

Pijat *Effleurage* pada Ny. R dengan Hipertensi di Desa Sungai Alang, Kabupaten Banjar

Irene Adelina Silalahi¹, Agianto^{2*}

^{1,2} Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani Km. 36, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia, 70714

*Email korespondensi: agianto@ulm.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi muncul sebagai penyakit dengan urutan pertama dalam daftar 10 penyakit terbanyak yang tercatat di UPT Puskesmas Karang Intan 2 periode Juli – September 2022. Satu faktor yang mendukung kejadian tersebut adalah kebiasaan masyarakat mengonsumsi olahan makanan asin seperti iwak wadi, ikan asin, dan mandai. Ny. R merupakan salah satu warga Desa Sungai Alang, berdasarkan pengkajian Ny. R telah menderita hipertensi sejak 10 tahun lalu dengan keluhan tegang pada tengkuk/leher juga pegal pada bahu serta tangan kirinya yang hilang timbul. Tujuan penelitian ini ialah menggambarkan asuhan keperawatan pada Ny. R dengan hipertensi menggunakan intervensi pijat *effleurage* di Desa Sungai Alang, Kabupaten Banjar. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus pada salah satu penderita hipertensi. Klien diberikan intervensi utama berupa pijat *effleurage* di punggung, bahu, kedua tangan, dan leher selama 7 hari dengan 3 kali perlakuan, berjeda setiap 2 hari, yaitu pada hari pertama, ke-empat, dan ketujuh sejak 26 Oktober 2022 – 01 November 2022. Tekanan darah diukur setiap sesi pijat, yaitu sebelum dan 15 menit setelah pemberian intervensi. Setelah dilakukan implementasi keperawatan selama 7 hari dengan 3 kali perlakuan melalui intervensi utama pijat *effleurage*, terjadi penurunan tekanan darah sistolik 1 – 4 mmHg dan terjadi penurunan tekanan darah diastolik 2 – 7 mmHg pada tiap kali intervensi. Tekanan darah sebelum dilakukan intervensi pijat *effleurage* didapatkan rata-rata 156/80 mmHg dan setelah intervensi 143/74 mmHg. Pijat *effleurage* berperan dalam menurunkan tekanan darah pada klien karena stimulasi relaksasi. Pemberian pijat *effleurage* dapat menjadi salah satu terapi non-farmakologi yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: *Effleurage*, Hipertensi, Pijat

ABSTRACT

Hypertension is a disease with the highest rank out of 10 most diseases recorded at UPT Puskesmas Karang Intan 2 in July – September 2022. One of the factors that trigger this incidence is the people habit in consuming processed salty foods such as iwak wadi, salted fish, and mandai. Mrs. R is a resident of Sungai Alang Village, based on the assessment she has been suffering from hypertension since 10 years ago and has tension in the neck/neck, sore on the shoulder and left hand complaint. This study aims to describe the treatment of hypertension suffered by Mrs. R using an *effleurage* massage in Sungai Alang Village, Banjar Regency. This research use a case study method on a hypertension patient. The subject was given the main intervention of *effleurage* massage for back, shoulder, hands, and neck in 7 days with 3 times interventions. Blood pressure was observed before and 15 minutes after the intervention. After treatment for 7 days with the main intervention of *effleurage* massage, there was a decrease in systolic blood pressure of 1 – 4 mmHg and diastolic blood pressure of 2 – 7 mmHg at each intervention. The blood pressure before the *effleurage* massage intervention was obtained an average of 156/80 mmHg and 143/74 mmHg after the intervention. *Effleurage* massage was effective in lowering blood pressure in patient because there was a relaxation stimulation. *Effleurage* massage can be one of the non-pharmacological therapies which can be used to reduce blood pressure in hypertensive patients.

Keywords: *Effleurage*, Massage, Hypertension

Cite this as: Silalahi IA dan Agianto. (2024). Pijat *Effleurage* pada Ny. R dengan Hipertensi di Desa Sungai Alang, Kabupaten Banjar. Nerspedia; 6(4): 501-509.

