

## Implementasi *Slow Stroke Back Massage* dengan *Virgin Coconut Oil* (VCO) untuk Mengurangi Nyeri Akut pada Pasien Hipertensi di Ruang Kenanga RSUD dr. Haryoto Lumajang: Studi Kasus

Chantika Nabilatul Isna<sup>1</sup>, Indriana Noor Istiqomah<sup>2(CA)</sup>, Eko Prasetya Widiyanto<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Diploma III Nursing Study Program, Faculty of Nursing, Universitas Jember

<sup>2,3</sup>Departement of Medical Surgical and Emergency Nursing, Faculty of Nursing, Universitas Jember

Correspondence author's email (CA): [indrinoor@unej.ac.id](mailto:indrinoor@unej.ac.id)

### Abstract

*Cardiovascular diseases, especially hypertension, are still significant heart problem on the worldwide and cause a variety of symptoms such as headaches, heart palpitations, vertigo, and blurred vision. Persistent headaches in hypertensive patients often require treatment, and cause acute pain nursing problems. One of the interventions to reduce this pain is Slow Stroke Back Massage (SSBM) with Virgin Coconut Oil (VCO). This case study aims to identify the effect of SSBM with VCO on the reduction of acute pain in hypertensive patients. The participant was Mr. L, 64 years old, with grade 1 hypertension who was treated at dr. Haryoto Lumajang Hospital. The intervention was carried out for 5 consecutive days, once a day, with a duration of 3-10 minutes. The results showed a decrease in the pain scale from 7 to 1. The goal was achieved by reducing pain complaints, protective attitude, restlessness, and improving pulse frequency. Thus, Slow Stroke Back Massage (SSBM) with Virgin Coconut Oil (VCO) is quite effective in reducing pain in hypertensive patients who experience acute pain.*

**Keywords:** hypertension; slow stroke back massage; VCO; acute pain

### Abstrak

Penyakit kardiovaskuler, terutama hipertensi, terus meningkat di seluruh dunia dan menyebabkan berbagai gejala seperti nyeri kepala, jantung berdebar, vertigo, dan penglihatan kabur. Nyeri kepala yang berkelanjutan pada pasien hipertensi sering membutuhkan perawatan, dan menyebabkan masalah keperawatan nyeri akut. Salah satu intervensi untuk mengurangi nyeri ini adalah Slow Stroke Back Massage (SSBM) dengan Virgin Coconut Oil (VCO). Studi kasus ini bertujuan mengidentifikasi pengaruh SSBM dengan VCO terhadap penurunan nyeri akut pada pasien hipertensi. Partisipan adalah Tn. L, usia 64 tahun, dengan hipertensi derajat 1 yang dirawat di RSUD dr. Haryoto Lumajang. Intervensi dilakukan selama 5 hari berturut-turut, satu kali sehari, dengan durasi 3-10 menit. Hasil menunjukkan penurunan skala nyeri dari 7 menjadi 1. Tujuan tercapai ditandai dengan penurunan keluhan nyeri, sikap protektif, gelisah, dan perbaikan frekuensi nadi. Dengan demikian Slow Stroke Back Massage (SSBM) dengan Virgin Coconut Oil (VCO) cukup efektif mengurangi nyeri pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri akut.

**Kata Kunci:** hipertensi; slow stroke back massage; VCO; nyeri akut

### PENDAHULUAN

Hingga saat ini penyakit pembuluh darah dan jantung (kardiovaskuler) masih menjadi permasalahan utama pada bidang kesehatan, baik di negara berkembang maupun negara maju. Salah satu penyakit kardiovaskuler yang

terus meningkat setiap tahunnya adalah penyakit hipertensi (Istyawati dkk., 2020). Menurut World Health Organization (WHO) prevalensi penderita hipertensi secara global pada tahun 2019 mencapai 22% dari populasi global, dimana Asia Tenggara menempati peringkat ke 3 dengan prevalensi 25%. Di Indonesia, prevalensi penyakit hipertensi berdasarkan Riskesdas 2018 mencapai sebesar 34,11% (Kemenkes, 2019). Sementara itu prevalensi orang yang menderita hipertensi di Lumajang pada tahun 2022 sebanyak 284.001 orang (Dinas Kesehatan Kabupaten Lumajang, 2022). Data Rekam Medik RSUD dr. Haryoto Lumajang menunjukkan pada tahun 2023 jumlah pasien yang tercatat menderita hipertensi berjumlah 1663. Kemudian dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 29 Mei - 12 Juni 2024 sejumlah 123 pasien menjalani ranap di Ruang Kenanga. Didapatkan 7 pasien dengan hipertensi dan 5 diantaranya mengalami nyeri kepala.

