

INTERVENSI KOMBINASI PEMBERIAN SWEDISH BACK MASSAGE TECHNIQUE
DAN MUROTAL AL-QUR'AN SURAH ARH-RAHMAN DI DESA KEMUTUG KIDUL
KECAMATAN BATURRADEN KABUPATEN BANYUMAS

Oleh

Friska Ambarwati¹⁾, Ike Meiwati²⁾, Mariah Ulfah³⁾

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Universitas Harapan Bangsa

Jl. Raden Patah No.100 Banyumas, 53182

E-mail: ¹friezcha68@gmail.com, ²ikemeiwati05@gmail.com,

³mariahulfah@uhb.ac.id

Abstract

The aging process in the elderly will cause a decrease in physical function to health conditions that make the elderly group susceptible to degenerative (non-communicable) diseases, one of which is abnormal blood pressure that occurs continuously. There are several non-pharmacological hypertension treatments, namely the Swedish back massage technique and murotal therapy where massage is carried out on the body combined with listening to the murotal surah Ar - Rahman so that a relaxed feeling arises which will have an impact on lowering blood pressure. The purpose of this case study was to see the impact of the intervention of a combination of Swedish back massage techniques and murotal al-Qur'an Surah Ar - Rahman on reducing blood pressure in patients with hypertension. This research method uses a pre experimental design with a one group pretest-posttest approach. The results of the study found that the two subjects had the same gender, namely women, with subject 1 being 67 years old and subject 2 being 64 years old. The results of the case study showed a decrease in systolic and diastolic blood pressure in subject 1 by 9.3/4 mmHg and in subject 2 by 9.6/5.3 mmHg. Swedish therapy back massage techniques and murotal al-qur'an surah Ar - Rahman can lower blood pressure in patients with medical diagnoses hipertention.

Keywords : Swedish Therapy, Murotal Al- Qur'an Surat Ar-Rahman, Hipertention

PENDAHULUAN

Jumlah kelompok lansia yang tidaklah kecil, menjadi perhatian khusus terutama dibidang kesehatan, karena pada dasarnya masa lansia akan mengalami proses menua dimana terjadinya penurunan fungsi fisik, kondisi kesehatan, kemampuan indrawi, fungsi kognitif, memori, aktivitas ataupun kelekatan sosial (Prof. Dr. Jatie K. Pudjibudojo et al., 2021). Hal ini menjadikan lansia tergolong kedalam kelompok berisiko, karena hal tersebut dapat mempengaruhi kehidupan lansia terutama kesehatan (Moi et al., 2017). Dengan adanya risiko yang akan muncul menjadikan kelompok lansia rentan sekali terjangkit penyakit tidak menular (degeneratif) (Kuswandono, 2019).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO), tahun 2014 prevalensi

tekanan darah tinggi pada orang dewasa berusia 18 tahun keatas sekitar 22% dan menyebabkan kematian (Ansar et al., 2019). Selain secara global, hipertensi juga menjadi salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak di derita masyarakat Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2017 menunjukkan angka kejadian hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah mengalami peningkatan dari 25,8% menjadi 31,7% dari total penduduk dewasa. Prevalensi hipertensi terbesar di Indonesia berada di Kalimantan Selatan sebesar 30,8% sedangkan daerah dengan angka hipertensi terendah di Papua sebesar (22,2%). Prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum

obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan (Risksedas, 2018).

Selain itu berdasarkan hasil prasurvei yang telah dilakukan pada tanggal 21 Oktober 2021 di Desa Kemutug Kidul, Kecamatan Baturraden, Kabupaten Banyumas tercatat 117 jiwa dari 338 jiwa lansia yang menderita hipertensi dan terdapat 4 jiwa dari 10 jiwa lansia menderita hipertensi di wilayah RT 05 RW 03 Desa Kemutug Kidul.

Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah peristen dengan tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg (Hasnawati S., 2021). Hipertensi juga biasa dikenal sebagai pembunuh diam-diam karena seseorang dengan terdiagnosa hipertensi sering sekali tidak menampakkan gejala (Manuntung & Kep, 2019). Oleh sebab itu sangat penting untuk menjaga dan mempertahankan tingkat kesehatan serta kualitas hidup lansia dalam upaya mencegah terjadinya tekanan darah tinggi dan menurunkan angka kejadian hipertensi khususnya di Indonesia (Harsismanto et al., 2020).