PENDAHULUAN

Hipertensi seringkali dikenal sebagai masalah kesehatan yang menyebabkan

adanya peningkatan tekanan darah, baik sistolik (≥ 140 mmHg) maupun diastolik (≥ 90 mmHg) (1). Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menempatkan Kalimantan Selatan sebagai peringkat pertama provinsi di Indonesia dalam prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran penduduk usia ≥ 18 tahun (44,1%) (2).

Hipertensi nyatanya juga menjadi penyakit urutan pertama dalam daftar 10 penyakit terbanyak yang terdata di UPT Puskesmas Karang Intan 2 dalam rentang Juli – September 2022. Hasil observasi juga wawancara yang dilakukan pada masyarakat Desa Sungai Alang menyatakan bahwa satu faktor pendukung tingginya angka kejadian hipertensi tersebut adalah adanya kebiasaan pada masyarakat yang mengonsumsi olahan ikan air tawar, seperti iwak wadi, ikan asin, juga olahan kulit cempedak (mandai).

Keseluruhan makanan tersebut diketahui diolah dengan fermentasi menggunakan garam/natrium. Komposisi natrium dalam cairan di dalam cairan ekstraseluler pun menjadi meningkat karena adanya konsumsi natrium berlebih ini. Cairan intraseluler akhirnya harus ditarik keluar hingga terjadi peningkatan volume cairan ekstraseluler untuk menormalkan kembali. Cairan ekstraseluler yang mengalami peningkatan pada akhirnya berbanding lurus dalam peningkatan pada volume darah, hingga berdampak dalam timbulnya hipertensi (3).

Ny. R merupakan salah satu warga Desa Sungai Alang. Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada 19 Oktober 2022 diketahui Ny. R telah menderita hipertensi sejak 10 tahun lalu, dengan tekanan darah saat pengkajian ialah 186/90 mmHg, namun masih minim pengetahuan mengenai penatalaksanaan hipertensi dan keinginan berobat karena Ny. R tidak tahu jika obat anti hipertensi

harus rutin diminum setiap hari. Ny. R mengatakan ia sering mengalami keluhan tegang pada tengkuk/lehernya juga pegal pada bahu serta tangan kirinya yang hilang timbul.

Ny. R biasanya menggunakan mesin terapi digital dengan kekuatan vibrasi untuk menangani rasa pegalnya. Namun kekuatan vibrasi alat ini dirasa kurang memuaskan bagi Ny. R, bahkan diakui Ny. R dapat menyebabkan kemerahan maupun memar. Sehingga keluhanannya tidak dapat tertangani oleh mesin terapi digital tersebut. Ny. R juga mengaku tidak memiliki pengetahuan terkait penurunan tekanan darah dengan pemijatan.

Ny. R juga mengunjungi praktik mandiri perawat, namun hanya ketika merasakan keluhan tegang leher yang hebat. Setelah diberikan obat, Ny. R akan meminumnya namun hanya sampai keluhanannya hilang (tidak rutin). Ny. R juga harus dipaksa oleh keluarganya terlebih dahulu untuk berobat rutin ke layanan kesehatan. Jika tidak dipaksa, maka Ny. R hanya meminum obat anti hipertensi jika terdapat keluhan. Ny. R juga mengidap penyakit lainnya, yaitu diabetes mellitus dan hiperkolesterolemia.

Kesadaran Ny. R untuk mengontrol kedua penyakit tersebut sudah tinggi, dibuktikan dari rutinnya Ny. R meminum obat untuk kedua penyakitnya itu hingga kadar gula darah dan kolesterolnya selalu berkisar 200 – 260 mg/dL dan tidak melebihi 300 mg/dL. Karena dirasa obat-obatan yang diminum sudah banyak ini lah yang menyebabkan Ny. R tidak rutin lagi meminum obat anti hipertensinya. Oleh sebab itu hipertensi pada Ny. R penting untuk ditangani lebih spesifik.