Berdasarkan etiologinya, hipertensi terbagi menjadi dua yaitu hipertensi primer yang penyebabnya tidak diketahui, dan hipertensi sekunder yang dapat diidentifikasi penyebabnya seperti penyakit jantung, gangguan pada ginjal, gangguan endokrin (Nuraini, 2015). Terjadinya hipertensi diakibatkan angiotensinogen dalam darah yang diproduksi hati diubah menjadi angiotensin I. Kemudian oleh ACE (Angiotensin I Converting Enzym) yang berfungsi dalam pengaturan tekanan darah diubah menjadi angiotensin II. Akibat terbentuknya angiotensin II menyebabkan tekanan darah meningkat melalui dua mekanisme utama. Mekanisme pertama, adanya peningkatan sekresi hormon antidiuretik (ADH) yang menyebabkan ekskresi urin sedikit (antidiuresis) dan terjadi peningkatan cairan ekstraseluler sehingga tekanan darah meningkat (Dika dan Cahyono, 2023). Mekanisme kedua terjadi pada korteks adrenal dengan menstimulasi sekresi aldosteron. Peningkatan konsentrasi NaCl dapat mengakibatkan peningkatan volume cairan ekstraseluler sehingga dapat meningkatkan tekanan darah (Nuraini, 2015). Tanda gejala hipertensi dapat berupa nyeri kepala, jantung berdebar-debar, vertigo, tinnitus (telinga berdengung), penglihatan kabur (Nurhikmawati dkk., 2020). Terjadinya nyeri pada pasien hipertensi karena adanya penyumbatan pembuluh darah akibat perubahan struktur pembuluh darah yang menyebabkan terjadinya vasokonstriksi dan sirkulasi pada otak terganggu. Kemudian terjadi resistensi pembuluh darah di otak yang menyebabkan timbulnya nyeri kepala pada penderita hipertensi (Ngurah, 2020) dan menimbulkan masalah keperawatan nyeri akut.

Intervensi yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri akut pada pasien hipertensi menurut SIKI (2018) antara lain dengan melakukan terapi pijat, salah satunya dengan Slow Stroke Back Massage. SSBM didefinisikan sebagai pemijatan dengan teknik stimulus kutaneus berupa pijatan/massage punggung secara perlahan selama 3-10 menit (Dewi dkk., 2021). SSBM dapat menstimulasi saraf di superfisial kulit menuju ke otak di bagian hipotalamus sehingga memicu pelepasan hormon endorfin yang memberikan efek rileks sehingga menyebabkan penurunan nyeri kepala (Surya dan Yusri, 2022). Sedangkan aroma kelapa yang harum pada minyak VCO dapat membuat tubuh rileks

sehingga intensitas nyeri pada pasien hipertensi dapat menurun. Selain itu, kandungan asam laurat dan oleat dalam minyak VCO yang memiliki sifat antibakteri dan antijamur juga bermanfaat bagi kesehatan kulit (Kusuma dan Putri, 2020). Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai Implementasi Slow Stroke Back Massage dengan VCO untuk mengurangi nyeri akut pada pasien hipertensi di Ruang Kenanga RSUD dr. Haryoto Lumajang.

## KAJIAN LITERATUR

Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi peningkatan tekanan darah sistolik mencapai atau melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik mencapai atau melebihi 90 mmHg (Al-Makki dkk., 2022). Hipertensi juga dapat didefinisikan sebagai kondisi tekanan darah dalam arteri yang membawa darah dari jantung ke seluruh jaringan dan organ tubuh mengalami peningkatan abnormal dan berlangsung lebih dari satu periode waktu (Irianto, 2014 dalam Sinta, 2021).

