

**PENERAPAN KOMBINASI PIJAT PUNGGUNG DAN DZIKIR
TERHADAP TINGKAT STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI DI
DESA SETURI KABUPATEN BATANG**

Riska Yustianika, Aisya Dzil Kamalah
Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Falkutas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

ABSTRAK

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik berada diatas 140 mmHg dan diastolik diatas 90 mmHg. Keluhan yang dirasakan adalah pusing, cemas, stress, gelisah, lemas, dan khawatir terhadap penyakitnya. Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengetahui penerapan kombinasi pijat punggung dan dzikir terhadap tingkat stress pada penderita hipertensi di Desa Seturi Kabupaten Batang. Metode penyusunan karya tulis ilmiah ini adalah studi kasus dengan subyek dua klien ansietas. Fokus intervensi berupa pemberian terapi non farmakologi relaksasi pijat punggung dan dzikir selama 3 kali kunjungan kerumah klien. Hasil studi kasus pada kedua klien ini menunjukkan adanya perubahan tingkat stress terhadap hipertensi berkurang pada klien I dari TD : 160/100 mmHg turun menjadi 140/90 mmHg, PSS-10 : Skore 14 (stress sedang) menjadi 0 (tidak stress), sedang klien II dari TD : 170/100 mmHg turun menjadi 140/90 mmHg, PSS-10 : Skore 26 (stress sedang) menjadi 0 (tidak stress). Kesimpulan : Ada pengaruh terapi pijat punggung dan dzikir terhadap tingkat stress pada penderita hipertensi . Berdasarkan hasil penerapan tersebut maka disarankan peran perawat dapat memberikan terapi pijat punggung dan dzikir untuk menurunkan tingkat stress pada penderita hipertensi.

Kata kunci : Dzikir, Klien Dengan Hipertensi, Pijat Punggung Dan Stress.

The Appplication of Back Message and Dhikr Combination to Stress Level inHypertension Patiens in Seturi Vilage, Batang Regency

Riska Yustianika¹, Aisyah Dzil Kamalah²
Undergraduate Program in Nursing, Faculty of Health Sciences,
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

ABSTRACT

Hipertension is an increase of systolic blood pressure above 140 mmHg and diastolic above 90 mmHg. The patients get dizziness, anxiety, stress, restlessness, weakness, and worry about their health. The purpose of this case study is to determine the application of a combination of back massage and dhikr to stress levels in hypertension sufferers in Seturi Village, Batang Regency. The method used in this paper is a case study with the subject of two axienty clients. The focusof the intervention is providing non-pharmacological therapy, relaxcation, back massage and dhikr for 3 visits to the client's home. The result of the case studies on these two client's showed a change in the level of stress on hypertension reduced in client I from TD : 160/100 mmHg down to 140/90 mmHg, PSS-10 : Score 14 (moderate stress) to 0 (no stress), moderate client II from TD : 170/100 mmHg down to 140/90 mmHg, PSS-10 : Score 26 (moderate stress) to 0 (no stress). Therefore, it can be concluded that there is an effect of back massage therapy and dhikr on stress stress levels in patients with hypertension. There is also stress levels in patiens with hypertension.

Keywords : Dhikr, Clients With Hipertension, Back Massage And Stress