

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas tapung II desa karya indah kabupaten kampar selama tujuh hari berturut-turut. Sampel ditemui mulai pukul 08.00 WIB hingga selesai. Mulai sejak tanggal 22 Mei sampai 28 Mei 2019 dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang pasien Hipertensi. Yang sesuai dengan kriteria inklusi dan diberikan terapi pijat punggung untuk melihat pengaruh terapi pijat punggung terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Pada bab ini akan diuraikan hasil penelitian setiap variabel melalui analisis univariat dan analisis bivariat.

A. Analisa Univariat

Analisa univariat akan menjelaskan/mendeskripsikan tentang karakteristik responden (data umum) yaitu umur dan jenis kelamin untuk memperoleh gambaran dari variabel yang diteliti yaitu variabel tekanan darah.

Analisa univariat dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi umur, jenis kelamin, dan pekerjaan di wilayah kerja Puskesmas Tapung II Desa Karya Indah Kabupaten Kampar

No	Kategori	Jumlah	%
1.	Umur		
	a. 55 Tahun	16	53.3
	b. 56 Tahun	13	43.3
	c. 57 Tahun	1	3.3
Total		43.3	100
2.	Jenis Kelamin		
	a. Perempuan	21	70.0
	b. Laki-laki	9	30.0
Total		30	100
3.	Pendidikan		
	a. SD	3	10.0
	b. SMP	9	30.0
	c. SMA	18	60.0
	d. Perguruan Tinggi	0	0.0
Total		30	100

4.	Pekerjaan		
	a.	Tidak bekerja	16
	b.	Karyawan Swasta	3
	c.	Petani	6
	d.	PNS	5
			53.3
			10.0
			20.0
			16.7
	Total		30
			100

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa rata-rata usia reponden adalah usia lansia yaitu umur 55 tahun sebanyak 16 orang (53,3%), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang (70%), pendidikan responden sebagian besar tamatan SMA yaitu sebanyak 18 orang (60%), dan sebagian besar responden tidak bekerja yaitu sebanyak 16 orang (53,3%).

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum pemberian terapi pijat punggung (pretest) di wilayah kerja Puskesmas Tapung II Desa Karya Indah Kabupaten Kampar tahun 2019

No	Kategori	Jumlah	%
1	Sistolik		
	a.	125 mmHg	4
	b.	140 mmHg	13
	c.	145 mmHg	8
	d.	150 mmHg	5
			13,3
			43,3
			26,7
			16,7
	Total	30	100
2	Diastolik		
	a.	80 mmHg	4
	b.	90 mmHg	17
	c.	95 mmHg	8
	d.	100 mmHg	1
			13,3
			56,7
			26,7
			3,3
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum pemberian terapi pijat punggung dari 30 responden sebagian besar responden memiliki tekanan sistolik 140 mmHg yaitu sebanyak 13 orang (43,3%) dan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum pemberian terapi pijat punggung sebagian besar tekanan darah diastoliknya 90 mmHg yaitu sebanyak 17 orang (56,7 %).

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi tekanan darah *sistolik* dan *diastolik* sesudah pemberian terapi pijat punggung (*postest*) di wilayah kerja Puskesmas Tapung II Desa Karya Indah

Kabupaten Kampar tahun 2019

No	Kategori	Jumlah	%
1	Sistolik		
	a. 120 mmHg	1	3,3
	b. 125 mmHg	3	10
	c. 130 mmHg	9	30
	d. 135 mmHg	5	16,7
	e. 140 mmHg	6	20
	f. 145 mmHg	4	13,3
	g. 150 mmHg	2	6,7
	Total	30	100
2	Diastolik		
	a. 70 mmHg	2	6,7
	b. 75 mmHg	1	3,3
	c. 80 mmHg	10	33,3
	d. 85 mmHg	5	16,7
	e. 90 mmHg	9	30
	f. 95 mmHg	3	10
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik setelah pemberian terapi pijat punggung pada 30 responden sebagian besar tekanan darah sistolik responden turun sebanyak 18 orang (60%) mengalami penurunan tekanan darah yaitu 135 mmHg sebanyak 5 orang (16,7%), 130 mmHg sebanyak 9 orang (30%), 125 mmHg sebanyak 3 orang (10%), 120 mmHg sebanyak 1 orang (3,3%) dan rata-rata tekanan darah diastolik responden turun sebanyak 18 orang (60%) yaitu 85 mmHg sebanyak 5 orang (16,7%), 80 mmHg sebanyak 10 orang (33,3%), 75 mmHg sebanyak 1 orang (3,3%), 70 mmHg sebanyak 2 orang (6,7%).