Klasifikasi hipertensi menurut ESC/ESH, 2018 dalam PERHI (2019) dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1. Klasifikasi Hipertensi**

Kategori	Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	Tekanan Darah Diastolik (mmHg)
Optimal	< 120	< 80
Normal	120-129	80-84
Normal-tinggi	130-139	85-89
Hipertensi sistolik terisolasi	≥ 140	< 90
Hipertensi derajat 1	140-159	90-99
Hipertensi derajat 2	160-179	100-109
Hipertensi derajat 3	≥ 180	≥ 110

*Sumber: ESC/ESH Hypertension Guidelines 2018 dalam PERHI (2019)*

Beberapa tanda dan gejala yang sering dialami pasien hipertensi menurut Nurhikmawati dkk., (2020) diantaranya: mudah lelah, nyeri kepala atau sensasi berat di tengkuk kepala, jantung berdebar, pusing, tinnitus, penglihatan kabur, dan epistaksis (mimisan).

Terjadinya nyeri pada hipertensi disebabkan oleh kerusakan pada seluruh pembuluh darah di perifer tubuh yang mengakibatkan terjadinya perubahan struktural pada arteri kecil dan arteriola sehingga terjadi penyempitan pembuluh darah atau vasokonstriksi. Akibatnya, aliran arteri akan terganggu sehingga terjadi iskemia dan terjadi peningkatan karbondioksida yang mengakibatkan terjadinya metabolisme anaerob dalam tubuh sehingga menyebabkan peningkatan asam laktat yang pada akhirnya merangsang reseptor nyeri kapiler di otak dan nyeri kepala pada pasien hipertensi dapat terjadi (Price dan Wilson, 2006 dalam Setyawan dan Kusuma, 2020).

Menurut SDKI (2018) pasien didiagnosis mengalami masalah nyeri akut apabila ditemukan 80% gejala dan tanda mayor seperti pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Gejala dan Tanda Mayor

Subjektif	Objektif
a. Mengeluh nyeri	a. Tampak meringis b. Bersikap protektif (misal: waspada, posisi menghindari nyeri) c. Gelisah d. Frekuensi nadi meningkat e. Sulit Tidur

Sumber: SDKI (2018)

SSBM didefinisikan sebagai pemijatan dengan teknik stimulus kutaneus berupa pijatan/*massage* punggung secara perlahan selama 3 – 10 menit (Dewi dkk., 2021). Dalam pelaksanaan *massage* diperlukan media, salah satunya dengan menggunakan minyak VCO. VCO merupakan hasil olahan daging kelapa segar yang kaya akan asam lemak jenuh rantai sedang berupa oleat dan asam laurat yang baik untuk kesehatan kulit sebagai antibakteri dan antijamur. Selain itu, VCO memiliki aroma khas kelapa yang dapat memberikan efek relaksasi (Kusuma dan Putri, 2020).

Pemberian SSBM dikombinasikan dengan VCO dapat merangsang saraf di permukaan kulit yang selanjutnya mengirimkan sinyal ke otak, terutama ke hipotalamus sehingga terjadi pelepasan hormon endorfin. Hormon tersebut memiliki efek relaksasi dan menyebabkan pembuluh darah melebar (vasodilatasi) sehingga tekanan darah menurun. Selain itu, hormon endorfin juga dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis akibat stimulasi hormon dopamine. Sistem syaraf parasimpatis berfungsi mengatur aktivitas tubuh saat dalam keadaan rileks, sehingga sentuhan diinterpretasikan oleh penderita hipertensi sebagai sumber relaksasi yang kemudian dapat menurunkan intensitas nyeri kepala (Nila Eza Fitria dkk., 2023).

