

**PENGARUH TERAPI *LIGHT MASSAGE* TERHADAP UPAYA
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI DESA KARANGGEDANG
KECAMATAN SRUWENG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan



Diajukan Oleh
Shezha Nurhaliza
Nim : 202302217

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2024

**PENGARUH TERAPI *LIGHT MASSAGE* TERHADAP UPAYA
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI DESA KARANGGEDANG
KECAMATAN SRUWENG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan



Diajukan Oleh
Shezha Nurhaliza
Nim : 202302217

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG**

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH TERAPI *LIGHT MASSAGE* TERHADAP UPAYA PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANGGEDANG KECAMATAN SRUWENG

Telah disetujui dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan untuk diujikan pada
tanggal 02 Agustus 2024

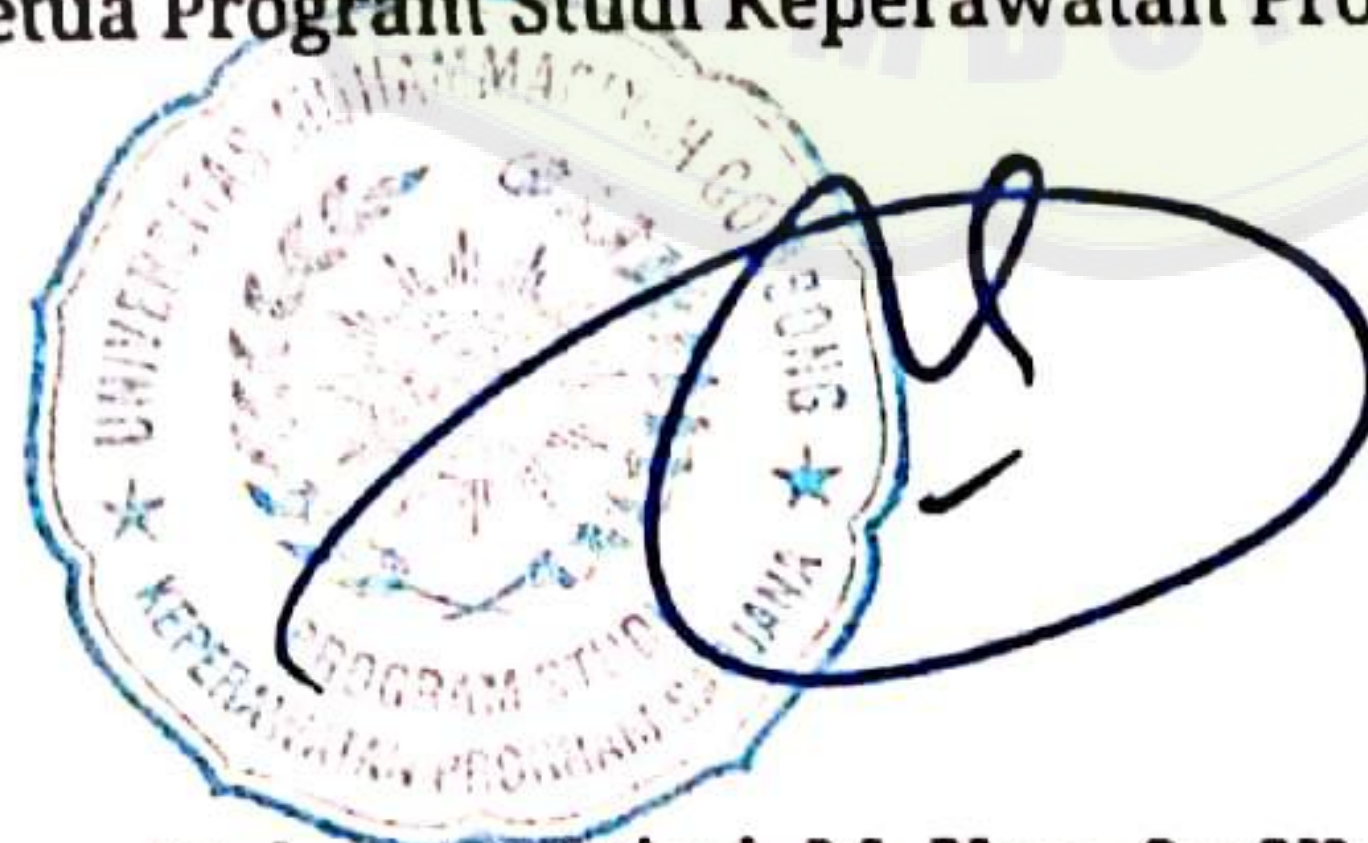
Pembimbing



(Barkah Waladani, M.Kep)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana



(Cahyu Septiwi, M. Kep. Sp.KMB, PhD)

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH TERAPI *LIGHT MASSAGE* TERHADAP UPAYA PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANGGEDANG KEC. SRUWENG

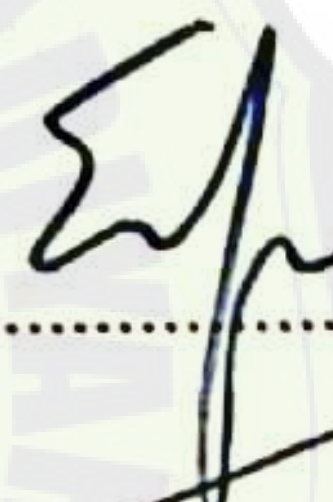
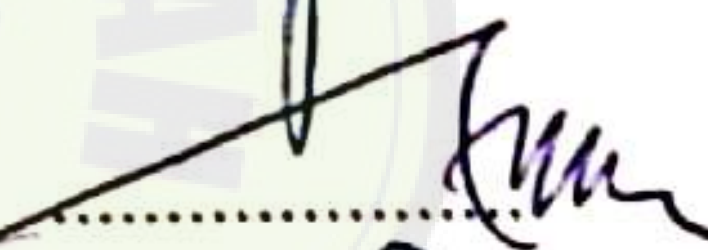
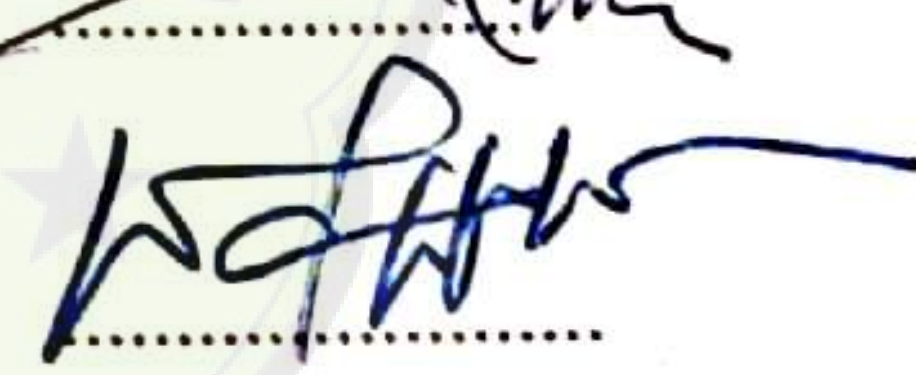
Diajukan Oleh :

SHEZHA NURHALIZA

NIM: 202302217

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 07 Agustus 2024

Susunan Dewan Penguji:

- | | | |
|------------------------------|---------------|---|
| 1. Endah Setianingsih, M.Kep | (Penguji I) |  |
| 2. Putra Agina W.S., M.Kep | (Penguji II) |  |
| 3. Barkah Waladani, M.Kep | (Penguji III) |  |

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana


(Cahyu Septiwi, M. Kep, Sp.KMB, PhD)

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi yang saya ajukan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali secara tertulis digunakan sebagai rujukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka, dan sudah dinyatakan lolos uji plagiarisme.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari Skripsi tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa unsur paksaan dari pihak manapun.