Satu intervensi yang dapat dilakukan mandiri oleh perawat dalam

penatalaksanaan hipertensi adalah terapi non farmakologi. Bentuk terapi non farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah ialah pijat *effleurage*. Pijat *effleurage* pada punggung, bahu, leher, dan tangan ini terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada pasien hipertensi karena melancarkan sirkulasi darah, sehingga pada saluran pembuluh darah arteri dan vena terjadi pengenduran otot polos.

Pijat *effleurage* dipilih sebagai intervensi unggulan dibandingkan jenis pijat lainnya, seperti endorphan ataupun *acupressure massage*, karena relatif sederhana dengan tahapan yang mudah diingat dan tidak memerlukan keahlian khusus, sehingga dapat dilakukan secara mandiri dan berkelanjutan oleh keluarga (4-6). Oleh sebab itu maka penting dilakukannya asuhan keperawatan pada klien dengan hipertensi dengan penerapan intervensi pijat *effleurage*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan komprehensif meliputi pengkajian, penegakkan diagnosis keperawatan, perencanaan (penentuan *outcomes* dan *interventions*), implementasi, dan evaluasi keperawatan. Studi kasus dilakukan sejak 26 Oktober 2022 – 01 November 2022 di Desa Sungai Alang, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan khususnya di wilayah kerja UPT Puskesmas Karang Intan 2 kepada Ny. R (49 tahun) dengan masalah hipertensi.

Klien yang dipilih ialah klien hipertensi yang belum pernah mendapatkan pijat *effleurage* dan dengan atau tidak meminum obat anti hipertensi secara rutin. Klien yang dipilih juga tidak memiliki komplikasi penyakit tidak menular (PTM) lainnya atau memiliki

komplikasi PTM lainnya namun dengan pengobatan rutin. Klien juga harus memiliki temperatur tubuh normal dan tidak memiliki penyakit kulit atau luka terbuka pada area tubuh yang dipijat (4, 7). Ny. R tinggal di Desa Sungai Alang RT. 01. Klien tidak bekerja dan tinggal bersama adiknya. Peneliti mendapatkan data klien melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Peneliti telah mendapatkan izin dari klien dan keluarga untuk melakukan asuhan keperawatan. Intervensi utama yang diberikan, yaitu pijat *effleurage* untuk mengontrol hipertensi.

Pijat *effleurage* dilakukan di beberapa area tubuh, yaitu punggung, bahu, kedua tangan, dan leher selama 7 hari dengan 3 kali perlakuan, berjeda setiap 2 hari, yaitu pada hari pertama, ke-empat, dan ketujuh. Pada hari pertama keluarga mengobservasi pemberian pijat oleh peneliti, kemudian pada hari ke-empat peneliti dan keluarga melakukan secara bergantian, dan pada hari ketujuh keluarga melakukan seluruh tahap secara mandiri dengan pengawasan peneliti. Tekanan darah diukur setiap sesi pijat, yaitu sebelum dan 15 menit setelah pemberian intervensi. Pijat dilakukan satu kali sehari selama 20 menit pada sore hari.

Beberapa alat yang perlu disiapkan untuk mendukung proses pemijatan adalah pelembab, seperti *baby oil* untuk memudahkan melakukan pemijatan. Selain itu perlu juga disiapkan tisu atau handuk lembut untuk membersihkan kulit sebelum diberikan pijat. Tahapan pijat *effleurage* dimulai dengan melihat kondisi tubuh pasien, pembersihan/*cleansing*, pemberian pelembab, dan pemijatan. Pada saat pemijatan terdapat 3 teknik yang dapat dilakukan, yaitu dengan seluruh jari tangan, telapak tangan, ataupun punggung jari tangan. Pijat *effleurage* memberikan usapan/tekanan lembut di