B. Analisa Bivariat

Dalam penelitian ini analisa bivariat digunakan untuk menganalisa perbedaan tekanan darah responden sebelum dan setelah pemberian terapi pijat punggung.

Perbedaan tekanan darah responden sebelum dan sesudah pemberian terapi pijat punggung peneliti sajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.4 Pengaruh pemberian terapi pijat punggung pada Lansia Hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Tapung II Desa Karya Indah Kabupaten Kampar tahun 2019

Kategori	Mean	Std.Deviation	P-Value
Sebelum diberikan terapi pijat punggung (pretest)	.10	.305	.000
Setelah diberikan terapi pijat punggung (posttest)	.63	.490	

Ket : Hasil penelitian dilakukan dengan uji t dependent (Paired Sample Test)

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan rata-rata nilai mean sebelum diberikan terapi pijat punggung (pretest) sebesar 0,10 dan setelah diberikan terapi pijat punggung (posttest) sebesar 0,63 dan nilai P-value sebesar 0,000 ($P < 0,05$), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang artinya terapi pijat punggung memiliki pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tapung II Desa Karya Indah Kabupaten Kampar Tahun 2019.

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan selama 7 hari mulai tanggal 22 Mei sampai 28 Mei 2019 di Wilayah kerja Puskesmas Tapung II Desa Karya Indah Kabupaten Kampar 2019 dengan responden 21 responden Hipertensi yang diberikan terapi pijat punggung dapat diuraikan sebagai berikut :

1. Tekanan Darah Responden sebelum diberikan terapi pijat punggung pada lansia hipertensi.

Hasil analisa data tekanan darah sebelum diberikan terapi pijat punggung didapat bahwa seluruh responden hipertensi yaitu sebanyak 21 orang (100%) dengan sistolik 140-160 mmHg dan diastolik 90-100 mmHg. Rentang usia reponden adalah lansia awal sebanyak 21 orang (100%). Hal ini juga didukung oleh noviyanti (2015, dalam ermawita 2016) yang mengatakan bahwa sejalan dengan bertambahnya usia, hampir setiap orang mengalami kenaikan tekanan darah dan akan terus meningkat hingga usia 80 tahun. Dari 21 responden yang mengalami hipertensi didapatkan bahwa sebanyak.

Dari 30 responden yang mengalami hipertensi berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 21 orang (70%). Hasil ini dikarenakan responden yang peneliti temukan paling banyak adalah perempuan. Hal ini bisa terjadi

karena pada perempuan lebih beresiko terkena hipertensi setelah umur 55 tahun dikarenakan monopause kejadian hipertensi meningkat pada perempuan karena pada masa menopause penurunan hormon estrogen dapat meningkatkan tekanan darah Triyanto(2014, dalam Ermawita 2016).

Berdasarkan jenis pekerjaan bahwa sebagian besar responden tidak bekerja yaitu hanya sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 16 orang (53,3%). Hal ini disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan orang yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga dimana mereka hanya melakukan rutinitas yang membuat mereka bosan tanpa melakukan olahraga. Olahraga teratur cenderung akan membuat seseorang memiliki tekanan darah normal dan menjadi lebih sehat dibandingkan dengan mereka yang tidak berolahraga (Jain, 2011). Selain itu ibu yang bekerja biasanya lebih aktif daripada ibu yang tidak bekerja atau hanya sebagai ibu rumah tangga (Ermawita, 2016).