Dalam bidang kesehatan penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi 2 yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Berdasarkan penelitian wulandari tahun 2012 terapi farmakologi sendiri ialah terapi yang menggunakan obat-obatan seperti medikasi anti hipertensi diantaranya diuretik, penyekat betaadrenogenik atau beta-blocker, vasodilator, penyekat saluran kalsium dan penghambat enzim pengubah angiotensin (ACE) yang biasanya dosis dan penggunaannya direkomendasikan oleh dokter. Sedangkan terapi non farmakologi dapat dilakukan dengan memodifikasi gaya hidup, mengurangi dan mengontrol berat badan, membatasi asupan nutrisi, memodifikasi diet rendah lemak, membatasi konsumsi alkohol dan kafein, melakukan teknik relaksasi dan menghentikan kebiasaan merokok (Nadia, 2020).

Terapi relaksasi diperlukan pada penderita hipertensi berdampak pada pembuluh darah menjadi relaks sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah kembali turun dan normal. Untuk membuat tubuh menjadi relaks dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti terapi musik klasik, yoga, teknik nafas dalam, dan terapi massage (Suarni, 2017). Salah satu terapi yang dapat di terapkan ialah dengan Swedish back massage therapy, ini merupakan metode pemijatan yang dilakukan pada permukaan seluruh tubuh dan terapi ini ternyata efektif menurunkan tekanan darah khususnya pada pasien hipertensi (Intari et al., 2018). Pada penelitian lainnya juga membuktikan hal yang sama bahwa swedish back massage efektif menurunkan tekanan darah, dimana terjadi penurunan rata-rata sistole sebesar 6,4 mmHg dan diastol sebesar 4,8 mmHg pada lansia yang menderita hipertensi (Moghadasy et al., 2021).

Terapi lainnya yang juga telah terbukti dapat menurunkan tekanan darah ialah terapi murotal. Menurut Zahrofi tahun 2013 murotal merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi para pendengarnya (Dwi Oktarosada & Nikki Annane Pangestu, 2021). Dilengkapi oleh peneliti lainnya bahwa murotal juga merupakan rekaman suara dari Al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang qori' dan lantunan ini secara fisik mengandung suara manusia yang dimana juga merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan mudah dijangkau. Suara yang muncul dapat menurunkan hormon stress, mengaktifkan hormon endorfin secara alami, meningkatkan perasaan rileks dan dapat mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang serta dapat memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga dinilai mampu menurunkan tekanan darah (Ropei & Luthfi, 2017).

Berdasarkan uraian di atas dan permasalahan yang muncul menjadikan peneliti tertarik untuk mengangkat masalah mengenai upaya penanganan hipertensi dengan terapi non farmakologi yang berjudul "Pengaruh Intervensi Kombinasi Pemberian Swedish Technique Back Massage Dan Murotal Al Quran Surat Ar-

Rahman Di Desa Kemutug Kidul Kecamatan Baturaden Kabupaten Banyumas”. Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk melihat bagaimana dampak intervensi kombinasi pemberian swedish back massage dan murotal al- qur’an surah Ar - Rahman terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi khususnya apada kelompok lanjut usia.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada studi kasus ini adalah menggunakan desain pre experimental dengan pendekatan one group pretest-posttest di mana Besarnya pengaruh perlakuan dapat dilihat dengan cara membandingkan hasil pre-test dan post-test (Yusuf, 2014). Pendekatan lain yang digunakan dalam penelitian ini adalah asuhan keperawatan yang meliputi identifikasi data hasil pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Subyek yang digunakan ialah warga Desa Kemutug Kidul, Kecamatan Baturraden, Kabupaten Banyumas yang di pilih berdasarkan kriteria inklusi yang telah di tetapkan sebelumnya.

Kriteria inklusi yang tetapkan diantaranya : 1) Berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan, 2) Terdiri dari 1 orang klien dewasa dengan diagnosa medis hipertensi, 3) Tidak terdapat penyakit penyerta lainnya atau komplikasi, dan 4) Bersedia diberikan asuhan keperawatan sesuai dengan waktu yang ditentukan peneliti.

Lokasi yang digunakan ialah rumah bagi setiap subjek pada studi kasus ini dan waktu dilakukannya studi kasus dilaksanakan mulai tanggal 20 Oktober – 20 November 2021. Peneliti melakukan pengkajian dan kontrak waktu pada tanggal 1 – 3 November 2021 yang dilaksanakan pada pagi, siang ataupun sore hari di sesuaikan dengan waktu kesiapan dari pasien untuk diambil datanya. Kemudian peneliti memberikan implementasi/perlakuan mulai tanggal 5 – 7 Novemeber 2021.

