

BAB V PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Pengaruh *Slow Stroke Back Masase* (SSBM) Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kota Tengah yang telah dilakukan peneliti maka dapat di Tarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Tekanan darah sebelum diberikan tindakan *Slow Stroke Back Masase* (SSBM) di Puskesmas Kota Tengah memiliki nilai rata-rata tekanan darah sistole 147,50 mmHg dan rata-rata nilai tekanan darah diastol 91,25 mmHg, yang di dominasi oleh hipertensi derajat I dengan jumlah 14 responden.
2. Tekanan darah sesudah diberikan tindakan *Slow Stroke Back Masase* (SSBM) di Puskesmas Kota Tengah memiliki nilai rata-rata tekanan darah sistole 135,00 mmHg dan nilai rata-rata tekanan darah diastol 85,00 mmHg. Dimana perubahannya di dominasi oleh pre hipertensi dengan jumlah 10 responden.
3. Terdapat Pengaruh *Slow Stroke Back Masase* (SSBM) Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Kota Tengah pada tekanan sistolik ($p\ value = 0,000, <\alpha = 0,05$) dan pada tekanan diastolik ($p\ value = 0,001, <\alpha = 0,05$).

5.2 Saran

1. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan agar pihak puskesmas dapat mempertimbangkan tindakan *Slow Stroke Back Masase* (SSBM) sebagai alternatif untuk penderita hipertensi dalam menurunkan tekanan darah.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan untuk institusi pendidikan dapat dijadikan dasar dalam mengembangkan dan mengaplikasikan tindakan *Slow Stroke Back Masase* (SSBM) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

3. Bagi Responden

Diharapkan kepada responden agar dapat menerapkan tindakan *Slow Sroke Back Masase* (SSBM) dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga kestabilan tekanan darah, yaitu dengan usapan pada daerah atas bokong hingga di bahu yang perahan selama 7 menit.

4. Bagi peneliti selanjutnya.

Bagi Peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian tentang tindakan *Slow Stroke Back Masase* (SSBM) dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dan kiranya penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi dan informasi dan dapat meneliti tentang pengaruh tindakan *Slow Stroke Back Masase* lain, seperti Pengaruh *Slow Stroke Back Masase* (SSBM) terhadap penurunan intensitas nyeri haid.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Z. 2010. *Pengantar Metode Statistik Untuk Keperawatan*. Trans Info Media. Jakarta.
- American Massage Therapy Association. 2012. *Massage Is Good Medicine*. http://www.amtamassage.org/uploads/cms/documents/amtaresearchroundup_hearthealth.pdf 10 Februari 2017 (20:34).
- Baradero, M., Dayrit, M.W., dan Siswandi, Y. 2008. *Klien Gangguan Kardiovaskular: Seri Asuhan Keperawatan*. <http://books.google.co.id/books>. 11 Februari 2017 (16:45)
- Braun, M.B. dan Simonson, S.J. 2014. *Introduction to Massage Therapy*. <https://books.google.co.id/books>. 10 Juli 2017 (21:30).
- Brunner dan Suddart. 2005. *Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8*. Jakarta: EGC
- Brunner dan Suddart. 2005. *Keperawatan Medikal Bedah Edisi 2*. Jakarta: EGC
- Crea, M. 2008. *Hypertension*. Jakarta: Media
- Damayanti, D. 2013. *Sembuh Total Diabetes, Asam Urat, Hipertensi Tanpa Obat*. Yogyakarta: Pinang Merah Publisher.
- Dharma, k.k. 2011. *Metodologi Penelitian keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media
- Ghofar, A. 2014. *Pedoman Lengkap Keterampilan Perawatan Klinik*. Yogyakarta: Mitra Buku.
- Harris, M. dan Richards, K.C. 2009. *The Physiological And Psychological Effects Of Slow-Stroke Back Massage And Hand Massage On Relaxation In Older People*. *Journal of Clinical Nursing*. Vol.19:917-926.
- Healey, Dale DC. 2011. *How Does Massage Work?*. <http://takingcharge.chs.umn.edu/explore-healing-practices/massage-therapy/how-does-massage-work>. 2 Februari 2017 (18:05)
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2008. *Riset dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: alamba medika.
- Idrus, F., 2011. Hubungan Stress dan Hipertensi. *Artikel Kedokteran*. pp.1-2
- Izzo, J.L. dan Black, H.R. 2003. *Hypertention Primer The Essentials of High Blood Pressure*. <http://books.google.co.id/books>. 11 Februari 2017 (00:15)