Indikasi pemberian SSBM dengan VCO menurut Kusumoningtyas dan Ratnawati (2018) yaitu klien yang mengalami nyeri, kesusahan untuk tidur, serta keluhan kekakuan pada punggung dan bahu. Sementara kontraindikasi pemberian intervensi SSBM dengan VCO menurut Dewi dkk., (2021) yaitu klien yang terdapat luka bakar, memar maupun inflamasi pada daerah punggung, klien dengan fraktur, serta klien yang memiliki alergi terhadap minyak VCO.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini berupa studi kasus. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh implementasi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) dengan VCO terhadap penurunan nyeri akut pada pasien hipertensi. Partisipan dalam studi kasus ini adalah 1 orang pasien (Tn. L) yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak termasuk dalam kriteria eksklusi. Kriteria inklusi meliputi: menjalani rawat inap hari pertama di Ruang Kenanga RSUD dr. Haryoto Lumajang dengan diagnosis hipertensi dalam rekam medis pasien, composmentis, memenuhi 80% tanda & gejala mayor nyeri akut (mengeluh nyeri, meringis, bersikap protektif, gelisah, frekuensi nadi meningkat, dan sulit tidur), serta bersedia menjadi partisipan dengan menandatangani

*informed consent*. Kriteria eksklusi adalah: mengalami hipertensi derajat 3, memiliki alergi minyak VCO, mengalami memar maupun inflamasi serta fraktur pada daerah punggung. Partisipan diberikan asuhan keperawatan secara komprehensif melalui pendekatan proses keperawatan mulai dari pengkajian, analisa data, diagnosa keperawatan, rencana tindakan keperawatan, intervensi, implementasi, dan evaluasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hasil data pengkajian, didapatkan identitas bahwa Tn L berusia 64 tahun dan berjenis kelamin laki-laki. Hal tersebut sesuai pernyataan Mashuri dkk., (2021) bahwa usia berhubungan dengan hipertensi, dimana seiring bertambahnya usia tekanan arteri mengalami peningkatan, serta pada usia lanjut (lansia) lebih banyak terjadi regurgitasi aorta dan adanya proses degenerative.

Sementara itu, pada pola persepsi dan tata laksana kesehatan didapatkan bahwa partisipan sebelum sakit tidak pernah menyadari bahwa dirinya memiliki penyakit hipertensi sehingga partisipan acuh terhadap kesehatannya dengan menerapkan pola hidup yang tidak sehat. Menurut penulis, faktor pola hidup tidak sehat tersebut yang menjadi faktor pemicu partisipan mengalami hipertensi. Hal tersebut selaras dengan Darwis dkk., (2020) bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi dibagi dalam dua kelompok besar yaitu faktor yang tidak dapat dimodifikasi seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat dimodifikasi seperti pola makan, kebiasaan olahraga dan merokok.

Tn L dirawat dengan hipertensi derajat 1 dan mengeluh nyeri di bagian tengkuk. Nyeri pada pasien hipertensi dapat terjadi karena adanya penyempitan pembuluh darah akibat perubahan struktur pembuluh darah yang menyebabkan terjadinya vasokonstriksi dan sirkulasi pada otak terganggu. Kemudian terjadi resistensi pembuluh darah di otak yang menyebabkan timbulnya nyeri kepala pada penderita hipertensi (Ngurah, 2020). Sementara itu, keluhan lain yang dirasakan oleh partisipan yaitu badan mudah lelah saat melakukan aktivitas, pusing, penglihatan kabur. Hal tersebut sesuai dengan tanda dan gejala hipertensi menurut Nurhikmawati dkk., (2020) bahwa tanda dan gejala yang sering dialami oleh penderita hipertensi diantaranya: mudah lelah, nyeri kepala atau sensasi berat di tengkuk kepala, jantung berdebar, pusing, penglihatan kabur dan epistaksis 23 (mimisan). Sementara pada partisipan tidak ditemukan gejala epistaksis (mimisan). Hal tersebut dikarenakan pada saat penulis melakukan pengkajian, didapatkan tekanan darah partisipan 152/95 dimana tekanan darah tersebut termasuk pada tekanan darah yang tidak relatif tinggi (HT-1) sehingga gejala epistaksis tidak terjadi pada partisipan. Hal tersebut selaras dengan Supriyono (2019) yang menyatakan bahwa tekanan darah tinggi tidak menyebabkan mimisan, kecuali dalam kasus hipertensi yang sangat tinggi yang disebut krisis hipertensi.

