

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI SLOW STROKE BACK MASAGE TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PASIEN HIPERTENSI DI KLINIK UTAMA RAWAT INAP PKU MUHAMMADIYAH MOJOAGUNG

Rizki Puspitaningrum

Nyeri kepala, kaku kuduk, hingga ketidaknyamanan fisik merupakan salah satu faktor pemicu dari Hipertensi atau kenaikan tekanan darah. Penatalaksanaan non-farmakologis sangat diperlukan untuk mendampingi terapi medis, salah satunya melalui terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM). Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *One Group Pre-Post Test*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 responden menggunakan teknik *consecutive sampling*. Instrumen pengumpulan data tingkat nyeri menggunakan lembar observasi *Numeric Rating Scale* (NRS). Analisis data menggunakan *uji normalitas* dan *uji Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri sebelum diberikan terapi SSBM dengan skala nyeri 5. Setelah diberikan terapi SSBM selama 5-10 menit didapatkan hasil responden mengalami penurunan dengan rata skala nyeri 3. Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ dimana nilai $\text{sig} < 0,05$. Terapi *Slow Stroke Back Massage* berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan tingkat nyeri pada penderita hipertensi. Terapi ini direkomendasikan sebagai salah satu intervensi mandiri keperawatan yang aman, murah, dan efektif untuk manajemen nyeri non-farmakologis pada pasien hipertensi

Kata Kunci : Nyeri Kepala, Hipertensi, Terapi Slow Stroke Back Masage

ABSTRACT

THE EFFECT OF SLOW STROKE BACK MASSAGE THERAPY ON PAIN LEVELS IN HYPERTENSIVE PATIENTS AT THE PKU MUHAMMADIYAH MOJOAGUNG MAIN INPATIENT CLINIC

Rizki Puspitaningrum

Symptoms such as headaches, neck stiffness, and general physical discomfort are associated with hypertension (elevated blood pressure). Non-pharmacological management is essential to complement medical therapy: one such approach is Slow Stroke Back Massage (SSBM). This study employed a quantitative design using a One-Group Pre-Test method. The sample consisted of 20 respondents selected via consecutive sampling. Pain levels were assessed using the Numeric rating Scale (NRS) observation sheet, and data were analyzed using normality and Wilcoxon tests. The result showed a mean pre-therapy pain score of 5. Following 5-10 minutes of SSBM therapy, the mean pain score decreased to 3. Statistical analysis yielded a p-value of 0.000 (significance level <0.05), indicating that SSBM therapy significantly reduces pain levels in patients with hypertension. This therapy is recommended as a safe, cost-effective, and effective independent nursing intervention for non-pharmacological pain management in hypertensive patients.

Keywords : Headache, Hypertension, Slow Stroke Back Massage Therapy