Gombong, 02 Agustus 2024




(Shezha Nurhaliza)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Shezha Nurhaliza

NIM : 202302217

Program Studi : S1 Keperawatan

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas skripsi saya yang berjudul:

**PENGARUH TERAPI LIGHT MASSAGE TERHADAP UPAYA
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI DESA KARANGGEDANG
KECAMATAN SRUWENG**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dalam sebenarnya.

Dibuat di Gombong, Kebumen

Pada Tanggal 02 Agustus 2024

Yang menyatakan



(Shezha Nurhaliza)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas rahmat, taufik, serta hidayahnya-Nya, sehingga skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Terapi Light Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Karanggedang” dapat terselesaikan dengan lancar guna memenuhi syarat untuk menyelesaikan Program Pendidikan Sarjana Keperawatan . Tak lupa sholawat dan salam tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Agung Muhammad SAW yang senantiasa kami nantikan syafaat-Nya dan yang selalu menerangi dunia ini dengan cahaya islam.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapat banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak. Dengan ini saya sebagai penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang senantiasa memberikan kemudahan dan kelancaran dalam proses penyusunan skripsi ini.
2. Orang tua dan keluarga yang selalu memberi dukungan materil maupun moril, doa, dan memberi semangat yang tiada henti, serta memberi motivasi selama proses penyusunan dan menyelesaikan skripsi dengan lancar.
3. Dr. Hj. Herniyatun, M.Kep., Sp.Mat selaku rektor kampus tercinta Universitas Muhammadiyah Gombong atas izinnya untuk dapat menimba ilmu di kampus tercinta ini.
4. Cahyu Septiwi, M. Kep., Sp, KMB., PhD., selaku Ketua prodi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gombong.
5. Barkah Waladani, M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan pengarahan dan memberi motivasi dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi penelitian ini.
6. Endah Setianingsih, M.Kep dan Purta Agina, M.Kep selaku penguji yang telah memberikan masukan serta evaluasi dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
7. Seluruh bapak/ibu dosen, karyawan dan staf Universitas Muhammadiyah Gombong yang telah memberi ilmu pengetahuan yang tak ternilai selama

penulis menempuh pendidikan di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong.

8. Diri saya sendiri, terimakasih karena telah mau berjuang dan bertahan sampai saat ini mampu berada dititik ini.
9. Sahabat saya yang selalu mengingatkan, menghibur,memberi semangat dan memberi dukungan penuh dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Untuk teman-teman saya dari kelas B19 yang selalu mendukung dan memotivasi dalam membantu menyelesaikan Skripsi ini.

Tidak ada hal yang bisa dibalas selain mengucapkan terima kasih. Meskipun sudah berusaha untuk menyelesaikan, tetapi penulis menyadari bahwa masih ada kekurangan. Penulis hanya berharap semoga Skripsi ini bermanfaat dan berguna bagi penulis dan pembaca yang membaca karya ini.

Gombong , 02 Agustus 2024

Shezha Nurhaliza

Program Studi Keperawatan Program Sarjana
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
Skripsi, Agustus 2024

Shezha Nurhaliza¹, Barkah Waladani²
shezhanurhaliza85@gmail.com

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI *LIGHT MASSAGE* TERHADAP UPAYA PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANGGEDANG KECAMATAN SRUWENG

Latar Belakang: Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik rata-rata ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Tekanan darah tinggi dapat menjadi masalah serius apabila tidak dikelola dengan baik. Terapi hipertensi dapat dikelompokkan dalam terapi non farmakologi dan farmakologis. Salah satu terapi alternatif non farmakologi disebut *Light Massage*. *Light Massage* adalah terapi pijat yang memberikan sentuhan pada beberapa anggota tubuh yang dapat memperbaiki masalah persendian otot, membuat tubuh rileks, melepas ketegangan, mengurangi nyeri, dan melancarkan aliran darah.

Tujuan Penelitian: Mengetahui pengaruh terapi *Light Massage* terhadap upaya penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa Karanggedang Kec. Sruweng

Metode Penelitian: Metode penelitian yang digunakan yaitu *Pre Experimental Design* dengan rancangan *pre post test one grup design*. Sampel berjumlah 35 orang responden hipertensi. Instrumen penelitian ini menggunakan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi pada lembar observasi dan SOP *Light Massage*.

Hasil Penelitian: Hasil yang didapatkan pada penelitian ini yaitu adanya pengaruh yang signifikan dari pemberian terapi *Light Massage* terhadap penurunan tekanan darah. Analisis bivariate dengan uji Wilcoxon didapatkan ada pengaruh yang signifikan nilai rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah terapi *Light Massage* terhadap tekanan darah penderita hipertensi dengan $\alpha < 0,05$ ($p \text{ value} = 0,000$).

Kesimpulan: Ada pengaruh terapi *Light Massage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Karanggedang Kec. Sruweng.

Rekomendasi: Diharapkan terapi *Light Massage* dapat dijadikan rujukan terapi non farmakologi dalam upaya menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, *Light Massage*, Tekanan Darah

¹ Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gombong

² Pembimbing I Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

Nursing Bachelor
Faculty of health sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
Thesis, August 2024

Shezha Nurhaliza¹, Barkah Waladani²
shezhanurhaliza85@gmail.com

ABSTRACT

THE EFFECT OF LIGHT MASSAGE ON BLOOD PRESSURE REDUCTION IN HYPERTENSIVE PEOPLE IN KARANGGEDANG VILLAGE

Background: Hypertension may be defined as systolic blood pressure averaging 140 mmHg and diastolic blood pressure elevated to 90 mmHg. High blood pressure can be a serious problem when poorly maintained. Hypertension therapy can be categorized into non-pharmacological and pharmacological therapies. One of the alternative non-pharmacological therapies is light massage. Light massage is a therapy that involves gentle touch on certain parts of the body to relax muscles, ease pain, reduce tension, and improve blood flow.