Karakteristik nyeri pada partisipan didapatkan bahwa nyeri semakin bertambah setiap bangun dari tidur dengan kualitas nyeri hilang timbul. Hal tersebut selaras dengan Aspiani (2016) bahwa penderita hipertensi akan

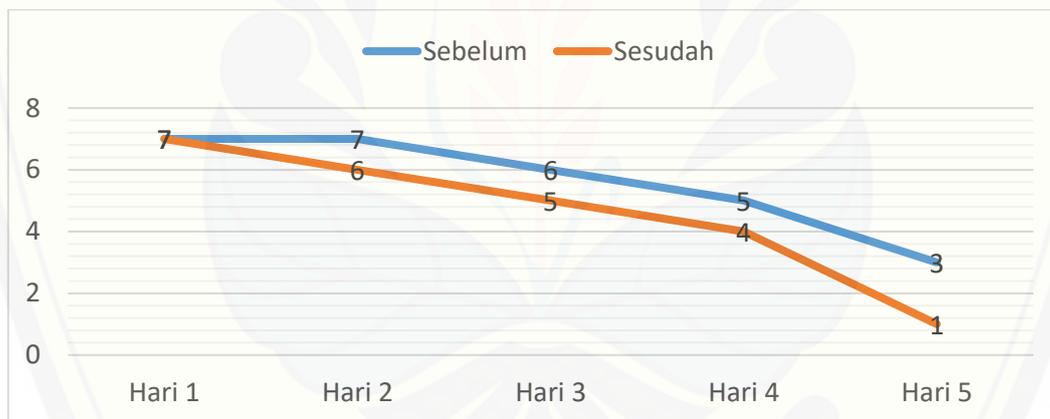
mengalami pusing, berdenyut, sakit kepala pada suboksipital saat bangun dan menghilang secara spontan setelah beberapa jam.

Nyeri akut didefinisikan sebagai pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau fungsional, dengan onset mendadak atau lambat dan berintensitas ringan hingga berat yang berlangsung kurang dari 3 bulan (SDKI, 2018). Sama halnya dengan yang dirasakan partisipan yakni keluhan nyeri pada tengkuk kepala sejak 7 hari sebelum MRS. Selain itu, partisipan juga mengalami 100% tanda gejala mayor nyeri akut, antara lain: partisipan mengeluh nyeri di tengkuk kepala, partisipan meringis, bersikap menghindar saat bagian nyeri disentuh, gelisah, frekuensi nadi meningkat, dan sulit tidur. Atas dasar hal tersebut penulis mengangkat masalah keperawatan nyeri akut. Kemudian pada etiologi, penyebab nyeri akut pada partisipan adalah iskemia yang menurut SDKI (2018) termasuk dalam kategori agen pencedera fisiologis. Iskemia pada hipertensi dapat terjadi karena pembuluh darah mengalami penyempitan atau vasokonstriksi. Akibatnya, aliran arteri terganggu sehingga terjadi iskemia dan peningkatan CO<sub>2</sub> yang mengakibatkan terjadinya metabolisme anaerob dalam tubuh. Kondisi ini menyebabkan peningkatan asam laktat yang pada akhirnya merangsang reseptor nyeri kapiler di otak dan nyeri kepala pada pasien hipertensi dapat terjadi (Price dan Wilson, 2006 dalam Setyawati dan Kusuma, 2020). Oleh karena itu penulis menyimpulkan bahwa penyebab nyeri akut pada Tn L disebabkan oleh iskemia (agen pencedera fisiologis).

