



**EFEKTIVITAS KOMBINASI STIMULASI KUTANEUS (*SLOW STROKE
BACK MASSAGE*) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NILAI
TEKANAN DARAH DAN NYERI KEPALA PADA PENDERITA
HIPERTENSI**

SKRIPSI

SOFIA EKA LESTARI

211.0711.120

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2025**



**EFEKTIVITAS KOMBINASI STIMULASI KUTANEUS (*SLOW STROKE
BACK MASSAGE*) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NILAI
TEKANAN DARAH DAN NYERI KEPALA PADA PENDERITA
HIPERTENSI**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan**

SOFIA EKA LESTARI

211.0711.120

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Sofia Eka Lestari

NIM : 2110711120

Tanggal : Jumat, 10 Januari 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 10 Januari 2025

Yang Menyatakan,



(Sofia Eka Lestari)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sofia Eka Lestari
NIM : 2110711120
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta. Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: "Efektivitas Kombinasi Stimulasi Kutaneus (*Slow Stroke Back Massage*) dan Kompres Hangat Terhadap Nilai Tekanan Darah dan Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi". Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 10 Januari 2025

Yang Menyatakan

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized 'S' followed by a series of loops and a long horizontal line extending to the right.

(Sofia Eka Lestari)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Sofia Eka Lestari

NIM : 2110711120

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Efektivitas Kombinasi Stimulasi Kutaneus (*Slow Stroke Back Massage*) dan Kompres Hangat Terhadap Nilai Tekanan Darah dan Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Ns. Santi Herlina, M.Kep., Sp.Kep.MB

Penguji I

Ns. Dina Budiana Rogatorop., S.Kep., M.Kep

Penguji II

Ns. Mareta Dea Rosaline., S.Kep., M.Kep

Penguji III (Pembimbing)

Ns. Gamyatri Utami., S.Kep., M.Kep

Koordinator Program Studi Keperawatan
Program Sarjana



Desmayati, S.Kep., M.Kep., Sp. Kep., Mat., PhD

Dekan FKES UPN “Veteran” Jakarta

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 10 Januari 2025

EFEKTIVITAS KOMBINASI STIMULASI KUTANEUS (*SLOW STROKE BACK MASSAGE*) DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NILAI TEKANAN DARAH DAN NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI

Sofia Eka Lestari

Abstrak

Hipertensi atau tekanan darah tinggi kerap dijuluki sebagai “*the silent killer*” karena berpotensi menyebabkan komplikasi serius, seperti stroke dan penyakit jantung jika tidak ditangani dengan baik. Pemberian kombinasi terapi *slow stroke back massage* (SSBM) dan kompres hangat sangat dianjurkan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas kombinasi terapi SSBM dan kompres hangat terhadap nilai tekanan darah dan nyeri kepala pada penderita hipertensi. Desain penelitian ini menggunakan metode *quasi experimental* dengan pendekatan *pretest-posttest control group*. Sebanyak 54 responden dipilih melalui teknik *purposive sampling* dan dibagi menjadi kelompok intervensi dan kontrol. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon* dan *Mann-Whitney*. Hasil penelitian menunjukkan penurunan signifikan pada kelompok intervensi, dengan sistolik (SBP) sebesar 15,33 mmHg (dari 145 menjadi 129,67 mmHg) dan diastolik (DBP) sebesar 16,22 mmHg (dari 93 menjadi 76,78 mmHg) serta *p-value* 0,000. Sebaliknya, pada kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan (*p-value* 0,19 untuk SBP dan 0,686 untuk DBP). Tingkat nyeri kepala pada kelompok intervensi juga mengalami penurunan yang signifikan, dengan median skala nyeri berkurang dari 6 menjadi 2 (*p-value* 0,000), sementara kelompok kontrol tetap stabil di median 6 (*p-value* 0,608). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa kombinasi terapi SSBM dan kompres hangat efektif sebagai terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah dan nyeri kepala

Kata Kunci: Hipertensi, Kompres Hangat, Nyeri Kepala, *Slow Stroke Back Massage* (SSBM), Tekanan Darah.