Instrumen yang digunakan dalam mengumpulkan data ialah format asuhan keperawatan khususnya pada kelompok lansia

sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Harapan Bangsa sebagai panduan saat dilakukan pengkajian dan tensimeter untuk mengukur tekanan darah subyek saat sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Sedangkan teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi dan pemeriksaan fisik.

Pada studi kasus ini, peneliti melakukan pengkajian terlebih dahulu kepada subyek selama 30 menit, kemudian menyusun analisa data dan menentukan diagnosa serta intervensi keperawatan. Selanjutnya peneliti memberikan implementasi, namun sebelum diberikan implementasi peneliti akan melakukan pengkajian tekanan darah dengan mengukurnya menggunakan tensimeter, setelah itu diberikan terapi swedish back massage selama 30 menit setiap 1 kali dalam 3 hari dan dilanjutkan dengan kombinasi mendengarkan murotal al-qur’an surah ar rahman setiap 1 kali dalam 3 hari berturut-turut. Apabila telah diberikan implementasi peneliti akan mengkaji kembali tekanan darah dengan mengukurnya menggunakan tensimeter, dimana peneliti mengobservasi apakah terjadi perubahan pada tekanan darah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian pada subyek 1 didapat hasil pengkajian data pasien identitas pasien. Nama pasien adalah Ny. K yang berusia 67 tahun, saat ini Ny. K mengeluh tubuhnya terasa pegal-pegal, otot leher dan pundak mengencang sehingga muncul nyeri, mudah sekali merasa pusing, dan tekanan darah selalu tinggi. Ny. K juga mengatakan bahwa dalam keluarganya memiliki riwayat hipertensi. Bapak Ny. K memiliki riwayat hipertensi dan meninggal karena stroke. Hasil pengkajian kebiasaan pada Ny.K didapat bahwa dalam kesehariannya jarang mengkonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan. Dalam memasak kesehariannya pasien sering menggunakan bumbu penyedap rasa. Ny. K sangat jarang melakukan olahraga, karena tidak bisa melakukan aktivitas yang berat akibat mudah sekali terasa pusing. Saat ini Ny.K sedang

mengonsumsi paracetamol 500 mg untuk mengurangi rasa nyeri. Setelah dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital didapat tekanan darah : 171/110 mmHg, nadi : 98 x/menit dan frekuensi nafas : 21 x/menit dan suhu : 36,4⁰C.

Pada subyek 2 didapat hasil pengkajian berupa identitas pasien. Nama pasien adalah Ny. D yang berusia 64 tahun. Saat ini Ny. D mengeluhkan badan terasa pegal-pegal terutama di area leher bahkan terasa nyeri, terkadang merasa pusing. Ny. D mengatakan dalam riwayat kesehatan keluarga tidak terdapat salah satu anggota keluarga yang mengidap hipertensi sebelumnya. Saat dilakukan pengkajian kebiasaan Ny. D dalam kesehariannya mengonsumsi makanan seadanya termasuk ikan asin, goreng-gorengan, dan daging ayam. Dalam memasak kesehariannya sering menggunakan bumbu penyedap rasa. Ny.D tidak pernah melakukan olahraga, karena dalam pola pikirnya membersihkan rumah termasuk juga dalam olahraga. Saat ini Ny. D tidak mengonsumsi obat dari dokter. Setelah dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital di dapat tekanan darah : 180/100 mmHg, nadi : 82 x/menit dan frekuensi nafas : 18 x/menit dan suhu : 36,2⁰C.

Melihat dan meninjau hasil pengkajian, peneliti menganalisa dan menemukan diagnosa keperawatan. Diagnosa keperawatan yang muncul ialah risiko penurunan curah jantung (D.0011) (PPNI, 2016). Untuk menyelesaikan masalah keperawatan yang ada berdasarkan diagnosa keperawatan selanjutnya di susun rencana keperawatan dimana berdasarkan panduan SIKI (standar intervensi keperawatan indonesia) tahun 2016 adalah perawatan jantung (I.02075) dengan memberikan tindakan observasi berupa : mengidentifikasi tanda/gejala primer dan sekunder penurunan curah jantung, memonitor nyeri yang terasa, tindakan terapeutik berupa : memposisikan pasien semi fowler/fowler, memberikan terapi relaksasi jika perlu dan memfasilitasi untuk memodifikasi gaya hidup sehat, tindakan edukasi berupa : menganjurkan beraktivitas fisik secara bertahap

dan memberikan tindakan kolaboratif berupa memberikan obat anti hipertensi.

