohol, smoking, stress. Data from the Grandmed Lubuk Pakam Hospital in 2018 the number of hypertension patients there were 178 cases of hypertension, the number of men was 82 people and women 96 people. One of the non-pharmacological therapies offered to reduce hypertension is massage therapy. The massage technique can remove blockages in the blood vessels so that blood and energy flow in the body returns smoothly. This research was conducted using a quasi-experimental design with the type of design to be used, namely the static group comparison method, the sampling technique used was non-probability sampling with purposive sampling technique, where the sample of this study was 20 people. The results showed that the pre-test sample in the treatment group was known to have the highest value of 160/100 mmHg and the lowest value of 130/90 and post-test mmHg with an average pre-test blood pressure value of 142.00 on systolic and 93.00 on diastolic, and 110.00 post-test. in systole and 79.00 in diastole. Based on the results above, it can be concluded that there is a relationship between reflexology neck massage with a decrease in blood pressure in patients with hypertension where the Wilcoxon Test results obtained  $p = 0.004$  (systolic blood pressure) and  $p = 0.005$  (diastolic blood pressure).*

**Keywords:** Reflexology Neck Massage, Hypertension

### 1. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah peningkatan ketegangan sirkulasi sistolik sejauh mungkin lebih dari 140 mmHg dan nadi diastolik lebih dari 90mmHg, factor penyebab peningkatan tekanan darah adalah aktivitas fisik, emosi, umur, jenis kelamin, status gizi, meminum alcohol, merokok, stress.

Seperti yang ditunjukkan oleh catatan Organisasi Kesehatan Dunia pada tahun 2011, ada 1 miliar orang di planet ini mengalami efek buruk hipertensi dan

66% di antaranya berada di negara non-industrigaji rendah-menengah. Sampai sekarang musuh hipertensi diperlukan, pengobatan non farmakologi dapat dimanfaatkan sebagai suplemen untuk mendapatkan efeknya pengobatan yang lebih baik (Dalimartha, 2008). Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa pengobatan non farmakologis merupakan intervensi wajib yang harus dilakukan pada setiap pengobatan hipertensi. Salah satu terapi non

farmakologis yang ditawarkan untuk menurunkan hipertensi dengan terapi masase ( pijat). Teknik pemijatan dapat menghilangkan sumbatan dalam aliran darah sehingga aliran darah dan energi di dalam tubuh kembali lancar.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam dari data jumlah penderita hipertensi di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam pada tahun 2018 jumlah pasien hipertensi terdapat 178 kasus hipertensi, jumlah laki-laki 82 orang dan perempuan 96 orang. Pada tahun 2019 pasien hipertensi mencapai 259 kasus hipertensi, jumlah laki-laki 117 orang dan perempuan 142 orang.

Karena hipertensi, pengobatan uleni memperkuat energi tubuh dan tubuh body efektif lemah. Perawatan gosok punggung ini bekerja tergantung pada hipotesis meridian, khususnya qi (energi imperatif) terlebih lagi, darah yang berputar di dalam tubuh melalui susunan saluran yang disebut meridian yang menghubungkan organ dalam dan luar. Dengan menggosok, fokus khusus pada bagian luar tubuh yang terletak di sepanjang meridian disegarkan sehingga perkembangan qi dan darah dapat dikendalikan sehingga bahaya hipertensi Selain itu, kesulitannya dapat dibatasi (Dalimartha, 2008).

Radar (2016) di RS PKU Muhammadiyah Malang, uleni kaki digunakan untuk seseorang yang mengalami hipertensi Ketegangan peredaran darah sistoliknya sebelum perawatan adalah 180 mmHg setelah perawatan Selama 30 menit, tekanan peredaran darah sistoliknya berkurang 150 mmHg Penurunan tekanan darah sistolik ini karena pijat refleksi tengkuk bisa merilekskan tubuh dan pembuluh darah mengalami vasodilatasi.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan judul Pijat Refleksi Tengkuk Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam.

## 2. METODE

Pengabdian Kesehatan Masyarakat ini dilakukan dengan menggunakan desain *Quasy experimental* yaitu mengungkapkan kemungkinan adanya sebab akibat antara variabel tanpa adanya manipulasi suatu variable. Adapun jenis rancangan yang akan digunakan yaitu metode *Korelasi pengumpulan statis adalah rencana yang dimaksudkan untuk memeriksa dampak dari pendahuluan dari pengumpulan objek eksplorasi dengan melihatnya* (Suyanto, 2011).

### 2.1 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di RS Grandmed Lubuk Pakam dan waktu penelitian ini dilakukan mulai April - Juli dengan populasi dalam penelitian ini adalah 30 orang penderita hipertensi yang subjeknya memenuhi kriteria di Rumah Sakit GrandMed Lubuk Pakam.