Objective: This study aims to investigate how light massage affects blood pressure reduction in hypertensive people in the small village of Karanggedang, Sruweng.

Research method: The research used a pre-test and post-test design with one group. The sample consisted of 35 hypertensive participants. The study instruments included observation sheets and light massage procedures conducted before and after the therapy.

Research: The study found significant effects of administering light massage therapy on lowering blood pressure. Bivariate analysis using Wilcoxon tests showed a substantial reduction in the average blood pressure value before and after light massage therapy in hypertensive participants (p-value = 0.000).

Conclusion: Light massage therapy has an effect on lowering blood pressure in hypertensive people in the village of Karanggedang, Sruweng.

Recommendation: Light massage may be used as a reference for non-pharmacological therapy to lower blood pressure in hypertensive individuals.

Keyword: Hypertension, Light Massage, Blood Pressure

¹Student of Universitas Muhammadiyah Gombong

² Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PESETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penulisan	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan	8
1. Hipertensi	8
2. Terapi <i>Light Massage</i>	17
B. Kerangka Teori	24
C. Kerangka Konsep	25
D. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Desain Atau Rancangan Penelitian	26
B. Populasi dan sampel	26
C. Tempat dan Waktu Penelitian	27

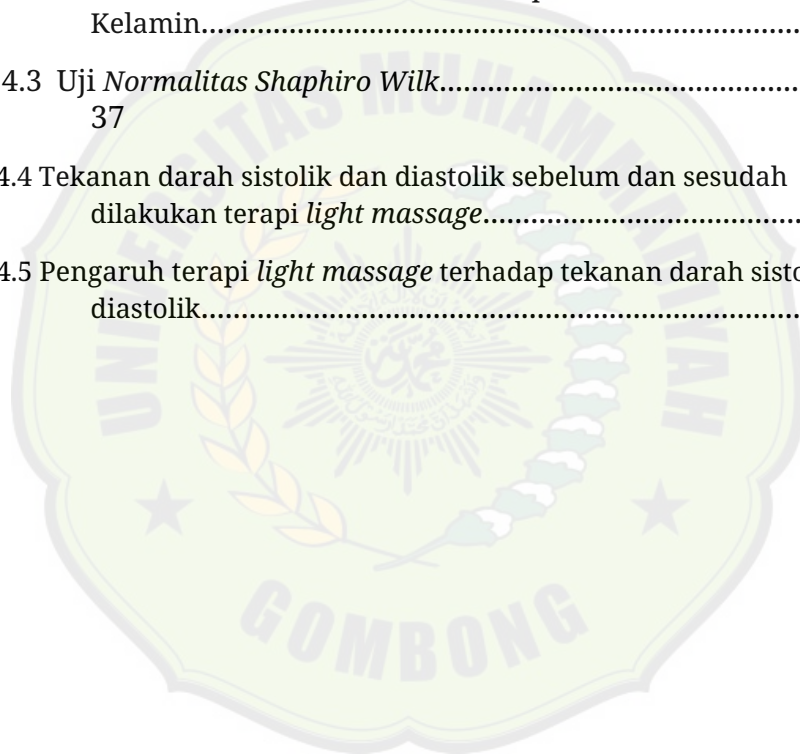
D. Variabel Penelitian	28
E. . Definisi Operasional	29
F. Instrumen Penelitian	29
G. Validitas dan Reabilitas instrumen	30
H. Etika Penelitian	31
I. Teknik Pengumpulan Data	32
J. Teknik Analisis Data	33
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
A. Hasil Penelitian	36
B. Pembahasan	38
C. Keterbatasan Masalah	44
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
A. Kesimpulan	45
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Pertama.....	
. 20	
Gambar 2.2 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Kedua.....	
. 20	
Gambar 2.3 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Ketiga.....	
. 21	
Gambar 2.4 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Keempat.....	
. 21	
Gambar 2.5 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Kelima.....	
. 21	
Gambar 2.6 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Keenam.....	
. 21	
Gambar 2.7 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Ketujuh.....	
. 22	
Gambar 2.8 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Kedelapan.....	
. 22	
Gambar 2.9 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Kesembilan.....	
. 22	
Gambar 2.10 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Kesepuluh.....	
. 22	
Gambar 2.11 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Kesebelas.....	
. 23	
Gambar 2.12 Langkah – langkah <i>Light Massage</i> Kedua belas.....	
. 23	
Gambar 2.13 Kerangka Teori.....	
. 24	
Gambar 2.14 Kerangka Konsep.....	
. 25	

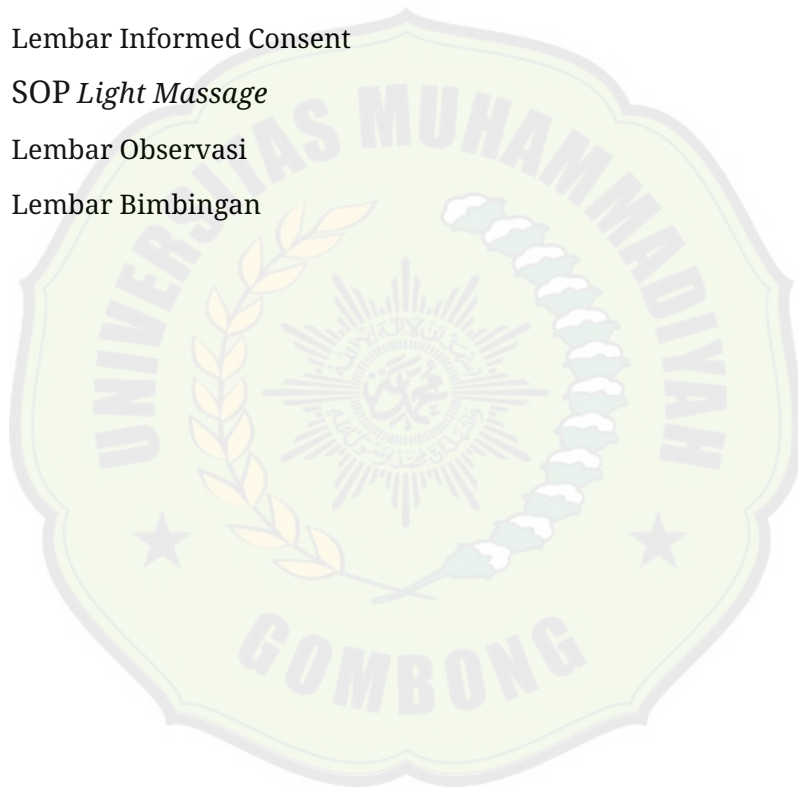
DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah.....	9
Tabel 2.2 Klasifikasi Tekanan Darah.....	10
Tabel 3.1 Definisi Operasional	29
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur/ Usia.....	36
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	36
Tabel 4.3 Uji <i>Normalitas Shaphiro Wilk</i>	37
Tabel 4.4 Tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah dilakukan terapi <i>light massage</i>	37
Tabel 4.5 Pengaruh terapi <i>light massage</i> terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik.....	38