Setelah itu peneliti melakukan terapi swedish back massage dan murrotal al-qur'an surah ar -rahman sebagai salah satu terapi relaksasi selama 30 menit setiap 1 kali dalam 3 hari berturut-turut, didapat data bahwa terjadi penurunan tekanan sistolik dan diastolik pada kedua subyek. Pada Ny. K (subyek 1) hasil pengkajian pada hari pertama (D.1) menunjukkan sebelum dilakukan terapi tekanan darah adalah 186/126 mmHg dan setelah dilakukan terapi tekanan darah adalah 179/120 mmHg, pada hari kedua (D.2) sebelum diberikan terapi tekanan darah adalah 184/123 mmHg dan setelah diberikan terapi tekanan darah adalah 173/119 mmHg dan pada hari ketiga (D.3) sebelum diberikan terapi tekanan darah adalah 180/120 mmHg dan setelah diberikan terapi tekanan darah adalah 170/118 mmHg.

Hal yang sama terjadi pada Ny. D (subyek 2) dimana setelah diberikan terapi tekanan darah mengalami penurunan dibuktikan dengan hasil pengkajian tekanan darah pada hari pertama (D.1) sebelum diberikan terapi tekanan darah adalah 169/100 mmHg dan setelah diberikan terapi tekanan darah adalah 160/98 mmHg, pada hari kedua (D.2) sebelum diberikan terapi tekanan darah adalah 167/110 mmHg dan setelah diberikan terapi tekanan darah adalah 158/98 mmHg dan pada hari ketiga (D.3) sebelum diberikan terapi tekanan darah adalah 168/99 mmHg dan setelah diberikan terapi tekanan darah adalah 157/97 mmHg. Peneliti juga mendapati penurunan rata-rata tekanan darah pada subyek 1 sebesar 9,3/4 mmHg dan subyek sebesar 9,6/5,3 mmHg

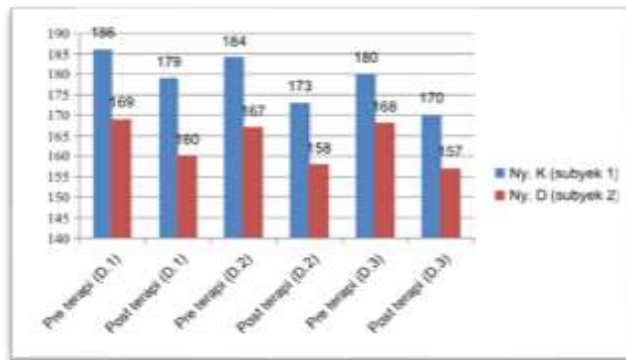


Diagram 1. Tekanan Darah Sistolik

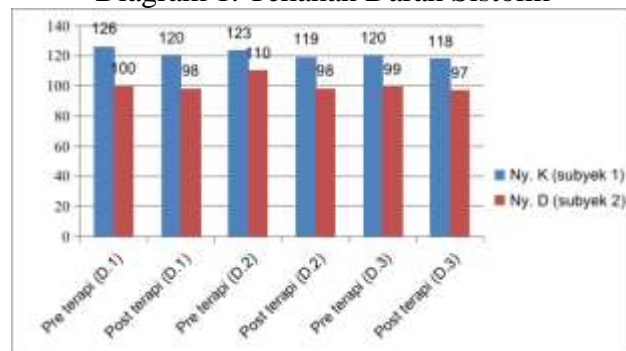


Diagram 2. Tekanan Darah Diastolik

Evaluasi keperawatan yang muncul ialah selama 3 hari terkaji tekanan darah perlahan menurun dan dapat dikatakan masalah teratasi sebagian karena tekanan darah masih ternilai di batas nilai abnormal, hanya saja terdapat pengaruh dimana terapi swedish back massage dan murotal al-qur'an surah ar-rahman dapat membantu menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi khususnya pada kelompok lansia.