- Karyadi, E. 2002. *Hidup Bersama Penyakit Hipertensi, Asam Urat dan Penyakit Jantung*. Jakarta: Inti Sari Mediatama.
- Kementrian Kesehatan RI Pusat Data dan Informasi. 2016. *Situasi dan Analisis Lanjut Usia*. Jakarta: Kementrian Kesehatan.
- Kementrian Kesehatan RI Pusat Data dan Informasi. 2014. *Hipertensi*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan RI Pusat Data dan Informasi. 2014. *Jantung*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Lestari, P.A. 2015. Pengaruh Stimulasi Kutaneus (*Slow Stroke Back Masase*) Terhadap Nyeri Haid pada Siswi Kelas XI SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan* 4(8): 30-69.
- Lynn, P. 2011. *Taylor's Handbook of Clinical Nursing Skills*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Muhammadun AS. 2010. *Hidup Bersama Hipertensi, Seringai Darah Tinggi, Sang Pembunuh Sekejap*. Yogyakarta : In-Books
- Mutaroh, A., Indahana, Z., Widhawati, dan Sari, S. 2016. *Ensiklopedi Kesehatan Untuk Umum*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Muttaqin, Arif . 2009. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular dan Hematologi*. Jakarta : Salemba Medika.
- Mook, E., dan Woo, C.P. 2014. *The Effects of Slow-Stroke Back Massage On Anxiety And Shoulder Pain In Eldery Stroke Patients*. *Journal Complementary Therapies In Nursing & Midwifery*. Vol. 10: 209-216.
- Nandhini, S. 2014. Essential Hypertension- A Review Article. *Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*. Vol.6(9): 305-307.
- Nasution, H. 2011. Hubungan Stress dengan Kejadian Hipertensi. [skripsi]. Sumatra Utara: Repository. 11 juni 2017 (00:15)
- Nursalam. 2016. *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Edisi 4. Jakarta : Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rinzka Cipta.
- Pudjiastuti, S.S. 2003. *Fisioterapi pada Lansia*. Jakarta: EGC.

- Potter, P.A., dan Perry, A. G. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, & Praktik. Edisi 4 Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Potter, P.A. dan Perry, A. G. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, & Praktik. Edisi 4 Volume 2*. Jakarta: EGC.
- Rabito, M.J., dan Kaye, A.D. 2013. *Complementary and Alternative Medicine and Cardiovascular Disease: An Evidence-Based Review*. Hindawi Publishing Corporation. Vol.2013:1-8.
- Retno, A.W., dan Praswedi, D. 2012. *The Implementation Of Slow Stroke Back Massage In Decreasing Blood Pressure On Hypertension's Patient*. *Jurnal STIKES* 5(2): 133-143.
- Stein, Richard. (2004), *Complementary and Alternative Cardiovascular Meicine*. United Stages Of Amerika. Humana Press.
- Setiano, B. 2004. *Pengetahuan Pelayanan Fisik Lanjut Usia*. www.pjnhk.go.id. diakses tanggal 11 Februari 2017.
- Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Udani, G. 2016. Pengaruh Masase pada Penderita Hipertensi di UPTD Panti Tresna Werda Lampung Selatan. *Jurnal Kesehatan* 3(7): 503-507.
- Utaminigsih, W. (2015). *Mengenal & Mencegah Penyakit Diabetes, Hipertensi, Jantung dan Stroke Untuk Hidup Berkualitas*. Yogyakarta: Media Ilmu.
- Weerapong, P., Hume, P.A., dan Kolt, G. The Mechanisms of Massage and Effects on Performance, Muscule Recovery and Injury Prevention. *Journal of Sports Med* 35(3):235-256.
- Wijaya, A., dan Putri, Y. (2013). *KMB 1 Keperawatan Medikal Bedah*. Bengkulu: Nuha Medika.
- Winaya, I.M., dan Tianing, N.W. 2012. Pemberian *Intervensi Slow Stroke Back Masase* Menurunkan Tekanan Darah pada Wanita *Middle Age* dengan Kondisi Pre Hypertention di Banjar Batan Buah, Desa Kesiman, Kecamatan Denpasar Timur, Bali. *Jurnal Kesehatan* 5(9): 156-159.
- World Health Organization. 2013. Global Health and Anging. http://www.who.int/ageing/publications/global_health.pdf. 11 Februari 2017 (15:45)