DAFTAR LAMPIRAN

- a. Lembar Surat Ijin Penelitian
- b. Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- c. Lampiran Uji SPSS
- d. Hasil Turnitin
- e. Lembar PSP
- f. Lembar Informed Consent
- g. SOP *Light Massage*
- h. Lembar Observasi
- i. Lembar Bimbingan



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah suatu kondisi dimana tekanan darah melebihi batas normal. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan sistolik rata-rata ≥ 140 mmHg dan tekanan darah sistolik ≥ 90 mmHg. Tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan terbesar di dunia, baik di negara maju maupun berkembang. Hingga saat ini, tekanan darah tinggi merupakan masalah kesehatan utama yang perlu diatasi. WHO (Organisasi Kesehatan Dunia) tahun 2018 menyebutkan bahwa sekitar 26,4% penduduk dunia menderita tekanan darah tinggi, dengan perbandingan 26,6% laki-laki dan 26,1% perempuan. Sekitar 60% penderita tekanan darah tinggi tinggal di negara berkembang, termasuk Indonesia. Pada bulan Maret 2023, WHO mengumumkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia menderita tekanan darah tinggi. Diperkirakan 46% penderita tekanan darah tinggi tidak mengetahui dirinya mengidap tekanan darah tinggi sehingga perlu dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebagai upaya diagnosis dini apabila terkena hipertensi (Kemenkes, 2019).

Berdasarkan riset kesehatan dasar (Riskesdas), prevalensi hipertensi pada penduduk sebesar 34,1%, dengan persentase penderita tertinggi di Kalimantan Selatan sebesar 44% dan terendah di Papua sebesar 22,2%. Jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebanyak 63.309.620 jiwa, sedangkan jumlah kematian akibat hipertensi di Indonesia sebanyak 427.218 jiwa. Jumlah kasus hipertensi pada kelompok umur 31-44 tahun sebanyak 31,6%, kelompok umur 45-54 tahun sebanyak 45,3% dan kelompok umur 55-64 tahun sebanyak 55,2%. Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah sebesar 37,57%. Jumlah ini lebih tinggi pada perempuan (40,17%) dibandingkan laki-laki (38,83%). Prevalensi hipertensi di wilayah perkotaan sebanyak 38,11% sedikit lebih tinggi jika dibandingkan dengan perdesaan sebanyak 37,1% (Riskesdas, 2018). Kasus hipertensi tertinggi berdasarkan data Profil Kesehatan Jawa Tengah tahun 2021

berada dikota Semarang yaitu mencapai 67.101 kasus atau sebanyak 19,56% (Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2021). Kabupaten Kebumen sebagai salah satu kabupaten yang terletak di Provinsi Jawa tengah tercatat prevalensi ada 31,61% berdasarkan profil kesehatan kabupaten Kebumen tahun 2020 diketahui terdapat sebanyak 108.945 kasus hipertensi (Dinkes Kab Kebumen, 2020).

Hipertensi merupakan penyakit yang terjadi hampir tanpa gejala awal, namun penyakit ini dapat berakibat fatal, menyebabkan kematian dan membunuh secara diam-diam. Meski tekanan darah tinggi tidak membunuh manusia secara langsung, namun memicu penyakit lain yang faktor risikonya paling kuat mempengaruhi terjadinya serangan jantung, stroke, dan penyakit pembuluh darah. Gejala umumnya antara lain sakit kepala atau rasa berat di leher, pusing, jantung berdebar terus-menerus, kelelahan ringan, pandangan kabur, dan telinga berdenging. Penyebab utama tekanan darah tidak terkontrol adalah pola hidup tidak sehat dan faktor stres. Gaya hidup yang tidak sehat menjadi salah satu faktor yang kerap memicu tekanan darah tinggi. Misalnya saja, merokok, mengonsumsi terlalu banyak makanan kaya natrium dan lemak, serta kurang berolahraga. Hal-hal tersebut dapat memicu terjadinya obesitas sehingga meningkatkan faktor risiko tekanan darah tinggi. Stres mental juga dapat meningkatkan tekanan darah melalui aktivitas sistem saraf simpatik. Peningkatan aktivitas saraf simpatik dapat menyebabkan tekanan darah melonjak dan jika stres terus berlanjut maka tekanan darah dapat tetap tinggi (Mia, Riski, & Rosmian, 2021).

Penanganan pada penderita hipertensi secara farmakologis yaitu dengan obat antihipertensi yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah. Obat antihipertensi memiliki beberapa golongan dan tiap golongan memiliki cara kerja yang berbeda tetapi fungsinya sama-sama dapat menurunkan tekanan darah. Pemberian obat antihipertensi disesuaikan jenis dan dosis pemberiannya ditentukan sesuai usia dan kondisi tingkat keparahan pasien serta respon tubuh terhadap obat. Mengonsumsi obat antihipertensi dalam rentan waktu yang cukup panjang bisa membuat efek samping obat yang mengakibatkan adanya beberapa kerusakan pada organ tertentu (Ainurrafiq et al., 2019). Selain dengan

pemberian obat antihipertensi sebagai salah satu upaya non farmakologis terapi keperawatan seperti pijat dapat memicu pelepasan endorphen yang membuat perasaan nyaman pada pasien. Efek lain dari terapi pijat juga mampu mengurangi tekanan pada otot sehingga meningkatkan relaksasi, memperbaiki sirkulasi darah, dan menurunkan darah sistolik dan diastolic. Terapi pijat ada berbagai macam salah satunya ada yang disebut *Light Massage*(Ardiansyah, 2019).

Light Massage merupakan terapi alternatif dengan teknik relaksasi yang dapat membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan memberikan efek relaksasi dan mengendurkan otot-otot yang kaku sehingga pembuluh darah melebar sehingga melancarkan aliran darah dan menurunkan tekanan darah secara stabil. Pijat ringan *Light Massage* adalah dasar dari terapi pijat, menggunakan indera peraba untuk menentukan jumlah tekanan yang tepat untuk setiap orang dan mengidentifikasi ketegangan dan masalah jaringan lunak lainnya. Sentuhan pijatan juga dapat menyampaikan perasaan peduli, yang bisa disebut sebagai satu komponen penting yang erat hubungannya dengan penyembuhan. Pijat ringan dilakukan dengan teknik pemijatan yang fokus pada punggung dan bahu, namun bisa juga dilakukan pada satu atau beberapa bagian tubuh lainnya. Dilakukan selama kurang lebih 10 menit pada setiap bagian tubuh untuk mencapai hasil relaksasi yang maksimal. Pijatan ini dapat memperbaiki masalah pada persendian otot, membuat tubuh rileks, melepaskan ketegangan dan menghilangkan rasa sakit. Ini juga dapat meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi kecemasan dan depresi. Ada banyak penelitian yang menunjukkan terapi pijat telah digunakan untuk mengobati pasien tekanan darah tinggi. Terbukti aman dan memberikan efek positif dalam menurunkan tekanan darah (Ratna & Aswad, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mira.A, Riski, dan Rosmian.(2022) tentang pengaruh terapi *Light Massage* terhadap tekanan darah penderita hipertensi primer di ruang rawat inap teratai RS Batam menunjukkan adanya perubahan nilai tekanan darah yang signifikan sesudah penerapan terapi *light massage*. Penelitian lain tentang efektivitas terapi pasien hipertensi