Menurut asumsi peneliti, terjadinya peningkatan tekanan darah sering disebabkan oleh kebiasaan penderita hipertensi seperti kadar konsumsi garam yang berlebihan dan tidak sesuai dengan takaran ideal penggunaan garam selain itu usia juga dapat menjadi faktor yang mendukung meningkatkan tekanan darah dimana pada usia lansia atau lanjut usia akan banyak penurunan fungsi organ tubuh manusia dalam mengontrol proses kegiatan fungsi sirkulasi darah. Selain itu faktor lainnya adalah responden yang sering mengalami stress, seperti ibu rumah tangga yang harus terus menerus dalam melakukan pekerjaan rumah, dan kurang melakukan olahraga teratur sehingga terjadi penurunan dalam relaksasi otot polos pembuluh darah dan menurunkan

kemampuan daya renggang pembuluh darah dalam mengatur volume darah yang dipompa ke jantung.

2. Pengaruh terapi pijat punggung pada lansia hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan tekanan darah sesudah diberikan terapi pijat punggung seluruh responden sebelumnya menderita hipertensi sebanyak 30 orang (100%) dengan sebagian besar sistoliknya 140 mmHg yaitu sebanyak 13 orang (43,3%) dan sebagian besar diastoliknya 90 mmHg sebanyak 17 orang (56,7%) terjadi penurunan tekanan darah yaitu sebagian besar tekanan darah responden sistoliknya turun yaitu 130 mmHg yaitu sebanyak 9 orang (30%) dan untuk diastolik sebagian besar responden juga mengalami penurunan yaitu 80 mmHg sebanyak 10 orang (33,3 %) dengan rata-rata penurunan tekanan darah 5 mmHg sampai 15 mmHg. Ini membuktikan bahwa terapi pijat punggung dapat menetralkan tekanan darah. Hal ini karena terapi pijat (*massase*) dapat menghasilkan relaksasi oleh stimulasi taktil di jaringan tubuh menyebabkan respon neurohumoral yang kompleks dalam The Hypothalamic–Pituitary Axis (HPA) ke sirkuit melalui pusat jalur sistem saraf. Stimulus tersebut didistribusikan otak tengah melalui korteks di otak dan diinterpretasikan sebagai respon relaksasi (Lawton, 2014). Adaptasi terhadap stres diatur oleh kapasitas HPA untuk mensekresikan hormon seperti kortisol dan endorfin yang mengurangi aktivitas sistem saraf simpatik dan meningkatkan respon sistem saraf parasimpatis. Kortisol adalah hormon stres yang utama dan sebagai produk akhir dari saraf simpatik. Diperkirakan bahwa rangsangan taktil dari pijat melawan kelebihan produksi kortisol dengan mempengaruhi sekresi kortikotropin dari HPA. Kortikotropin dalam dapat menurunkan kortisol dan diinterpretasikan sebagai relaksasi (Remington, 2014). Massase menjadi proses mediasi untuk pengurangan

stres fisiologis dan psikologis pada lansia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan prawesti(2012) dengan judul “Tindakan *Slow Stroke Back Massage* dalam menurunkan tekanan darah pada Hipertensi” dalam penelitiannya mengatakan bahwa ada pengaruh penurunan tekanan darah oleh terapi pijat punggung pada sistolik dan diastolik yaitu sebanyak 20 responden (83,3%), dan 17 responden (70,8%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang peneliti lakukan bahwa hasil uji T-Dependent (Paired Sampels Test) mean tekanan darah pretest dan posttest menunjukkan adanya perbedaan antara hasil pengukuran tekanan darah responden sebelum diberikan terapi pijat punggung (pretes) sebesar 0,10 dan setelah diberikan terapi pijat punggung (posttest) sebesar 0,60 dengan nilai P-value sebesar 0,000 atau nilai P-value < 0,05 artinya ada perbedaan yang signifikan mean tekanan darah sebelum dan setelah pemberian terapi pijat punggung dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian terapi pijat punggung berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas tapung II Desa Karya Indah Kabupaten kampar tahun 2019.