Pembahasan

Subyek pada studi kasus ini berjenis kelamin perempuan dengan rata-rata berusia di atas 60 tahun. Selaras pada penelitian Wahyuni & Eksanoto tahun 2013 dimana angka kejadian hipertensi lebih banyak dialami oleh kelompok lansia berjenis kelamin perempuan, yaitu ditemukan sebesar 27,5 % kelompok lansia perempuan yang menderita hipertensi dan hanya 5,8 % kelompok lansia laki-laki yang menderita hipertensi, hal ini diakibatkan adanya peningkatan risiko kejadian hipertensi pada perempuan setelah menopause (>45 tahun)

karena pada wanita yang belum menopause akan dilindungi oleh hormon estrogen yang memainkan peran dalam mengatur kadar HDL (high Density Lipoprotein) (Siwi & Susanto, 2020). Dilengkapi oleh penelitian Cheng tahun 2014 dimana penurunan hormon HDL pada wanita yang mengalami menopause menyebabkan terjadinya apenurunan homeostatis pada tubuh dan perubahan hormon ini menyebabkan terjadinya hipertensi serta penebalan pada pembuluh darah atau disebut dengan aterosklerosis (Ulya & Iskandar, 2017).

Dari kedua subyek mengeluhkan beberapa gejala yang sama yaitu nyeri pada bagian leher, badan pegal dan terasa pusing akibat tekanan darah yang berangsur-angsur tinggi. sama halnya dengan peneliti lainnya yang menyimpulkan beberapa manifestasi klinis yang akan muncul pada penderita hipertensi diantaranya pusing, nyeri kepala, pegal pada tengkuk (nyeri leher), mudahnya marah hingga sulit untuk bernafas (Fadlilah, 2019). Didukung oleh peneliti lainnya bahwa penderita hipertensi akan mengalami beberapa keluhan seperti adanya nyeri kepala, gelisah, palpitasi, pusing, leher kaku, penglihatan kabur, nyeri dada, mudah lelah, lemas dan impotensi (Anwar et al., 2018).

Berdasarkan hasil pengkajian riwayat kesehatan keluarga ternyata terdapat salah satu subyek yang menyatakan adanya anggota keluarga yang juga menderita hipertensi diikuti dengan adanya pola kebiasaan yang buruk pada kedua subyek mulai dari kurangnya olahraga dan masih mengkonsumsi makanan tinggi lemak dan garam. Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan hipertensi diantaranya adalah riwayat keturunan. Pada hakikatnya penyakit hipertensi tidaklah menular melainkan dapat menurun akibat adanya faktor hereditas yang bertindak dalam mewarisi penyakit turunan. Ini muncul akibat adanya genotif yang diwariskan dari orang tua kepada anak-anaknya, sehingga keturunan akan memiliki sifat, bentuk tubuh, warna kulit hingga penyakit turunan yang sama (Meilinda, 2022).

Selain itu dengan adanya pola kebiasaan hidup yang kurang baik seperti jarang berolahraga dan mengkonsumsi makanan tinggi lemak dan garam ikut menjadi salah satu faktor risiko penyebab terjadinya hipertensi. Dengan melakukan olahraga atau aktivitas fisik yang teratur ternyata dapat meningkatkan efisiensi pada jantung secara keseluruhan. Hal ini didukung oleh peneliti sebelumnya dimana seseorang yang memiliki aktivitas fisik secara aktif akan memiliki tekanan darah yang lebih rendah dan jarang mengalami tekanan darah tinggi, hal ini terjadi karena aktivitas fisik menjadikan fungsi otot dan sendi lebih baik sehingga organ tubuh akan lebih kuat dan lentur (Siwi & Susanto, 2020).

Setelah diberikan intervensi kombinasi dengan swedish back massage dan murrotal al-qur'an surah ar-rahman selama 30 menit setiap 1 kali sehari dalam kurun waktu 3 hari berturut-turut ditemukan adanya pengaruh dimana terjadi penurunan tekanan darah. Pada subyek 1 mengalami penurunan tekanan darah sistol dan diastol dengan rata-rata sebesar 9,3/4 mmHg dan pada subyek 2 rata-rata penurunan tekanan darah sistol dan diastol sebesar 9,6/5,3 mmHg. Hal ini selaras pada penelitian sebelumnya dimana SMT efektif menurunkan tekanan darah, dimana terjadi penurunan sistole sebesar 12 mmHg dan diastol sebesar 5 mmHg pada ibu yang menderita hipertensi (Mahad et al., 2013).