Implementasi yang diberikan untuk mengurangi nyeri akut pada partisipan yaitu Slow Stroke Back Massage dengan VCO. SSBM didefinisikan sebagai pemijatan/massage punggung dengan teknik stimulus kutaneus secara perlahan selama 3-10 menit (Dewi dkk., 2021). Terapi SSBM yang dilakukan penulis pada studi kasus ini mengacu pada prosedur SSBM menurut Kusumoningtyas dan Ratnawati (2018) yang terdiri dari empat gerakan, antara lain: gerakan effleurage, friction, petrisage, dan tapotement. Keempat gerakan tersebut memiliki fungsi yang berbeda-beda yaitu pertama, teknik effleurage menggunakan seluruh permukaan tangan pada area pijat yang berfungsi untuk mempercepat pengangkutan zat-zat sampah dan darah yang mengandung CO<sub>2</sub> agar peredaran darah menjadi lancar. Kedua, friction yaitu gerusan kecil dengan menggunakan jempol yang bergerak memutar searah atau berlawanan arah jarum jam dapat menenangkan syaraf. Ketiga, petrisage yaitu gerakan pijatan menggunakan empat jari yang rapat berhadapan dengan ibu jari yang selalu lurus dan supel yang berfungsi untuk memberikan efek relaksasi. Keempat, gerakan tapotement gerakan pukulan dengan kedua belah tangan yang di pukul-pukulkan pada area pijat secara bergantian dapat berfungsi untuk memperlancar peredaran darah vena, merangsang otot-otot, serta menimbulkan rasa nyaman dan kehangatan ((Kusumoningtyas dan Ratnawati, 2018) dan (Mahfuzah dkk., 2023)). Media pijat yang digunakan untuk terapi SSBM yaitu virgin coconut oil (VCO). Menurut Kusuma dan Putri (2020) VCO memiliki aroma khas kelapa yang dapat memberikan efek relaksasi, serta mengandung asam lemak jenuh rantai sedang (MCFA) berupa oleat, asam laurat ±53%, asam kapirat ±7% yang

bermanfaat sebagai antibakteri dan anti jamur. Sehingga penulis lebih memilih menggunakan minyak VCO dibandingkan dengan minyak lainnya, selain itu penggunaan minyak VCO tidak menimbulkan iritasi apabila digunakan dalam jangka waktu yang panjang. Hal tersebut selaras dengan Trauletal dari Ingle dan Traul Pharmaceutical Consulting, USA dalam Kartika dan Tajudin (2022) yang menyatakan bahwa Medium Chain Fatty Acids (MCFA) tidak menimbulkan iritasi walaupun digunakan dalam waktu panjang. Dengan memadukan antara pijat SSBM dengan VCO diharapkan efek relaksasi semakin meningkat yang membuat pembuluh darah mengalami vasodilatasi dan tekanan darah menurun sehingga nyeri tengkuk pada partisipan dapat menurun. Pemberian SSBM dengan VCO penulis lakukan sebanyak 1 kali dalam sehari, dimana setiap pemberian perharinya selama 1 siklus. Setiap siklus pijat SSBM dengan VCO terdiri dari empat gerakan (effleurage, friction, petrisage, dan tapotement) yang setiap gerakan diulang sebanyak 10 kali gerakan. Selama pemberian terapi pijat tersebut partisipan kooperatif dan saat pertama kali pemberian pijat, partisipan mengeluh sakit ketika pada bagian nyeri dipijat, namun respon tersebut mulai berkurang ditengah-tengah pemijatan dan perlahan partisipan tertidur karena nyaman.

**Gambar 3**  
**Grafik Penurunan Skala Nyeri Tn. L**



Evaluasi kepada Tn L dilakukan setiap hari pada pre dan post pemberian intervensi selama 5 hari berturut-turut. Pada hari pertama didapatkan skala nyeri partisipan sebesar 7 (nyeri berat). Perubahan nyeri pada partisipan mulai terjadi secara konstan pada hari kedua, serta penurunan nyeri secara signifikan terjadi pada hari kelima yaitu mencapai skala nyeri 1 (nyeri ringan). Pemberian SSBM pada partisipan dapat menurunkan skala nyeri dikarenakan SSBM dengan VCO dapat merangsang saraf di permukaan kulit yang selanjutnya mengirimkan sinyal ke otak, terutama ke hipotalamus sehingga terjadi pelepasan hormon endorphin. Hormon tersebut memiliki efek relaksasi dan menyebabkan pembuluh darah melebar (vasodilatasi) sehingga tekanan darah menurun. Selain itu, hormon endorphin juga dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis yang berfungsi mengatur aktivitas tubuh saat dalam keadaan rileks, sehingga sentuhan diinterpretasikan oleh penderita hipertensi sebagai

