

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Juni, 2026

ABSTRAK

Penerapan Terapi *Massage Punggung* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Desa Karangasem Kecamatan Petarukan Kabupaten Pemalang

Shelly Stevany Wahyu Kisdian¹, Herni Rejeki², Dwi Fijianto³

Hipertensi adalah penyakit tidak menular yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai komplikasi seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal. **Tujuan** studi ini adalah menurunkan tekanan darah pada dua lansia dengan hipertensi menggunakan terapi *massage punggung*. **Metode** studi kasus melibatkan dua lansia hipertensi. Intervensi berupa terapi *massage punggung* selama 10 menit yang dilakukan 6 kali tindakan selama 3 hari kunjungan. **Hasil** menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada kedua klien. Pada klien 1 tekanan darah mengalami penurunan dari 172/103 mmHg menjadi 136/84 mmHg, sedangkan pada klien 2 menurun dari 168/96 mmHg menjadi 132/82 mmHg. **Simpulan** studi kasus ini adalah terapi *massage punggung* mampu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. **Saran bagi lansia dan keluarga adalah agar keluarga melakukan terapi *massage punggung* secara rutin serta pemeriksaan kesehatan berkala untuk membantu mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi hipertensi.**

Kata Kunci: *Massage Punggung, Hipertensi, Tekanan Darah*

Vocational Program in Nursing
Faculty of Health Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
June, 2026

ABSTRACT

The Implementation of Back Massage for Lowering Blood Pressure on Elderly Patients with Hypertension in Karangasem Village, Petarukan District, Pemalang Regency

Shelly Stevany Wahyu Kisdian¹, Herni Rejeki², Dwi Fijianto³

Hypertension is a non-communicable disease characterized by an increase in systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and/or diastolic ≥ 90 mmHg. Uncontrolled hypertension can cause various complications such as stroke, heart disease, and kidney failure. The aim of this study was to identify whether back massage therapy may lower blood pressure in two elderly people with hypertension. This case study involved two elderly with hypertension. The intervention was performed 10 minute each back massage therapy which was carried out 6 times during 3 days of visits. The results showed a decrease in blood pressure in both patients. First patients' blood pressure decreased from 172/103 mmHg to 136/84 mmHg, while second patients' blood pressure decreased from 168/96 mmHg to 132/82 mmHg. The conclusion of this case study is that back massage is effective in lowering blood pressure in elderly people with hypertension. This study suggests that the elderly and their families may perform regular back massage therapy and a routine medical check up to manage blood pressure and prevent complications of hypertension.

Keywords: *Back Massage, Hypertension, Blood Pressure*