Penurunan tekanan darah terjadi akibat adanya perasaan rileks yang muncul saat dilakukan pemijatan pada tubuh. Selaras pada penelitian Muttaqin tahun 2009 menyatakan bahwa penyebab naiknya tekanan darah ialah adanya kekakuan pada dinding arteri, meningkatnya volume darah atau bahkan adanya viskositas darah yang meningkat, akan tetapi pada pembuluh darah yang rileks akan menyebabkan terjadinya vasodilatasi yang berdampak pada penurunan tekanan darah (Intari et al., 2018). Dilengkapi oleh peneliti lainnya dengan memberikan asuhan keperawatan berupa terapi pijat tidak hanya bertujuan menurunkan tekanan darah melainkan juga memberikan

kenyamanan selama proses pemberian asuhan, dimana berdasarkan teori Comfort oleh Kolcaba menyatakan adanya intervensi kenyamanan disusun untuk memenuhi kebutuhan kenyamanan yang tidak terpenuhi sebelumnya seperti pada aspek kebutuhan fisik, sosial, psikopsiritual bahkan lingkungan (Elon et al., 2021).

Tidak hanya itu terapi murrotal al-qur'an juga disimpulkan dapat berpengaruh dalam penurunan tekanan darah. Selaras dengan penelitian sebelumnya didapat adanya penurunan tekanan darah setelah diberikan terapi murrotal al-qur'an selama 7 hari berturut-turut, dengan dibuktikan data hasil pada hari pertama tekanan darah menurun mulai dari 160/100 mmHg menjadi 155/100 mmHg, hari kedua mulai dari 150/100 mmHg menjadi 140/90 mmHg, hari ketiga dan keempat mulai dari 140/100 mmHg menjadi 130/90 mmHg, pada hari kelima tekanan darah berada pada 140/90 mmHg turun menjadi 130/90 mmHg dan pada hari ke enam dan tujuh tekanan darah pada 130/90 mmHg turun menjadi 120/90 mmHg (Apriliani et al., 2021).

Seperti yang telah di sampaikan Zahrofi pada tahun 2013 murrotal merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi para pendengarnya (Dwi Oktarosada & Nikki Annane Pangestu, 2021). Dilengkapi oleh peneliti lainnya bahwa murrotal juga merupakan rekaman suara dari Al-Qur'am yang dilagukan oleh seorang qori' dan lantunan ini secara fisik mengandung suara manusia yang dimana juga merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan mudah dijangkau. Suara yang muncul dapat menurunkan hormon stress, mengaktifkan hormon endorfin secara alami, meningkatkan perasaan rileks dan dapat mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang serta dapat memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga dinilai mampu menurunkan tekanan darah (Ropei & Luthfi, 2017).

PENUTUP**Kesimpulan**

Pemberian intervensi kombinasi swedish back massage dan murotal al-qur'an surah ar-rahman yang dilakukan selama 30 menit setiap 1 kali sehari dalam 3 hari berturut-turut pada 2 subyek berpengaruh pada penurunan rata-rata tekanan darah khususnya pada pasien lansia dengan hipertensi. Pada subyek 1 mengalami penurunan rata-rata tekanan darah sistol dan diastol sebesar 1 sebesar 9,3/4 mmHg dan pada subyek 2 mengalami penurunan rata-rata tekanan darah sistol dan diastol sebesar 9,6/5,3 mmHg

Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada kedua subyek yang bersedia untuk menjadi subyek pada studi kasus ini dan ucapan terimakasih untuk segala pihak yang telah terlibat dalam penyusunan studi kasus ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ansar, J., Dwinata, I., & Apriani, M. (2019). Determinan kejadian hipertensi pada pengunjung posbindu di wilayah kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), 28–35.
- [2] Anwar, A., K, H., AS, A., I, S., W, Z., N, S., R, M., S, U., J, F., & G, A. (2018). Prevalence of Clinical Signs and Symptoms of Hypertension: A Gender and Age Based Comparison. *Palliative Medicine & Care: Open Access*, 5(2), 1–8. <https://doi.org/10.15226/2374-8362/5/2/00155>
- [3] Apriliani, E., Basri, B., & Mulyadi, E. (2021). Aplikasi Terapi Murottal Al-Quran Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nagrak Cianjur. *Lentera: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Keperawatan*, 4(1), 17–27.
- [4] Dwi Oktarosada, & Nikki Annane Pangestu. (2021). Pengaruh Terapi Murotal Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bernung Kabupaten Pesawaran Tahun 2020. *Jurnal Manajemen Pendidikan Islam Al-Idarah*, 6(1), 32–38. <https://doi.org/10.54892/jmpialidarah.v6i1.130>
- [5] Elon, Y., Malinti, E., Sihombing, R. M., Rukmi, D. K., Tandilangi, A. A., Rahmi, U., Damayanti, D., Manalu, N. V., Koerniawan, D., & Winahyu, K. M. (2021). *Teori dan Model Keperawatan*. Yayasan Kita Menulis.
- [6] Fadlilah, S. (2019). Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri leher pada penderita hipertensi esensial di wilayah Puskesmas Depok I, Sleman Yogyakarta. *Caring: Jurnal Keperawatan*, 8(1), 23–31.
- [7] Harsismanto, J., Andri, J., Payana, T. D., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2020). Kualitas Tidur Berhubungan dengan Perubahan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(1), 1–11.
- [8] Hasnawati S., S. K. M. M. K. (2021). *Hipertensi*. Penerbit KBM Indonesia. https://books.google.co.id/books?id=_EtKEAAQBAJ
- [9] Intari, D. wiwit, Puspitasari, L., & Oktaviani, S. A. (2018). Efektivitas Swedish Massage Therapy (SMT) Pada Ibu Lansia Sebagai Upaya Penatalaksanaan Hipertensi Di Posyandu Lansia. *Bidan Prada: Jurnal Publikasi Kebidanan*, 9(2), 138–148. <http://www.ojs.akbidylpp.ac.id/index.php/Prada/article/view/464>
- [10] Kuswandono, E. (2019). Hubungan Perilaku Olahraga terhadap Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru. *Ensiklopedia of Journal*, 1(4), 147–152.
- [11] Mahad, F. D., Supa'at, A. S. M., Idrus, S. M., & Forsyth, D. (2013). Analyses of semiconductor optical amplifier (SOA) four-wave mixing (FWM) for future all-optical wavelength conversion. *Optik*, 124(1), 1–3.

- [12] Manuntung, N. A., & Kep, M. (2019). Terapi perilaku kognitif pada pasien hipertensi. *Wineka Media*.
- [13] Meilinda, M. (2022). Peer Review: Teori Hereditas Mendel: Evolusi atau Revolusi (Kajian Filsafat Sains).
- [14] Moghadasi, M., Mohebbi, Z., Homayouni, K., & Nikoo, M. H. (2021). Cardiorespiratory effect of Swedish technique back massage in hypertensive patients: A Randomized Clinical Trial. *Journals.Viamedica.Pl*, 159–163. <https://doi.org/10.5603/AH.a2021.0026>
- [15] Moi, M. A., Widodo, D., & Sutriningsih, A. (2017). Hubungan gangguan tidur dengan tekanan darah pada lansia. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keperawatan*, 2(2), 124–131.
- [16] Nadia, E. A. N. (2020). Efek Pemberian Jahe Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Medika Utama*, 2(01 Oktober), 343–348.
- [17] PPNI. (2016). Standar diagnosis keperawatan indonesia : definisi dan indikator diagnostik, Edisi 1. DPP PPNI.
- [18] Prof. Dr. Jatie K. Pudjibudojo, S. U. P., Adelia Kesumaningsari, S. P. M. S., & Tilawah Hasanah Puteri Pertiwi, S. P. (2021). *Berbagi Seputar Usia Lanjut. Zifatama Jawara*. <https://books.google.co.id/books?id=5zk7EAAAQBAJ>
- [19] Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1–200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- [20] Ropei, O., & Luthfi, M. (2017). Pengaruh terapi psikoreligi murottal al-quran terhadap tekanan darah pada klien dengan hipertensi. *Jurnal Keperawatan'Aisyiyah*, 4(1), 1–12.
- [21] Siwi, A. S., & Susanto, A. (2020). *Jurnal of Bionursing Analisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi*. *Jurnal of Bionursing*, 3(2), 164–166.
- [22] Suarni, L. (2017). hubungan Pola Makan dengan Terjadinya Hipertensi pada Pasien Hipertensi di rumah Sakit PTPN II Bangkatan Binjai Tahun 2017. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 2(2), 88–92.
- [23] Ulya, Z., & Iskandar, A. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Poster Terhadap Pengetahuan Manajemen Hipertensi Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(1), 38. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2017.12.1.715>
- [24] Yusuf. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Penelitian Gabungan*. Prenadamedia Group.