sumber relaksasi yang kemudian dapat menurunkan intensitas nyeri kepala (Nila Eza Fitria dkk., 2023). Perpaduan dengan minyak VCO juga sangat mendukung terjadinya penurunan nyeri karena harum ciri khas minyak kelapa asli membuat tubuh partisipan lebih rileks (Kusuma dan Putri, 2020) sehingga intensitas nyeri pada pasien hipertensi dapat menurun.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemberian SSBM dapat menurunkan skala nyeri 7 (nyeri berat) menjadi skala nyeri 3,93 (nyeri ringan) selama 3 hari (Dewi dkk., 2021). Pada studi kasus ini, pada hari ke-3 masih didapatkan skala nyeri partisipan baru turun pada skala 5 (nyeri sedang). Hasil ini menunjukkan bahwa penurunan skala nyeri pada Tn L lebih lambat dibandingkan dengan penelitian sebelumnya. Menurut penulis, hal ini terjadi karena tekanan pijatan yang diberikan kepada partisipan masih kurang untuk partisipan yang berjenis kelamin laki-laki sehingga untuk mencapai penurunan nyeri ke skala ringan membutuhkan waktu yang lebih lama yaitu 5 hari. Faktor lain yang memperlambat penurunan nyeri adalah usia partisipan. Menurut Kusumoningtyas dan Ratnawati (2018) pada usia lansia terjadi penurunan elastisitas arteri yang disebabkan oleh proses menua sehingga penurunan tekanan darah membutuhkan waktu relatif lebih lama dibandingkan dengan usia dewasa. Tekanan darah yang belum menurun tersebut berpengaruh pada penurunan nyeri partisipan.

## KESIMPULAN

Pijat *slow stroke back massage* dengan VCO diberikan selama 5 hari berturut-turut sebanyak 1 kali sehari selama satu siklus dengan durasi 3-10 menit. Setiap siklus terdiri dari empat gerakan (*effleurage, friction, petrisage, dan tapotement*) yang setiap gerakan diulang sebanyak 10 kali. Setelah dilakukan *slow stroke back massage* dengan VCO selama 5 hari didapatkan tingkat nyeri partisipan menurun dan kriteria evaluasi membaik. Dengan demikian Slow Stroke Back Massage (SSBM) dengan Virgin Coconut Oil (VCO) cukup efektif mengurangi nyeri pada pasien hipertensi, dan dapat diterapkan dengan fokus pada observasi setelah intervensi dan menyesuaikan tekanan pijatan dengan karakteristik partisipan. Tindakan ini dapat menjadi bahan edukasi bagi perawat untuk pasien hipertensi derajat 1-2 yang mengalami nyeri akut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Makki, A., D. DiPette, P. K. Whelton, M. H. Murad, R. A. Mustafa, S. Acharya, H. M. Beheiry, B. Champagne, K. Connell, M. T. Cooney, N. Ezeigwe, T. A. Gaziano, A. Gidio, P. Lopez-Jaramillo, U. I. Khan, V. Kumarapeli, A. E. Moran, M. M. Silwimba, B. Rayner, A. Sukonthasan, J. Yu, N. Saraffzadegan, K. S. Reddy, dan T. Khan. 2022. Hypertension pharmacological treatment in adults: a world health organization guideline executive summary. *Hypertension*. 79(1):293-301.
- Aspiani, R. Y. 2016. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskular : Aplikasi NIC & NOC*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