atas permukaan tubuh dengan tiap gerakan di masing-masing area tubuh dilakukan sebanyak 7 kali pengulangan dengan gerakan sirkular menuju jantung (4).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian yang dikumpulkan melalui wawancara, pemeriksaan fisik, dan observasi memaparkan bahwa Ny. R berusia 49 tahun, beragama Islam, dan bersuku Banjar sehingga bahasa yang digunakan sehari-hari di rumah adalah Bahasa Banjar. Pendidikan terakhir Ny. R adalah SD. Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada 19 Oktober 2022 diketahui Ny. R telah menderita hipertensi sejak 10 tahun lalu namun masih minim pengetahuan mengenai penatalaksanaan hipertensi dan keinginan berobat karena Ny. R tidak tahu jika obat anti hipertensi harus rutin diminum setiap hari.

Ny. R mengatakan ia sering mengalami keluhan tegang pada tengkuk/lehernya juga pegal pada bahu serta tangan kirinya yang hilang timbul. Ny. R biasanya menggunakan mesin terapi digital dengan kekuatan vibrasi untuk menangani rasa pegalnya. Namun kekuatan vibrasi alat ini dirasa kurang memuaskan bagi Ny. R, bahkan diakui Ny. R dapat menyebabkan kemerahan maupun memar. Sehingga keluhanannya tidak dapat tertangani oleh mesin terapi digital tersebut. Ny. R juga mengaku tidak memiliki pengetahuan terkait penurunan tekanan darah dengan pijatan.

Ny. R juga mengunjungi praktik mandiri perawat, namun hanya ketika merasakan keluhan tegang leher yang hebat. Setelah diberikan obat, Ny. R akan meminumnya namun hanya sampai keluhanannya hilang (tidak rutin). Ny. R juga harus dipaksa oleh keluarganya terlebih dahulu untuk berobat rutin ke layanan kesehatan. Jika

tidak dipaksa, maka Ny. R hanya meminum obat anti hipertensi jika terdapat keluhan. Ny. R juga mengidap penyakit lainnya, yaitu diabetes mellitus dan hiperkolesterolemia. Kesadaran Ny. R untuk mengontrol kedua penyakit tersebut sudah tinggi, dibuktikan dari rutinnnya Ny. R meminum obat untuk kedua penyakitnya itu hingga kadar gula darah dan kolesterolnya selalu berkisar 200 – 260 mg/dL dan tidak melebihi 300 mg/dL. Karena dirasa obat-obatan yang diminum sudah banyak ini lah yang menyebabkan Ny. R tidak rutin lagi meminum obat anti hipertensinya.

Hasil pengkajian pemeriksaan fisik didapatkan keadaan umum klien baik, segala aktivitas sehari-hari dapat dilakukan secara mandiri. Indeks Massa Tubuh (IMT) klien dalam rentang normal. Pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan data tekanan darah 186/90 mmHg, frekuensi pernapasan 19 kali/menit, frekuensi nadi 101 kali/menit, suhu tubuh 36,9°C, dan saturasi oksigen 99%. Klien mengatakan sering makan dengan menu iwak wadi dan juga menyukai mandai (2 – 3 hari sekali).

Keluhan yang muncul kini dirasakan klien setelah makan mandai dan iwak wadi yang dimasak adiknya. Klien mengaku tidak mengetahui bahwa makanan tersebut dapat meningkatkan tekanan darah dan tetap mengonsumsinya karena enak dan banyak tersedia. Menurut klien tidak ada perubahan pada makanannya sebelum dan sesudah ia mengetahui menderita hipertensi, klien tidak melakukan pantangan pada makanan tertentu.

Klien juga memiliki gaya hidup kurang gerak karena sehari-hari tidak bekerja dan hanya berbaring sambil menonton televisi. Pada pola eliminasi, kebutuhan istirahat dan tidur, persepsi dan konsep diri, seksualitas dan reproduksi, coping

dan toleransi stress, peran dan hubungan, serta nilai dan kepercayaan klien tidak ada masalah.