dengan intervensi inovasi rendam kaki air jahe kombinasi *Light Massage* di ruang ranap dewasa RSI PKU Muhammadiyah Palangkaraya yang dilakukan oleh Widiya dan Asep, (2022) didapatkan hasil adanya pengaruh yang signifikan menurunkan tekanan darah dimana hasil antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi tersebut didapatkan nilai tekanan darah pretest dan post test yang menurun. Berdasarkan latar fenomena yang ada di Kabupaten Kebumen ada sebanyak 108.945 kasus dengan hipertensi, pada wilayah kecamatan Sruweng ada sebanyak 4.096 penderita dan di Desa Karanggedang sendiri terdapat sekitar 279 orang dengan hipertensi. Pada wilayah yang akan dilakukan penelitian di Desa Karanggedang Kecamatan Sruweng saat kegiatan posyandu hanya melakukan pemeriksaan kesehatan biasa seperti pengukuran tekanan darah rutin pada setiap pertemuan, serta terkadang ada senam prolans tapi pelaksanaannya tidak menentu. Salah satu upaya penanganan bagi penderita hipertensi yang masih jarang dilakukan dan dapat dijadikan rujukan pre hospital atau terapi non farmakologi yang dapat dilakukan secara mandiri yaitu terapi *Light Massage*. Berdasarkan latar fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian "Pengaruh Terapi *Light Massage* Terhadap Upaya Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Desa Karanggedang Kec.Sruweng".

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada pengaruh terapi *light massage* terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Karanggedang Kec.Sruweng? ”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Adapun tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Terapi *Light Massage* Terhadap Upaya Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Karanggedang Kec. Sruweng

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden hipertensi yang diberikan terapi *light massage*

- b. Mengetahui tekanan darah sebelum diberikan intervensi terapi *light massage*
- c. Mengetahui pengaruh *light massage* terhadap tekanan darah setelah diberikan intervensi *light massage*

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi pengembangan ilmu

Hasil Penelitian ini dapat digunakan sebagai pengembangan ilmu dalam menjadi sumber pengetahuan serta menjadi strategi penatalaksanaan bagi penderita hipertensi dan referensi dalam melaksanakan penelitian berikutnya terkait terapi *light massage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Manfaat bagi praktisi

a. Bagi Peneliti

Dapat mengetahui secara langsung mengenai pengaruh terapi *light massage* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga dapat menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman bagi peneliti.

b. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber pengetahuan, memberikan informasi pengaruh penerapan terapi *light massage* terhadap penurunan tekanan darah dan dapat menjadi strategi para petugas kesehatan yang dapat diaplikasikan dalam menangani hipertensi dengan terapi *light massage*.

c. Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi serta untuk menambah wawasan dan pengetahuan dalam mengatasi tekanan darah khususnya pada masyarakat penderita hipertensi.

E. Keaslian Penulisan

Tabel 1.1 Keaslian Penulisan

Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian ini
Sidik dkk, (2018)	Pengaruh Terapi <i>Light Massage</i> Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Primer di Rumah Sakit Kota Batam	Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain experimental	Hasil penelitian didapatkan analisis pretest dan post test tekanan darah menunjukkan nilai signifikan $0,001 < 0,005$ yang menunjukkan terdapat pengaruh setelah penerapan terapi <i>light massage</i> terhadap tekanan darah	Persamaan : Metode yang digunakan dengan quasi eksperimen dan sama sama menerapkan terapi <i>light massage</i> Perbedaan : perbedaan terdapat pada sampel, tempat dan variable penelitian
Widiya & Asep (2022)	Efektivitas Terapi Pasien Hipertensi Dengan Inovasi Rendam Kaki Air Jahe Kombinasi <i>Light Massage</i> Di Ruang Rawat Inap Dewasa RSI PKU Muhammadiyah Palangkaraya	Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan kuasi eksperimen dan analisis data yang digunakan adalah Uji <i>Wilcoxon Match Pairs</i> test	Didapatkan nilai rata-rata dari uji normalitas menggunakan uji <i>Wilcoxon</i> sebelum intervensi skor mean 3.00, sedangkan skor rata-rata setelah diberikan intervensi menurun menjadi 1.57 dan didapatkan nilai sig.(2-tailed)= $0.000 < 0.05$, maka dari hasil uji normalitas tersebut disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi rendam kaki air jahe <i>light massage</i> yang secara signifikan menurunkan tekanan darah.	Persamaan: Penelitian ini sama menggunakan metode kuantitatif dengan desain experimental dan alat ukur penelitian menggunakan SOP, pretest- post test, alat ukur tensi Perbedaan : bedanya penelitian yang akan dilakukan hanya menerapkann terapi <i>light massage</i> , kemudian waktu dan tempat pelaksanaannya juga berbeda
Gurcan,et.al (2021)	Pengaruh Pijat Kaki dan Punggung pada Tekanan Darah dan Kualitas Tidur pada Wanita dengan Hipertensi Esensial	Pengumpulan data dikumpulkan melalui bentuk data pribadi yang mencakup karakteristik deskriptif, indeks kualitas tidur Pittsburgh(PSQI)	Dari penelitian tersebut didapatkan hasil dari 90 pasien terdapat perbedaan statistik yang kuat antara nilai pretest-posttest dengan skor sub dimensi (psqi pada wanita ($p < 0,001$) dan setelah enam sesi pijat kaki dan punggung nampak terdeteksi penurunan tekanan darah secara statistic perbedaannya($p < 0.001$).	Persamaan : sama sama meneliti pengaruh terhadap tekanan darah Perbedaan : Perbedaan terdapat pada judul penelitian, pada penelitian ini juga mengukur kualitas tidur dan pada penelitian yang akan dilakukan hanya

Pemijatan yang dilakukan di anggota tubuh di area kaki dan punggung didapati memiliki adanya pengaruh dalam mengurangi tekanan darah serta membuat suasana yang rileks sehingga meningkatkan mutu tidur.	mengukur penurunan tekanan darah
--	----------------------------------



