PENERAPAN *STIMULASI KUTANEUS SLOW STROKE BACK MASSAGE* (SSBM) PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS NGORESAN

Nadia Flora Salsabila[1], Zulfa Mahdiatur Rasyida[2]
nadiaslsaa@gmail.com
Program Studi Diploma III Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi adalah penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan serius dan berisiko menimbulkan komplikasi jika tidak terkontrol. Selain farmakologis, penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara nonfarmakologis, salah satunya melalui *Stimulasi Kutaneus Slow Stroke Back Massage* (SSBM) untuk meningkatkan relaksasi dan menurunkan tekanan darah. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh penerapan SSBM terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Ngoresan Surakarta. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada dua responden. Intervensi SSBM diberikan selama tiga hari berturut-turut pada 10–12 Juni 2026. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan sphygmomanometer. **Hasil:** Penerapan SSBM selama tiga hari terbukti menurunkan tekanan darah kedua responden. Ny. N mengalami penurunan dari 158/96 mmHg menjadi 134/84 mmHg, sedangkan Tn. W dari 146/90 mmHg menjadi 126/80 mmHg. **Kesimpulan:** SSBM efektif menurunkan tekanan darah dan dapat menjadi terapi komplementer nonfarmakologis yang mudah diaplikasikan untuk membantu mengontrol tekanan darah pasien hipertensi secara mandiri.

Kata kunci: hipertensi, tekanan darah, *Slow Stroke Back Massage*, terapi nonfarmakologis.