Berdasarkan data hasil pengkajian tersebut maka ditegakkan tiga diagnosis keperawatan berdasarkan prioritas, yaitu hambatan rasa nyaman berhubungan dengan gejala terkait penyakit (hipertensi) (00214); risiko ketidakefektifan perfusi jaringan perifer dengan faktor risiko: asupan garam tinggi, kurang pengetahuan tentang proses penyakit dan faktor yang dapat diubah, serta gaya hidup kurang gerak dan kondisi terkait: hipertensi (00228); serta ketidakefektifan manajemen kesehatan berhubungan dengan kurang pengetahuan tentang program terapeutik (00078) (8).

Intervensi keperawatan yang dilakukan untuk mengatasi diagnosis hambatan rasa nyaman berhubungan dengan gejala terkait penyakit (hipertensi) dan risiko ketidakefektifan perfusi jaringan perifer dengan faktor risiko: asupan garam tinggi, kurang pengetahuan tentang proses penyakit dan faktor yang dapat diubah, serta gaya hidup kurang gerak dan kondisi terkait: hipertensi (00228) adalah dengan terapi relaksasi, pengajaran proses penyakit, memonitor tanda-tanda vital, pengajaran peresepan diet, manajemen pengobatan, dan peningkatan latihan (9).

Intervensi utama yang diberikan untuk mengontrol tekanan darah adalah pijat *effleurage* yang dilakukan di beberapa area tubuh, yaitu punggung, bahu, kedua tangan, dan leher selama 7 hari dengan 3 kali perlakuan, berjeda setiap 2 hari, yaitu pada hari pertama, ke-empat, dan ketujuh. Dilakukan berselang hari agar memberikan jeda pada organ dalam sistem sirkulasi untuk menyesuaikan diri dan tidak terjadinya penurunan tekanan darah signifikan yang tiba-tiba dan pada akhirnya berdampak negatif bagi klien

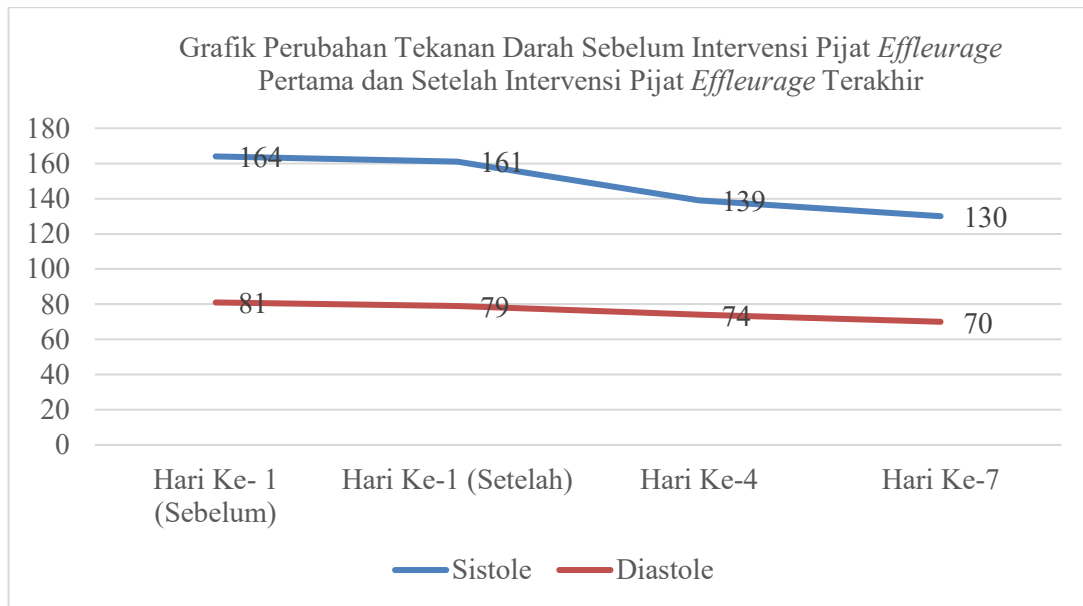
(4). Pada hari pertama keluarga mengobservasi pemberian pijat oleh peneliti, kemudian pada hari ke-empat peneliti dan keluarga melakukan secara bergantian, dan pada hari ketujuh keluarga melakukan seluruh tahap secara mandiri dengan pengawasan peneliti.