- Darwis, Muzakkir, dan Masriadi. 2020. The culture of life's consumptive behavior against potential hypertension at pangkep community in south sulawesi indonesia. *Indian Journal of Forensic Medicine and Toxicology*. 14(4):857-861.
- Dewi, N. K. R., P. W. Putra, dan N. N. Kusuma. 2021. Pengaruh penerapan slow stroke back massage dengan vco(virgin coconut oil) terhadap penurunan tekanan darah dan nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi di banjar dukuh kelurahan serangan. *Politeknik Kesehatan Makassar*. 12(2):2087-2122.
- Dika, L. dan E. A. Cahyono. 2023. Hipertensi. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praltik Kesehatan*. 2(April):100-117.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Lumajang. 2022. Profil Kesehatan Kabupaten Lumajang Tahun 2022. (031):55. <https://data.lumajangkab.go.id/adminweb/file/profilkespdf.pdf> [diakses pada 18 Desember 2023]
- Istyawati, P., D. B. Prastiani, dan A. Rakhman. 2020. Efektifitas slow stroke back massage (ssbm) dalam menurunkan skala nyeri kepala pasien hipertensi di rumah sakit mitra siaga tegal. *Coping: Community of Publishing in Nursing*. 8(2):207-2013.
- Kartika dan Tajudin. 2022. Pengaruh pijat menggunakan vco (virgin coconut oil) di dibandingkan dengan minyak aromatherapi : rosemary pada bayi usia 4-5 bulan terhadap peningkatan berat badan. *Kartika / Jurnal Nursing Update*. 13(4):191-200.
- Kemendes RI. 2019. *Profil Kesehatan Indonesia 2019*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf> [diakses pada 20 Maret 2024].
- Kusuma, M. A. dan N. A. Putri. 2020. Review: asam lemak virgin coconut oil (vco) dan manfaatnya untuk kesehatan. *Jurnal Agrinika : Jurnal Agroteknologi Dan Agribisnis*. 4(1):94-107.
- Kusumoningtyas, D. N. dan D. Ratnawati. 2018. Efektifitas terapi slow stroke back massage terhadap tekanan darah pada lansia di rw 001 kelurahan jombang kecamatan ciputat kota tangerang selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi (JIKO)*. 2(2):39-57.
- Mahfuzah, M., A. Alini, dan R. Hidayat. 2023. Pengaruh teknik slow stroke back massage (ssbm) terhadap penurunan nyeri kepala dan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di desa batu belah wilayah kerja puskesmas air tiris tahun 2022. *Jurnal Ners*. 7(1):518-523.
- Mashuri, M., R. D. Fibriansari, I. N. Istiqomah, dan R. W. Khandidah. 2021. The effect of treatment of waterbole juice on blood pressure reduction in hypertension patients: literature review. *Indonesian Journal of Health Care Management (IJOHCM)*. 2(1):1-9.
- Ngurah, G. 2020. Gambaran asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan gangguan kebutuhan rasa nyaman nyeri. *Jurnal Gema Keperawatan*. 13(1):35-42.

- Nila Eza Fitria, Ria Desnita, Asriwan Guci, Adek Sutiawan, Gusti Prisda Yeni, Vonnica Amardya, Rozaq Permana Yudha AH, Resi Gusrita Dwi Putri, Feby Wahyu Indestri, dan Richardson. 2023. Pendekatan terapi komplementer untuk penatalaksanaan hipertensi. *Jurnal Abdi Mercusuar*. 3(1):060-068.
- Nuraini, B. 2015. Risk factors of hypertension. *J Majority*. 4(5):10-19.
- Nurhikmawati, S. R. Ananda, H. H. Idrus, Wisudawan, dan N. Fattah. 2020. Karakteristik faktor hipertensi di makassar tahun 2017. *Indonesian Journal of Health*. 1(November):53-70.
- PERHI. 2019. *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019*. Jakarta. Indonesian Society Hipertensi Indonesia.
- PPNI (2016). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Tindakan 31 Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI (2018). Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Setyawan, D. dan M. A. B. Kusuma. 2020. Pengaruh pemberian kompres hangat pada leher terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi di rsud tugurejo semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*. 3(2):1-11.
- Sinta, F. 2021. Efektivitas penerapan teknik slow stroke back massage (ssbm) terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi di ruang garuda rumah sakit dr. esnawan antariksa jakarta. *Jurnal Keperawatan Dan Kedirgantaraan*. 1(1):1-4.
- Supriyono, S. 2019. Analisis faktor-faktor yang berhubungan tekanan darah sistole pada peserta pelatihan manajemen puskesmas. *Jurnal Inspirasi*. 10(1):32-48.
- Surya, D. O. dan V. Yusri. 2022. Efektifitas terapi slow stroke back massage terhadap nyeri kepala pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 7(4):120-123.