DAFTAR PUSTAKA

- AHA (American Heart Association). (2017). *Hypertension: The Silent Killer : Uploated JNC-8 Guideline Recommendations. Alabama Pharmacy Association*. <https://doi.org/0178-0000-15-104-H01-P>.
- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa A,M. (2019). Terapi non farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 2(3): 192-199.
- Amgad. (2020). Effect of Manual Therapy in Hypertensive Patients. *Egyptian Journal of Egy. J. Phys. Ther*, 1:1-5.
- Ardiansyah & Huriah, T. (2019). Metode Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 5(1).
- Arsyawina, 2024. *Efektivitas Intervensi Terapi Light Massage dan Terapi Spiritual Dalam Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Pada Pasien Hipertensi Di Samarinda,Kalimantan Timur* : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kalimantan Timur, Indonesia.
- Buchari. (2016). *Metodologi Penelitian Kebidanan: Panduaan Penulisan Protokol Laporan Hasil penelitian*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Dewi, R. (2021). Literature Review: Pengaruh Light Massage Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Repository.poltekkes-smg.ac.id*.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah. (2021). Prevalensi Hipertensi di Provinsi Jawa Tengah
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen. (2020). Profil Kesehatan Kabupaten Kebumen.
- Fathoni. (2019). Hubungan Hipertensi Dengan Kejadian Stress Pada Lansia Literatur Riview. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9),1-23.
- Fina, A. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Klien Tuberkulosis(TB PARU) Dengan Bersihan Jalan Napas Tidakk Efektif. *Repository UPN Veteran Jakarta*.
- Gurcan. (2021). The influence of foot and back massage on blood pressure and sleep quality in females with essential hypertension: a randomized

controlled study. *National Library of Medicine*.

H. Anang, Rina. N. (2021). *Riset Keperawatan*. Cirebon Jawa Barat: LovRinz Publishing.

Hesi. (2020). Menentukan Populasi dan Sampel Dalam Riset-Riset Ekonomi dan Perbankan Islam. *Research Gate, UIN Bukit Tinggi*.

Kemenkes. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018. Jakarta: Kemenkes RI

Kemenkes. (2020). Apa itu Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi) ? - Direktorat P2PTM. <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/apa-itu-hipertensi-tekanan-darah-tinggi>.

Liliana, L., 2020. *Gambaran Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Terhadap Kadar Kolesterol Total*, Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Lilyana, A., 2024. *Efektifitas Light Massage dan Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*, Gresik: Repository Universitas Gresik.

Manuntung, A. (2018). Terapi Perilaku Kognitif pada pasien Hipertensi. *Wineka Media*.

Mardiana. (2020). Terapi bekam pada penderita hipertensi . *STIKES Insan Cendekia Medika*.

Mayasari, 2021. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Kegiatan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) di Puskesmas Rawat Inap Kedaton Kota Bandar. *Jurnal KESMAS Vol 5(2)*, 56-62.

Mia, Eros,Dkk. (2021). *Hipertensi 1: Kenali Penyebab, Tanda Gejala Dan Penanganannya*. Jakarta: Poltekkes Tasikmalaya.

Mira A, Rizki Sari., Rosmian., S. (2022). Pengaruh terapi light massage terhadap tekanan darah penderita hipertensi primer di ruang rawat inap teratai rs batam. *Universitas Dharmawangsa*, vol 17,no.3.

Muhammad Noor, M. (2020). " Terapi Light Massage" YouTube video,

https://youtu.be/2nQ92pxFgiY?si=pMfF_27pyKarUNhZ

- Norfai, SKM.,M.Kes. (2022). *Analisis Data Penelitian (Analisis Univariat, Bivariat, dan Multivariat)*, Jawa Timur: Qiara Media, 44- 47.
- Nursalam. (2013). *Manajemen Keperawatan, Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional, edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Ilmu Keperawatan edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pudjiastuti. (2019). Peningkatan Hipertensi atau Kenaikan Tekanan darah. *Journal Gawat Darurat*.
- Ratna, &. Aswad. (2019). Efektivitas terapi pijat refleksi dan terapi benson terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi . *Jambura Health and Sport Journal*, 1(1)33-40.
- Rikesdas. (2018). Laporan prevalensi Hipertensi Provinsi Jawa Tengah.
- Rindiyaniti. (2018). Skripsi analisis faktor resiko kejadian hipertensi pada penduduk wana di Desa Siman.
- Setiadi. (2018). *Konsep dan praktik penulisan riset keperawatan edisi 2*. Jakarta: Graha Ilmu.
- Sidik, A., Arif,S. S. (2018). Pengaruh Light Massage Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Primer Di Kabupaten Banyumas. *Keperawatan FIKES Unsoed Purwokerto*, 1-5.
- Sri, W., (2021). Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bulukunyi Kabupaten Takalar. http://repositori.uinalauddin.ac.id/20005/1/SRI%20WINDAYANTI_70300117103.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Bisnis: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, dan R&D*. Bandung: Penerbit CV Alfabeta.
- Tengah, D. P. (2021). Prevalensi Hipertensi di Provinsi Jawa Tengah.
- Triyono, E (2018). Analisis penanggulangan hipertensi. *Stikesalifah*.
- Wahyuni, & Setyowati. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Manajemen Hipertensi Terhadap Kejadian Berulang Peningkatan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka. *Jurnal Kampus STIKES YPIB MAJALENGKA*,

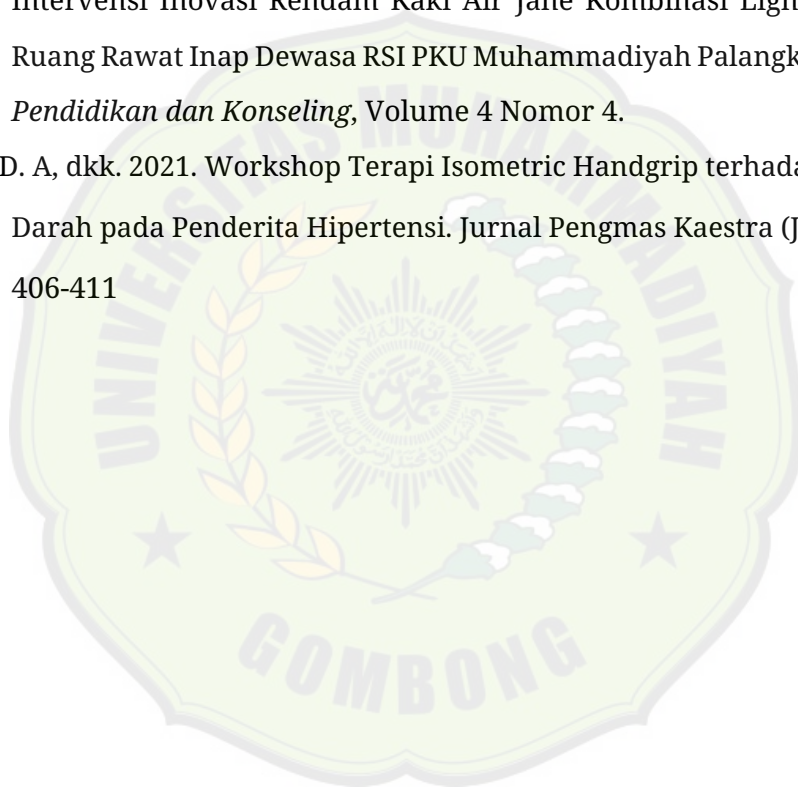
7(2)1-10.