Tekanan darah diukur setiap sesi pijat, yaitu sebelum dan 15 menit setelah pemberian intervensi. Tekanan darah harus diukur setiap kali sebelum pijat diberikan untuk mengukur efektivitas pijat *effleurage* dalam menurunkan tekanan darah. Pijat dilakukan satu kali sehari selama 20 menit pada sore hari. Perubahan tekanan darah setiap hari dicatat dalam lembar observasi tekanan darah (4).

Tekanan darah klien terbukti turun dari saat pengkajian 186/90 mmHg dan pada hari pertama sebelum intervensi adalah 164/81 mmHg menjadi 130/70 mmHg pada saat pengukuran tekanan darah hari terakhir setelah dilakukan rangkaian implementasi pemberian pijat *effleurage*. Terjadi penurunan tekanan darah sistolik 1–4 mmHg dan terjadi penurunan tekanan darah diastolik 2–7 mmHg pada tiap kali intervensi. Hal ini dapat dilihat pada tabel 1 dan gambar 1 bahwa tekanan darah klien sebelum intervensi pijat *effleurage* pertama dan setelah intervensi pijat *effleurage* terakhir terjadi penurunan yang sangat signifikan.

Tabel 1. Data Tekanan Darah Sebelum dan Setelah Intervensi Pijat *Effleurage*

Hari Ke-	Tekanan Darah Sistolik/Diastolik (mmHg)	
	Sebelum	Setelah
Pengkajian	186/90	-
1 (Satu)	164/81	161/79
4 (Empat)	143/74	139/74
7 (Tujuh)	131/77	130/70
Rata-rata	156/80	143/74



Gambar 1. Grafik Perubahan Tekanan Darah Sebelum Intervensi Pijat *Effleurage* Pertama dan Setelah Intervensi Pijat *Effleurage* Terakhir

Selain berdasarkan pada hasil pengukuran tekanan darah, secara verbal Ny. R juga mengungkapkan adanya perubahan yang dirasakan. Setelah pemberian terapi berupa pijat *effleurage*, Ny. R mengatakan keluhan fisik seperti tegang tengkuk dan pegal-pegal pada bahu serta tangan yang dirasakan hilang. Selama intervensi pijat *effleurage* terhadap Ny. R dalam 7 hari yang dilakukan sebanyak 3 kali intervensi (hari pertama, ke-empat, dan ketujuh), Ny. R dan keluarga tidak mengungkapkan adanya keluhan atau kesulitan selama pemberian terapi. Keluarga Ny. R juga turut berpartisipasi aktif selama pemberian intervensi dan secara mandiri telah tampak mampu untuk mempersiapkan alat dan bahan dalam pelaksanaan terapi serta mengingat setiap tahapannya dan melakukannya dengan tepat.

Dari hasil intervensi yang dilakukan selama 7 hari dengan 3 kali perlakuan, setiap harinya menunjukkan penurunan tekanan darah yang membuktikan adanya pengaruh pijat *effleurage*

terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Setiyowati, Amita, dan Fitrizah (2021) yang menunjukkan adanya pengaruh pijat *effleurage* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Simpang Periuik.

Pemberian intervensi pijat *effleurage* dengan 7 kali pengulangan selama 20 menit terbukti efektif pada penderita hipertensi dalam penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik. Mekanisme turunnya tekanan darah ialah pijat *effleurage* melancarkan cairan limfa dan sirkulasi darah yang membantu mengalirkan darah di pembuluh darah vena sehingga cepat kembali ke jantung. Pijat *effleurage* juga menguatkan pusat saraf mengeluarkan endorfin yang akan memengaruhi perkembangan saraf parasimpatis sehingga menjadi rileks (4, 10).