EFFECTIVENESS OF COMBINED STIMULATION CUTANEOUS STIMULATION (SLOW STROKE BACK MASSAGE) AND WARM COMPRESSES ON THE VALUE OF BLOOD PRESSURE AND HEAD PAIN IN PATIENTS WITH HYPERTENSION

Sofia Eka Lestari

Abstract

Hypertension, often referred to as “the silent killer”, can cause severe complications, such as stroke and heart disease, if untreated. Combining slow stroke back massage (SSBM) with warm compress therapy is highly recommended. This study aims to evaluate the effectiveness of this combination on blood pressure and headache intensity in hypertensive patients. A quasi-experimental design with a pretest-posttest control group approach was used, involving 54 respondents selected through purposive sampling and divided into intervention and control groups. Data were analyzed using the Wilcoxon and Mann-Whitney tests. The results showed significant reductions in the intervention group, with systolic blood pressure (SBP) decreasing by 15.33 mmHg (from 145 to 129.67 mmHg) and diastolic blood pressure (DBP) decreasing by 16.22 mmHg (from 93 to 76.78 mmHg) (p-value 0.000). Headache intensity also decreased significantly, with the median pain scale dropping from 6 to 2 (p-value 0.000). In contrast, the control group showed no significant changes in blood pressure (SBP p-value 0.19, DBP p-value 0.686) or headache intensity (median of 6, p-value 0.608). This study concludes that the combination of SSBM and warm compress therapy is effective in reducing blood pressure and headache intensity in hypertensive patients.

Key Word: Blood Pressure, Head Pain, Hypertension, Slow Stroke Back Massage (SSBM), Warm Compress.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas Kombinasi Stimulasi Kutaneus (*Slow Stroke Back Massage*) Dan Kompres Hangat Terhadap Nilai Tekanan Darah dan Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat kelulusan Program Sarjana Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Bapak Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku Rektor UPN “Veteran” Jakarta, Ibu Desmawati, SKP, M. Kep, Sp. Mat, PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ibu Ns. Cut Sarida Pompey, MNS selaku Ketua Jurusan Keperawatan, Ibu Ns. Gamy Tri Utami, M. Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana, serta Ibu Ns. Mareta Dea Rosaline, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan selama penyusunan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh staf Puskesmas Kecamatan Limo Depok atas bantuan dan ilmu yang diberikan selama proses penelitian. Tidak lupa pula penulis ucapkan terima kasih kepada Mama, dan Bapak yang tidak henti-hentinya memberikan dukungan, dan doa selama menjalani perkuliahan tingkat sarjana ini. Lalu juga terima kasih sebanyak-banyaknya kepada teman-teman seperbimbingan, dan para sahabat yang sudah saling membantu dan membersamai penulis selama menyusun skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu penulis berharap mendapatkan kritik dan saran dari para pembaca yang dapat membangun agar terciptanya skripsi yang lebih baik di masa yang akan datang.

Jakarta, 7 Januari 2025

Penulis

(Sofia Eka Lestari)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	ivi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR SKEMA.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan Penelitian	6
I.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
II.1 Landasan Teori	8
II.2 Kerangka Teori	36
II.3 Penelitian Terdahulu.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	46
III.1 Kerangka Konsep.....	46
III.2 Hipotesis Penelitian	48
III.3 Definisi Operasional	49
III.4 Desain Penelitian	51
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian.....	52
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	56
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	56
III.8 Instrumen Penelitian	60
III.9 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	61
III.10 Analisis Data.....	61
III.11 Etika Penelitian.....	64
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	66
IV.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	66
IV.2 Proses Penelitian.....	67
IV.3 Hasil Penelitian.....	69
IV.4 Pembahasan	86
IV.5 Keterbatasan Penelitian	100
BAB V PENUTUP.....	102