Wahyuni,S.,2020. *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Lansia Pada Penyakit Hipertensi Di Puskesmas Cisadea*, Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.

WHO, (2020). World Health Organization Regional Office For South-East Asia *"Hypertension"*.

Widiya, N., & Asep. (2022). Efektivitas Terapi Pasien Hipertensi Dengan Intervensi Inovasi Rendam Kaki Air Jahe Kombinasi Light Massage Di Ruang Rawat Inap Dewasa RSI PKU Muhammadiyah Palangkaraya. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, Volume 4 Nomor 4.

Yanti, D. A, dkk. 2021. Workshop Terapi Isometric Handgrip terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengmas Kaestra (JPK)*, 2(1),PP. 406-411



LAMPIRAN





PEMERINTAH KABUPATEN KEBUMEN
DINAS KESEHATAN, PENGENDALIAN PENDUDUK DAN KELUARGA
BERENCANA

PUSKESMAS SRUWENG

Jalan Raya Sruweng No.97 Sruweng, Kode Pos 54362 Telp. (0287)551298
Laman: puskesmassruweng.kebumenkab.go.id
Pos-el : sruweng.puskesmas@gmail.com

Kebumen, 29 Juli 2024

Nomor : 400.14.5.4 / 109 / 2024
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Jawaban Permohonan Ijin Penelitian

Yth. 1. Kepala LPPM Universitas Muhammdiyah Gombang
di
Tempat

Menindaklanjuti surat dari Kepala LPPM Universitas Muhammdiyah Gombang No:646.5/II.3.AU/PN/VII/2024 tanggal 19 Juli 2024 perihal Permohonan Ijin, bersama ini disampaikan bahwa Puskesmas Sruweng pada dasarnya tidak berkeberatan dan memberikan Ijin Penelitian kepada Shezha Nurhaliza, mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombang. Judul Penelitian Pengaruh Terapi Light Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Karanggedang Sruweng.

Untuk melakukan penelitian, dengan ketentuan sebagai berikut :

- 1. Pelaksanaan kegiatan tidak mengganggu tugas pokok/pelayanan instansi
- 2. Kegiatan Penelitian dilaksanakan bulan Juli-Agustus 2024
- 3. Melibatkan dan berkoordinasi dengan pelaksana program
- 4. Mengumpulkan laporan hasil ke instansi tempat pelaksanaan kegiatan

Demikian untuk menjadikan perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Kepala Puskesmas Sruweng
Kabupaten Kebumen



Dokumen ini ditandatangani secara elektronik

Basuki, S.Kep.Ners
Pembina Tingkat I (IV/b)
NIP. 196803051991031009

**DINAS KESEHATAN, PENGENDALIAN PENDUDUK DAN
KELUARGA BERENCANA**



Jalan HM. Sarbini Nomor 89 Kebumen, Kodepos 54316

Telepon (0287) 381572, Faksimile (0287) 384873

Laman <https://kesehatanppkb.kebumenkab.go.id>

Pos-el dinkesppkb.kebumen@gmail.com

Kebumen, 24 Juli 2024

Nomor : 400.14.5.4 / 1386
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Jawaban Permohonan Ijin Penelitian

Yth. 1. Kepala LPPM Universitas Muhammadiyah Gombong
di
Tempat

Menindaklanjuti surat dari Kepala LPPM Universitas Muhammadiyah Gombong No: 646.5/II.3.AU/PN/VII/2024 tanggal 19 Juli 2024 perihal Permohonan Ijin, bersama ini disampaikan bahwa Dinas Kesehatan, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Kebumen pada dasarnya tidak keberatan dan memberikan Ijin Penelitian kepada Shezha Nurhaliza, mahasiswa Keperawatan Program Sarjana Universitas Muhammadiyah Gombong. Judul Penelitian Pengaruh Terapi Light Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Karanggedang Sruweng.

Untuk melakukan penelitian, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Pelaksanaan kegiatan tidak mengganggu tugas pokok/pelayanan instansi
2. Kegiatan praktik dilaksanakan bulan Juli - Agustus 2024
3. Melibatkan dan berkoordinasi dengan pelaksana program
4. Mengumpulkan laporan hasil ke instansi tempat pelaksanaan kegiatan

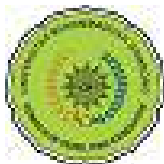
Demikian untuk menjadikan perhatian dan atas kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Kepala Dinas Kesehatan, Pengendalian
Penduduk Dan Keluarga Berencana
Kabupaten Kebumen



Dokumen ini ditandatangani
secara elektronik

dr. Iwan Danardono, Sp.Rad,M.M.R
Pembina Utama Muda (IV/c)
NIP. 196803211999031006



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

eCertificate

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL
EXEMPTION

"ETHICAL EXEMPTION"

Nomor : 205.6/II.3.AU/F/KEPK/VII/2024

No. Protokol : 21111000004



Peneliti
Researcher

: Shezha Nurhaliza

Nama Institusi
Name of The Institution

: KEPK Universitas Muhammadiyah Gombong

**"PENGARUH TERAPI LIGHT MASSAGE TERHADAP
UPAYA PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANGGEDANG
KECAMATAN SRUWENG"**

**"THE EFFECT OF LIGHT MASSAGE THERAPY ON
DECREASING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE
PEOPLE IN THE SMALL VILLAGE OF KARANGGEDANG,
SRUWENG"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 19 Juli 2024 sampai dengan tanggal 19 Oktober 2024

This declaration of ethics applies during the period July 19, 2024 until October 19, 2024

July 19, 2024
Professor and Chairperson,



Ning Iswati, M.Kep

OLAH DATA

1. Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sistol Pretest	.242	34	.000	.891	34	.003
Sistol Posttest	.181	34	.006	.923	34	.020
Diastol Pretest	.296	34	.000	.842	34	.000
Diastol Posttest	.303	34	.000	.833	34	.000

a. Lilliefors Significance Correction

2. Uji Wilcoxon Tekanan Darah Sistol

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Sistol Pretest	34	160.88	16.764	140	200
Sistol Posttest	34	140.59	12.778	110	170

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Sistol Posttest - Sistol Pretest	Negative Ranks	26 ^a	13.50	351.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	8 ^c		
	Total	34		

a. Sistol Posttest < Sistol Pretest

b. Sistol Posttest > Sistol Pretest

c. Sistol Posttest = Sistol Pretest

Test Statistics^a

Sistol Posttest - Sistol Pretest	
Z	-4.496 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

3. Uji Wilcoxon Tekanan Darah Diastol

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Diastol Pretest	34	105.00	10.801	90	120
Diastol Potsttest	34	91.76	7.165	80	110