Strategi relaksasi berdampak serupa obat anti hipertensi untuk menurunkan tekanan darah. Interaksi ini dimulai dengan pengenduran otot polos pada

saluran pembuluh darah vena dan arteri untuk menjadi rileks. Pada pijat *effleurage* di berbagai otot tubuh yang berbeda maka semakin mempercepat pengurangan norepinefrin dalam darah yang akhirnya mengurangi tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar hormon stress kortisol, menurunkan kecemasan, sehingga pada akhirnya tekanan darah turun (4).

Pengaruh pemberian pijat *effleurage* ini juga didukung oleh beberapa faktor yang tidak diteliti tapi dimungkinkan dapat berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal atau faktor dari dalam diri individu misalnya keadaan fisik dan psikis individu (11). Faktor internal terkait keadaan psikis adalah motivasi dari Ny. R yang ingin mengetahui cara dan manfaat dari pijat dengan teknik *effleurage* serta bersedia diberikan intervensi. Faktor lainnya adalah keinginan Ny. R untuk meminum obat anti hipertensi secara teratur dan mengontrol pola makannya.

Dengan kombinasi pengobatan teratur dan pijat *effleurage* terbukti adanya penurunan tekanan darah secara signifikan. Faktor eksternal atau faktor dari luar individu juga dimungkinkan dapat mempengaruhi pemberian suatu terapi, salah satunya dukungan keluarga (5). Faktor eksternal dari Ny. R adalah dukungan keluarga dari Ny. R yang mau mengikuti penyuluhan terkait hipertensi serta mau untuk diajarkan cara pemberian pijat dengan teknik *effleurage*. Pada saat dievaluasi terkait pemberian pijat *effleurage* oleh keluarga Ny. R, keluarga mampu melakukan sesuai dengan instruksi dari peneliti.

Menurut asumsi peneliti, penerapan pemberian pijat dengan teknik *effleurage* merupakan salah satu alternatif pendukung untuk menurunkan serta mengontrol tekanan darah. Kelebihan

dari implementasi pemberian pijat dengan teknik *effleurage* adalah karena pijat dengan teknik *effleurage* mudah dilakukan serta dapat membuat tubuh menjadi rileks. Tidak ada efek samping buruk yang ditimbulkan pada klien selama dan setelah pemberian pijat *effleurage*.

KETERBATASAN

Keterbatasan dalam asuhan keperawatan pada Ny. R yakni pijat *effleurage* tidak dapat dilakukan oleh Ny. R sendiri melainkan harus melibatkan anggota keluarga, sehingga alternatif pemecahan masalahnya adalah melibatkan adik Ny. R yang pulang bekerja pada sore hari untuk melakukan intervensi bersama perawat. Keterbatasan lainnya adalah keluarga tidak dapat langsung mengingat setiap tahapnya, sehingga perawat memberikan poster berisi langkah-langkah pijatan untuk menyiasatinya.

ETIKA PENELITIAN

Etika yang digunakan dalam penelitian ini meliputi *informed consent* secara lisan, juga telah mendapatkan persetujuan dari klien serta keluarga untuk diberikan asuhan keperawatan berupa implementasi pijat *effleurage*. Peneliti menerapkan aspek etika penelitian berupa *autonomy* yaitu kebebasan klien dan keluarga untuk memilih, *beneficience* yaitu melakukan tindakan yang bermanfaat untuk klien dan keluarga, serta *nonmaleficience* yaitu berbuat hal yang tidak merugikan klien dan keluarga.

KONFLIK KEPENTINGAN

Selama proses penelitian tidak terdapat konflik kepentingan. Penelitian dilakukan sesuai dengan prosedur dalam *evidence based nursing*. Selama proses penelitian tidak ada mengarah pada kepentingan pihak manapun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dekan Fakultas Kedokteran, Dr. Iwan Aflanie, dr., M.Kes., Sp.F., SH., yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian. Dosen pembimbing, Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D., yang telah berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian penelitian ini. Dosen penguji, Bernadetta Germia Aridamayanti, S.Kep., Ns., M.Kep., yang telah memberikan kritik dan saran sehingga penelitian ini menjadi semakin baik.