Jumlah Sample pada penelitian ini adalah 20 Responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

### 2.2 Kriteria Inklusi

- Bersedia menjadi responden dan menandatangani surat persetujuan (*informed consent*).
- Pasien yang terdiagnosa mengalami hipertensi primer.
- Tekanan darah; SBP: 120-159 mmHg, DBP: 80-99 mmHg.
- Pasien yang tidak mengkonsumsi obat-obatan antihipertensi dalam seminggu terakhir.
- Pasien berusia 40-65 tahun.
- Pasien yang berjenis kelamin perempuan.

### 2.3 Kriteria Eksklusi

Pasien yang drop out.

- Pasien yang mengkonsumsi makanan yang dapat meningkatkan tekanan darah

Pekerjaan	Frekuensi	%
PNS	6	30 %
Wiraswasta	12	60 %
Tidak Bekerja	2	10 %
Total	20	100%

secara rutin selama pemberian intervensi.

- b) Pasien yang rutin berolahraga.
- c) Pasien hipertensi yang memiliki komplikasi penyakit.
- d) Pasien yang mengalami obesitas dengan IMT  $\geq 30$ .

## 2.4 Variable

- a) Variabel *independent* (variabel bebas) pada penelitian ini adalah pijat refleksi kaki dan pijat tengkuk.
- b) Variabel *dependent* (variabel terikat) pada penelitian ini adalah penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Analisa Univariat

**Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Dan Prsentase berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam**

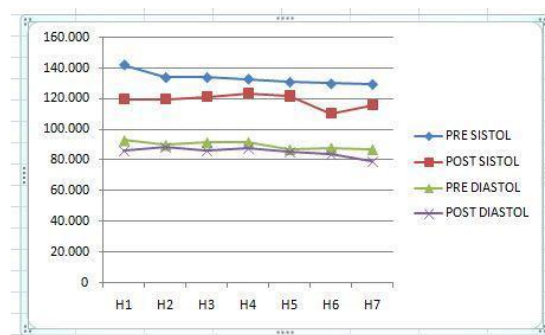
J.Kelamin	Frekuensi	%
Laki - Laki	14	80 %
Perempuan	6	20 %
Total	20	100%

**Tabel 3.2 Distribusi Frekuensi Dan Prsentase berdasarkan Karakteristik Usia Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam**

Usia	Frekuensi	%
40-48	8	40 %
49-57	6	30 %
56-65	6	30 %
Total	20	100%

**Tabel 3.3 Distribusi Frekuensi Dan Prsentase berdasarkan Karakteristik Pekerjaan Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam.**

**Tabel 3.4 Distribusi Frekuensi Dan Persentase Tingkat Penurunan Hipertensi Pre dan Post Pijat Refleksi Tengku Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam**



Berdasarkan table grafik 3.4, menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi masase pijat refleksi tengkuk rata-rata tekanan darah sistol pada pengukuran hari pertama ke hari kedua mengalami penurunan yaitu dari 142.00 menjadi 133.80 tetapi hari kedua ke hari ketiga tidak mengalami penurunan, pada pengukuran hari ke empat sampai pengukuran hari ke tujuh menurun hingga rata-rata mencapai 129.40, berdasarkan grafik diatas dapat disimpulkan bahwa rata-rata penurunan tekanan darah sebelum diberikan perlakuan terjadi pada pengukuran hari ke tujuh.

Setelah diberikan intervensi dan pijat refleksi tengkuk rata-rata tekanan darah diastol pada pengukuran hari pertama ke hari kedua meningkat dari 86.00 menjadi 88.40, pada pengukuran hari ketiga rata-rata tekanan darah kembali menurun menjadi 86.20 tetapi pengukuran pada hari keempat kembali meningkat menjadi 88.00, pengukuran pada hari kelima kembali menurun menjadi 85.20, pengukuran hari keenam juga menurun yaitu 83.60 dan pengukuran pada hari ketujuh juga menurun yaitu 79.00.

### 3.2 Analisa Bivariat

Tabel 3.5 Hasil Uji *Wilcoxon Test* pada kelompok perlakuan (pre-post test sistol dan pre-post test diastol)

T Darah	Median Min Max	P
T darah :0,05 sebelum pijat	Sistol :132 MmHg Diastol :92 MmHg	Sistol : 0,04 Diastol :0,05
Tekanan darah Sesudah pijat reflex	Sistol :110 MmHg Diastol : 80 MmHg	

Setelah dilakukan uji wilcoxon signed ranks test didapatkan *p-value* pada kelompok perlakuan (pre-post sistol) sebesar 0.004 atau  $p < 0.05$ , kelompok perlakuan (pre-post diastol) sebesar 0.005 atau  $p < 0.05$  berarti ada pengaruh variable terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan uji wilcoxon test dapat diketahui bahwa pijat refleksi tengkuk berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah dilihat dari *p-value* pada tekanan darah sistol 0.004 dan tekanan darah diastol 0.005 yang artinya  $p < 0.05$ .

### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Semua responden merupakan hipertensi primer yaitu sebanyak 20 responden (100%).
2. Ada hubungan antara pijat refleksi leher dengan penurunan denyut nadi dipenderita hipertensi dimana hasil Uji Wilcoxon didapatkan  $p = 0,004$  (regangan sirkulasi) sistolik dan  $p=0,005$  (denyut diastolik) yang menyiratkan bahwa ada hubungan yang sangat besar. Selanjutnya, ditemukan bahwa pijat refleksi kaki dan gosok leher dapat diterima pada suhu 20 responden (100%) menyatakan terpenuhi.

### 3.5 Ucapan Terimakasih

Peneliti ucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang sudah mensuport pengabdian masyarakat ini.

### 3.6 Saran

Diharapkan agar dapat lebih mengetahui manfaat dilakukan pemberian intervensi terapi refleksi pijat kaki dan pijat tengkuk terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di rumah sakit Grandmed Lubuk Pakam smarina, Herliawati. Dkk. 2015.

### DAFTAR PUSTAKA

- Jasmarizal, Sastra. Dkk. 2011. Pengaruh Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik pada Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tangah Padang.
- Riset Kesehatan Dasar(Riskesdas). 2013. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian RI tahun 2013*. Diakses: 20 april 2016.
- Hengli, Arundina. Dkk. 2013. *Hubungan antara Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Pria di Wilayah Kerja Puskesmas Siantan Hulu Kecamatan Pontianak Utara. Pontianak: Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.*
- Kowalski, Robert. 2010. *Terapi Hipertensi: Program 8 minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi. Alih Bahasa: Rani Ekawati. Bandung: Qanita Mizan Pustaka*
- Wahyuni (2014). *Gambaran Sindroma Pramenstruasi dari Gejala Emosional dan Fisik pada Siswi SMP Muhammadiyah 1 Surakarta. Profesi Volume*

- 11/Maret-Agustus.  
<http://www.e-jurnal.com/2015/05/gambaran-sindroma-pramenstruasi-dari.html>.
- Snyder & Lindquist, (2009). *Complementary & alternative therapies in nursing. Sixth Edition New York: Springer Publishing Company*
- Gunawan, Lany. *Hipertensi Tekanan Darah Tinggi*. Yogyakarta: Kanisius, 2011.
- Brunner & Suddarth. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8*. Jakarta: EGC, 2011.
- LeMone, P, & Burke.(2008). *Medical surgical nursing : Critical thinking in client care.*( 4th ed). Pearson Prentice Hall : New Jersey
- Brunner & Suddarth, 20011. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*, edisi 8. Jakarta : EGC
- Palmer & Williams. 2007. *Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Erlangga
- Hayens,B,dkk. (2003). *Buku pintar menaklukkan Hipertensi*. Jakarta. WHO. 2013. *A global brief on hypertension: silent killer, global public health crisis*. [http://www.who.int/cardiovascular\\_diseases/publications/global\\_brief\\_hypertension/en/](http://www.who.int/cardiovascular_diseases/publications/global_brief_hypertension/en/). Diakses 29 Agustus 2017
- [http://www.who.int/cardiovascular\\_diseases/publications/global\\_brief\\_hypertension/en/](http://www.who.int/cardiovascular_diseases/publications/global_brief_hypertension/en/). Diakses 29 Agustus 2017.
- Fauzi, I. 2014. *Buku Pintar Deteksi Dini Gejala & Pengobatan Asam Urat, Diabetes & Hipertensi*. Yogyakarta : ARASKA
- Setiati S, Alwi I, Sudoyo AW, Stiyohadi B, Syam AF. Buku ajar ilmu penyakit dalam jilid I. VI.
- Jakarta: InternaPublishing; 2014:1132-53.
- Martha, Karina, (2012), *Panduan Cerdas Mengatasi Hipertensi*, Yogyakarta: Araska
- Culpepper, R. Michael. 2011. *Management Hypertension: The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure (JNC 8*. <https://www.google.com/search?q=hypertension+classification+JNC+2011&ie=utf-8&oe=utf-8>. (15 Januari 2015).
- Ignatavicius, Workman, & Rebar. 2017. *Medical Surgical Nursing: Concepts For Interprofessional Collaborative Care* (9th ed.). St. Louis : Elsevier, Inc.
- Martuti, A. (2009) *Hipertensi Merawat dan Menyembuhkan Penyakit Tekanan Darah Tinggi*. Penerbit Kreasi Kencana Perum Sidorejo Bumi Indah (SBI) Blok F 155 Kasihan Bantul, pp.10-12.
- Safitri, Anisa Arga. 2012. "Studi Pembuatan Fruit Leather Mangga-Rosella". *Skripsi*. Makasar: Fakultas Pertanian, Universitas Hasanudin
- Dalimartha, Setiawan, dkk. *Care Your Self; Hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus, 2008.
- KBBI, 2016. *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*. [Online] Available at: <http://kbbi.web.id/pusat>, [Diakses 21 Juni 2016].
- Bell, K., Twiggs, J., Olin, B.R.. (2015). *Hypertension: The Silent Killer: Updated JNC-8 Guideline Recommendations*. Alabama Pharmacy Association. 334.271.4222. [www.aparx.org](http://www.aparx.org).