V.1 Kesimpulan.....	102
V.2 Saran	104
DAFTAR PUSTAKA	106
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Klasifikasi Hipertensi	9
Tabel 2.	SOP Slow Stroke Back Massage	20
Tabel 3.	Efek Fisiologis Pemberian Kompres Hangat.....	24
Tabel 4.	Penelitian Terdahulu.....	37
Tabel 5.	Definisi Operasional	49
Tabel 6.	Desain Penelitian	52
Tabel 7.	Persebaran Populasi.....	53
Tabel 8.	Analisis Univariat	62
Tabel 9.	Analisis Data Bivariat.....	63
Tabel 10.	Hasil Uji Normalitas Data Usia, Lama Menderita Hipertensi, Tekanan Darah Sistolik (SBP), Tekanan Darah Diastolik (DBP), dan Nyeri Kepala <i>Pretest</i> serta <i>Posttest</i> Pada Kelompok Intervensi (n = 27)	70
Tabel 11.	Hasil Uji Normalitas Data Usia, Lama Menderita Hipertensi, Tekanan Darah Sistolik (SBP), Tekanan Darah Diastolik (DBP), dan Nyeri Kepala <i>Pretest</i> serta <i>Posttest</i> Pada Kelompok Kontrol (n = 27)	71
Tabel 12.	Distribusi Rata-Rata Berdasarkan Usia Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Intervensi (n = 27)	73
Tabel 13.	Distribusi Rata-Rata Berdasarkan Usia Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Kontrol (n = 27).....	73
Tabel 14.	Distribusi Rata-Rata Berdasarkan Jenis Kelamin Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Intervensi (n = 27)	74
Tabel 15.	Distribusi Rata-Rata Berdasarkan Jenis Kelamin Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Kontrol (n = 27).....	74
Tabel 16.	Distribusi Rata-Rata Berdasarkan Pendidikan Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Intervensi (n = 27)	75
Tabel 17.	Distribusi Rata-Rata Berdasarkan Pendidikan Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Kontrol (n = 27).....	75
Tabel 18.	Distribusi Rata-Rata Berdasarkan Lamanya Menderita Hipertensi Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Intervensi (n = 27).....	76
Tabel 19.	Distribusi Rata-Rata Berdasarkan Lamanya Menderita Hipertensi Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Kontrol (n = 27)	77
Tabel 20.	Gambaran Tekanan Darah Sistolik (SBP) dan Tekanan Darah Diastolik (DBP) Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Intervensi (n = 27)	77
Tabel 21.	Gambaran Tekanan Darah Sistolik (SBP) dan Tekanan Darah Diastolik (DBP) Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Kontrol (n = 27).....	78

Tabel 22. Klasifikasi Nyeri Kepala <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Intervensi (n = 27)	79
Tabel 23. Gambaran Nyeri Kepala <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Intervensi (n = 27)	79
Tabel 24. Klasifikasi Nyeri Kepala <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Kontrol (n = 27)	80
Tabel 25. Gambaran Nyeri Kepala <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Limo Depok Tahun 2024 Pada Kelompok Kontrol (n = 27).....	80
Tabel 26. Analisis Pengaruh Pemberian Intervensi <i>Slow Stroke Back Massage</i> (SSBM) dan Kompres Hangat Terhadap Nilai Tekanan Darah dan Nyeri Kepala Pada Kelompok Intervensi (n=27)	81
Tabel 27. Analisis Pengaruh Tanpa Pemberian Intervensi <i>Slow Stroke Back Massage</i> (SSBM) dan Kompres Hangat Terhadap Nilai Tekanan Darah dan Nyeri Kepala Pada Kelompok Kontrol (n=27).....	82
Tabel 28. Analisis Perbedaan Nilai <i>Pretest</i> Tekanan Darah dan Nyeri Kepala Terhadap Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol (n=54)	84
Tabel 29. Analisis Perbedaan Nilai <i>Posttest</i> Tekanan Darah dan Nyeri Terhadap Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol (n=54)	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Pathway Hipertensi	11
Gambar 2.	Non-Invasive Blood Pressure.....	31
Gambar 3.	Numeric Rating Scale	35

DAFTAR SKEMA

Skema 1. Kerangka Teori.....	36
Skema 2. Kerangka Konsep	46
Skema 3. Alur Kegiatan Penelitian	59

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Pernyataan Persetujuan Judul Skripsi
- Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Pengambilan Data
- Lampiran 3 Surat Perizinan Penelitian
- Lampiran 4 Lembar Persetujuan Pendaftaran Sidang Skripsi
- Lampiran 5 Lembar Monitoring Bimbingan Skripsi
- Lampiran 6 Formulir Pendaftaran Ujian Sidang Skripsi
- Lampiran 7 Informed Consent Responden
- Lampiran 8 Kuesioner Karakteristik Responden
- Lampiran 9 Lembar Observasi Tekanan Darah dan Nyeri Kepala
- Lampiran 10 Lembar Timeline Intervensi
- Lampiran 11 Instrumen Penelitian
- Lampiran 12 Surat Permohonan Ethical Clearance
- Lampiran 13 Surat Ethical Approval UPN “Veteran Jakarta
- Lampiran 14 Timeline Schedule
- Lampiran 15 Rincian Data Responden Penelitian Per Kelompok
- Lampiran 16 Hasil Output IBM SPSS Statistic 25
- Lampiran 17 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 18 Hasil Uji Turnitin