Serta instansi terkait lainnya, yaitu Puskesmas Karang Intan 2, perangkat Desa Sungai Alang, dan kader yang telah memberikan izin sehingga penelitian ini dapat dilakukan. Penulis juga mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada pihak yang telah membantu dan selalu mendukung penulis selama penelitian ini dilakukan. Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, penulis berharap semoga penelitian ini bisa bermanfaat.

PENUTUP

Intervensi unggulan yang diberikan kepada Ny. R adalah pemberian pijat *effleurage* yang diperoleh dari artikel penelitian yang dijadikan sebagai *evidence based nursing*. Intervensi pemberian pijat *effleurage* diberikan kepada Ny. R sebanyak satu kali sehari selama 20 menit sebanyak 3 kali perlakuan dalam 7 hari. Penerapan intervensi pemberian pijat *effleurage* pada punggung, bahu, kedua tangan, dan leher membuktikan adanya penurunan tekanan darah signifikan pada Ny. R setelah diberikan intervensi, dari saat pengkajian 186/90 mmHg dan pada hari pertama sebelum intervensi adalah 164/81 mmHg menjadi 130/70 mmHg

pada saat pengukuran tekanan darah hari terakhir setelah dilakukan rangkaian implementasi pemberian pijat *effleurage*. Terjadi penurunan tekanan darah sistolik 1–4 mmHg dan terjadi penurunan tekanan darah diastolik 2–7 mmHg pada tiap kali intervensi.

Sebagai rencana tindak lanjut untuk klien dan keluarga Ny. R ialah dengan membekalinya teknik pemijatan *effleurage* melalui pemberian sebuah poster yang berisi teknik dan cara pemijatan serta klien dianjurkan untuk melakukan kontrol kesehatan secara rutin ke layanan kesehatan minimal sebulan sekali dan konsisten menjaga pola makannya secara mandiri maupun dengan bantuan peran keluarga yang sangat penting dalam pengaturan diet dan pengobatan Ny. R karena keluarga lah yang memasak dan menyediakan keperluan Ny. R sehari-hari. Jika hasil pemeriksaan tekanan darah tidak normal cenderung tinggi, maka klien dan keluarga boleh menerapkan dan mengaplikasikan pijat dengan teknik *effleurage* secara mandiri sesuai dengan yang telah diajarkan oleh perawat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Wahyudi E, Rizal A, Fahrurazi. Hubungan pengetahuan, sikap, dan pola makan dengan kejadian penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Banjarmasin Indah Kota Banjarmasin 2021 [skripsi]. Banjarmasin: Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan; 2021.
2. Kementerian Kesehatan RI. Hasil utama RISKESDAS 2018. Jakarta: Kemenkes RI; 2018.
3. Salman Y, Monica S, Libri O. Analisis faktor dominan terhadap kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Cempaka. J Dunia Gizi. 2020;3(1):15.
4. Setiyowati M, Amita D, Fitrizah

- MK. Pengaruh massage teknik *effleurage* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Periuk. *Inject Nurs J.* 2021;1(1).
5. Sari YNI. Berdamai dengan hipertensi. Jakarta: Bumi Medika; 2017.
 6. Wahyu, Alifa. *Swedish massage*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2011.
 7. Jumarani L. *The essence of Indonesian spa*. Jakarta: Gramedia Pustaka; 2021.
 8. Herdman TH. NANDA-I diagnosis keperawatan: definisi dan klasifikasi 2021-2023. Jakarta: EGC; 2021.
 9. Bulechek GM, et al. *Nursing interventions classification (NIC)*. Edisi ke-6. UK: Mosby Inc; 2013.
 10. Ari WK, Muchammad TAK. *Sport massage*. Tulungagung: Akademia Pustaka; 2021.
 11. Hastuti AP. *Hipertensi*. Klaten: Lakeisha; 2019.