Salah satu cara terbaik untuk menurunkan tekanan darah yaitu dengan terapi pijat. Sejumlah studi menunjukkan bahwa terapi pijat yang dilakukan secara teratur dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar hormone stress cortisol, menurunkan kecemasan sehingga tekanan darah akan turun dan fungsi tubuh semakin membaik (Ayunani, 2012). Penurunan tekanan darah ini terjadi karena pembuluh darah mengalami pelebaran dan relaksasi. Pemberian massase secara rutin akan melemaskan pembuluh-pembuluh darah,

sehingga tekanan darah menurun sama halnya dengan melebarnya pipa air akan menurunkan tekanan pipa air tersebut.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh indah dalam sebuah penelitian yang berjudul “Pengaruh *Massase* Pada Penderita Hipertensi di UPTD Panti Tresna Werdha Lampung selatan”, mengatakan bahwa penggunaan terapi pijat punggung terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi secara signifikan dengan penurunan tekanan darah *sistolik* dan *diastolik* sebesar 32 sampai 24 mmHg.

Dengan demikian pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi pijat punggung secara terus-menerus dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan rata-rata penurunan tekanan darah 10 mmHg sampai 15 mmHg.

B. Keterbatasan Penelitian

Penelitian dilakukan dalam waktu yang terbatas sedangkan waktu dalam sekali pijat dilakukan dalam durasi 20 menit sementara responden yang ditemui 30 orang sehingga peneliti tidak bisa melakukannya sendiri melainkan ditemani oleh seorang mahasiswi perawat yang telah dilatih juga sebelumnya. Untuk responden yang dipilih oleh peneliti adalah lansia hipertensi dengan tekanan sistolik 140-160 mmHg dan tekanan diastolik 90-100 mmHg namun pada saat pengukuran sebelum melakukan terapi pijat punggung ada beberapa lansia hipertensi yang saat itu memiliki tekanan darah yang tidak sampai sistol 140 mmHg dan diastolnya 90mmHg serta menggunakan terapi pijat punggung memiliki keterbatasan karena membutuhkan penanganan yang serius dan waktu yang lama.

Pada penelitian ini penurunan tekanan darah responden ada beberapa responden yang tidak sampai mengalami penurunan tekanan darah sampai batas

normal bahkan ada yang sama sekali tidak mengalami penurunan karena penelitian ini hanya melihat penurunan tekanan darah responden saja dan untuk terapi selanjutnya bisa dilakukan secara mandiri dirumah.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian mengenai pengaruh pemberian terapi pijat punggung dalam menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Tapung II Desa Karya Indah Kabupaten Kampar tahun 2019. Maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebelum dilakukan pemberian terapi pijat punggung seluruh responden menderita hipertensi sebanyak 30 orang (100%) dengan sebagian besar responden memiliki tekanan sistolik 140 mmHg yaitu sebanyak 13 orang (43,3%) dan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum pemberian terapi pijat punggung sebagian besar tekanan darah diastoliknya 90 mmHg yaitu sebanyak 17 orang (56,7 %).darah sistoliknya
1. Setelah dilakukan pemberian terapi pijat punggung sebagian besar tekanan darah responden turun sebanyak 18 orang (60%) mengalami penurunan tekanan darah yaitu 135 mmHg sebanyak 5 orang (16,7%), 130 mmHg sebanyak 9 orang (30%), 125 mmHg sebanyak 3 orang (10%), 120 mmHg sebanyak 1 orang (3,3%) dan rata-rata tekanan darah diastolik responden turun sebanyak 18 orang (60%) yaitu 85 mmHg sebanyak 5 orang (16,7%), 80 mmHg sebanyak 10 orang(33,3%), 75 mmHg sebanyak 1 orang (3,3%), 70 mmHg sebanyak 2 orang (6,7%).
2. Pemberian terapi pijat punggung terhadap penurunan tekanan darah berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tapung II Desa Karya Indah Kabupaten Kampar tahun 2019.

B. Saran

1. Aspek Teoritis

Dapat bermanfaat sebagai masukan yang dapat dijadikan sumbangan pemikiran dan perbandingan dengan variabel yang berbeda bagi peneliti selanjutnya dimasa yang akan datang serta untuk menambah wawasan khususnya tentang pengaruh terapi pijat punggung dalam menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi.