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Diastol Potsttest - Diastol Pretest	Negative Ranks	28 ^a	15.20	425.50
	Positive Ranks	1 ^b	9.50	9.50
	Ties	5 ^c		
	Total	34		

- a. Diastol Potsttest < Diastol Pretest
- b. Diastol Potsttest > Diastol Pretest
- c. Diastol Potsttest = Diastol Pretest

Test Statistics^a

	Diastol Potsttest - Diastol Pretest
Z	-4.639 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

4. Uji Mann-Whitney Tekanan Darah Sistol

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Sistol Pretest Posttest	68	150.74	17.981	120	200
Kelompok	68	1.50	.504	1	2

Ranks

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
--	----------	---	-----------	--------------

Sistol Pretest Posttest	Pretest	34	45.44	1545.00
	Posttest	34	23.56	801.00
	Total	68		

Test Statistics^a

	Sistol Pretest
	Posttest
Mann-Whitney U	206.000
Wilcoxon W	801.000
Z	-4.682
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: Kelompok

5. Uji *Mann-Whitney* Tekanan Darah Diastol

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Diastol Pretest Posttest	68	98.38	11.278	80	140
Kelompok	68	1.50	.504	1	2

Ranks

	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Diastol Pretest Posttest	Pretest	34	46.35	1576.00
	Posttest	34	22.65	770.00
	Total	68		

Test Statistics^a

	Diastol Pretest
	Posttest
Mann-Whitney U	175.000
Wilcoxon W	770.000
Z	-5.201
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: Kelompok



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PERPUSTAKAAN
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412
Website : <https://library.unimugo.ac.id/>
E-mail : lib.unimugo@gmail.com

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc

NIK : 96009

Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul :

**PENGARUH TERAPI *LIGHT MASSAGE* TERHADAP UPAYA PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA
KARANGGEDANG KEC. SRUWENG**

Nama : Shezha Nurhaliza

NIM : 202302217

Program Studi : S1 Keperawatan

Hasil Cek : 29 %

Gombong, 01 Agustus 2024

Pustakawan

(Desy Setiyawati, M.A.)

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT



(Sawiji, M.Sc)

PENJELASAN UNTUK MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

1. Kami adalah peneliti yang berasal dari Universitas Muhammadiyah Gombong jurusan program studi keperawatan program sarjana, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan suka rela dalam penelitian yang berjudul “ Pengaruh Terapi Light Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Karanggedang”
2. Tujuan dari penelitian ini adalah penulis mampu mengaplikasikan hasil *Light Massage* pada pasien hipertensi dan memberikan manfaat untuk menurunkan tekanan darah tinggi
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung lebih kurang 15-30 menit. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan tetapi anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan perkembangan asuhan atau pelayanan keperawatan.
4. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan atau tindakan yang diberikan.
5. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
6. Jika anda membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini silahkan menghubungi nomer HP 089685527312.

Peneliti

(Shezha Nurhaliza)

INFORMED CONSENT
(Persetujuan Menjadi Partisipan)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Shezha Nurhaliza dengan Judul “PENGARUH TERAPI *LIGHT MASSAGE* TERHADAP UPAYA PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA KARANGEDANG KEC.SRUWENG”

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Yang memberikan persetujuan

Responden

,..... 2024

Saksi

.....

.....

,..... 2024

Peneliti

Shezha Nurhaliza

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) TERAPI LIGHT MASSAGE UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI

Pengertian	Pijat ringan dengan melakukan sentuhan pada jaringan lunak tubuh dengan menggunakan tangan sebagai alat untuk menimbulkan efek positif dari pembuluh darah otot & system syaraf tubuh
Tujuan	Menerapkan terapi light massage pada penderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah
Alat & bahan	1. Handuk/ kain 2. Lotion/minyak zaitun
Setting	1. Atur klien ke posisi nyaman (supinasi atau semi fowler) 2. Ruangan nyaman dan tenang
Prosedur	1. Pra interaksi a. Sapa klien dengan mengucapkan salam b. Perkenalkan diri pada pasien c. Jelaskan tujuan kegiatan dan kontrak (waktu, tempat dan tujuan) d. Menanyakan kesiapan klien untuk tindakan e. Memberi kesempatan klien untuk bertanya atau menyampaikan sesuatu f. Menutup pintu, menyiapkan dan menjaga privasi klien. 2. Pelaksanaan/Tahap Kerja Langkah- langkah <i>Light Massage</i>: - Oleskan lotion/ minyak zaitun pada bagian tubuh yang akan dilakukan tindakan apabila klien berkenan a. Usapan lembut pada daerah wajah dan leher : 1. Usapan lembut dengan 3 jari pada daerah dahi atau atas alis



2. Usapan lembut pada bagian bawah mata



3. Usapan lembut pada daerah tulang hidung



4. Usapan lembut pada daerah bawah hidung atau atas mulut



5. Usapan lembut pada daerah dagu



6. Usapan lembut pada tulang pipi



7. Usapan lembut pada daerah leher



b. Usapan lembut pada daerah tangan

1. Usapan lembut pada jari tangan mulai ibu jari sampai kelingking pada tangan kanan dan kiri



1. Usapan pada punggung tangan kanan dan kiri



2. Usapan pada telapak tangan kanan dan kiri



3. Usapan lembut pada lengan bawah kanan dan kiri



4. Usapan lembut pada lengan atas kanan dan kiri



Gerakan usapan ini dapat dilakukan dengan 3-5x usapan bisa diulangi dari awal selama 10- 15 menit

3. Tahap Terminasi
 - a. Tanyakan perasaan klien setelah dilakukan pijatan lembut/ light massage
 - b. Lakukan kontrak yang akan datang (waktu, tempat dan tujuan)
 - c. Ucapkan salam dan akhiri pertemuan dengan klien



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PRODI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
Jl. Yos Sudarso No.461, Telp. Fax (0287) 472433, Gombong 54412

Nama Mahasiswa : Shezha Nurhaliza
NIM : 202302217
Pembimbing : Barkah Waladani, M. Kep

Tanggal Bimbingan	Topik/Materi Bimbingan	Paraf Pembimbing
17-11-2023	Topik dan Judul	KS
23-11-2023	BAB I	KS
01-12-2023	- Revisi BAB I - Lanjut BAB II	KS
21-12-2023	- Revisi BAB II - Lanjut BAB III	KS
17-01-2024	Revisi BAB III	KS
06-02-2024	Revisi BAB III	KS
22-02-2024	Finishing BAB III	KS
18-03-2024	Acc sidang proposal	KS
24-07-2024	Konsul BAB IV	KS
25-07-2024	Revisi BAB IV dan konsul BAB V	KS
26-07-2024	Lanjut abstrak dan cek turnitin	KS
01-08-2024	ACC Skripsi	KS

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana


(Cahyu Septiwi, M.Kep, Sp.KMB, P.hD)