2. Aspek Praktis

a. Bagi pihak Puskesmas tapung II Kabupaten Kampar

Diharapkan pada pihak Puskesmas Tapung II dapat mensosialisasikan hasil penelitian ini kepada pasien dengan hipertensi dan dapat memotivasi pasien hipertensi untuk melakukan terapi non farmakologi terutama dalam pemberian pijat punggung dalam kegiatan mengurangi atau mengontrol tekanan darah.

b. Bagi pasien hipertensi dan keluarga

Diharapkan kepada seluruh pasien hipertensi dan keluarga untuk dapat menggunakan cara pemberian terapi pijat punggung pada keluarga yang mengalami kondisi hipertensi. Sebagai salah satu alternatif dalam menurunkan tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. (2013). About high blood pressure. http://www.searo.who.int/entity/health_day/HBP_WHD_2013/en. Diperoleh tanggal 20 april 2019.
- Aslani M, (2011). Teknik Pijat Untuk Pemula.Yogyakarta, Gramedia.
- Ermawita, R (2016). "efektivitas Terapi Jus pepaya Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi DiWilayah Kerja Puskesmas Sungai Piring Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2016". *Laporan Penelitian* (Tidak Dipublikasikan). UP
- Firdaus, R (2014). "Pengaruh Massase Pada Penderita Hipertensi". *Laporan Penelitian Dipublikasikan*. Jurnal kesehatan.
- Garnadi (2012). Tekanan darah. Jakarta, Gramedia.
- Haryono R, dkk (2016)."Pengaruh Kombinasi Pijat Punggung dan Zikir Terhadap Stres dan Tekanan Darah Penderita Hipertensi". Tesis dipublikasikan. PPs-UMY.
- Indah S, (2014). "prngaruh massase eksremitas dengan aroma terapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi dikelurahan Grendeng Purwokerto.
- Jain R, (2011). Pengobatan Alternatif Untuk Mengatasi Tekanan Darah. Jakarta, Gramedia.
- Kholish, Nur (2011) bebas hipertensi seumur hidup dengan herbal. Yogyakarta : Real Books
- Lingga L, (2012). Bebas Hipertensi Tanpa Obat. Jakarta,Agromedia.
- Mahardika R, P, Dkk (2018)."Efektifitas Progressive Muscle Relaxation Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi."Jural Kesehatan.
- Mumpuni Y, dan Pratiwi E, (2013). Tetap Sehat Saat Lansia. Yogyakarta, Andi Publishing.
- Muttaqin (2010). Dasar ilmu Keperawatan. Yogyakarta, Salemba Medika.
- Notoadmojo, S (2010). Metodologi Penelitian kesehatan. Jakarta :Rineka Cipta.
- Nursalam (2011). Metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- Prasetyo D, A, (2017). "Pengaruh *Massage* Teknik *Effleurage* Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Kalirejoo Kabupaten Purworejo". *Laporan penelitian*. UNY
- Priyonadi (2011). Akupresuer dan akupuntur tanpa jarum. Yogyakarta, Andi Publishing.

- Retno, A.W dan Prawesti, D (2012). "Tindakan Slow Stroke Back Massage dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi." Jurnal STIKES Vol.5, (No. 2 Tahun 2012).
- Rospita, dkk (2016). "pengaruh slow stroke back massage dengan minyak essensial lavender terhadap penurunan intensitas nyeri low back pain. Jurnal Keperawatan,
- Setiono A, dan Nur (2010). Terapi Alternatif dan Gaya Hidup. Jakarta, Pradipta.
- Setyaningrum, dkk (2018). "Efektifitas PMR Dengan Dzikir Terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Penurunan Tingkat Stres Pada penderita Hipertensi" Jurnal Ilmu Kesehatan Vol. 16 (No.1 April 2018)
- Sudarta W, (2016). Pengkajian Fisik Keperawatan. Yogyakarta, Gosyen Publishing.
- Udani, G (2016). "Pengaruh Massage Pada Penderita Hipertensi Di UPTD Panti Tresna Werdha Lampung Selatan." Jurnal Kesehatan (nomor 3 Tahun 2016).
- Wong F, (2011). Panduan Lengkap Pijat. Jakarta, Penebar Plus.
- Yusuf M, (2014). Metode Penelitian. Jakarta, Kencana.