

SKRIPSI
EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMBINASI *THERAPEUTIC NAPE*
***MASSAGE* DAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP**
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS BAUMATA



OLEH

IRENEUS REMI NAS BU WARATA

NIM : PO5303209211444

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK
KESEHATAN KEMENKES KUPANG JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS TAHUN AJARAN
2024/2025

SKRIPSI
EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMBINASI *THERAPEUTIC NAPE*
***MASSAGE* DAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP**
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS BAUMATA

Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Terapan Keperawatan Pada Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Kemenkes
Poltekkes Kupang



OLEH

IRENEUS REMI NAS BU WARATA

NIM : PO5303209211444

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA POLITEKNIK
KESEHATAN KEMENKES KUPANG JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS TAHUN AJARAN
2024/2025

PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ireneus Remi Nas Bu Warata
NIM : PO5303209211444
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Kupang

Saya menyatakan bahwa skripsi ini sepenuhnya asli tanpa plagiarisme ide atau tulisan yang saya klaim sebagai milik saya. Saya siap menghadapi sanksi plagiarisme jika di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi saya mengandung plagiarisme.

Kupang, 24 Juli 2025

Pembuat pernyataan



Ireneus Remi Nas Bu Warata

NIM. PO5303209211444

Mengetahui

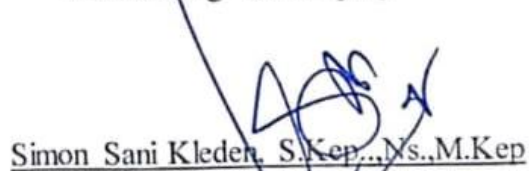
Pembimbing Utama



Riny Pujiyanti, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 199211072022032001

Pembimbing Pendamping



Simon Sani Kleden, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 197409061997031000

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

"Efektivitas Pemberian Kombinasi *Therapeutic Nape Massage* dan *slow stroke back massage* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas Baumata"

Disusun Oleh

Ireneus Remi Nas Bu Warata

NIM. PO5303209211444

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

Kupang, 24 Juli 2025

Menyetujui

Pembimbing Utama



Riny Pujiyanti, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 199211072022032001

Pembimbing Pendamping

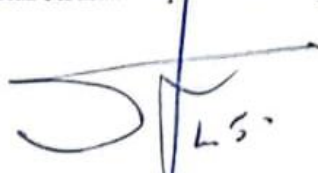


Simon Sani Kleden, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 197409061997031000

Mengesahkan

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang

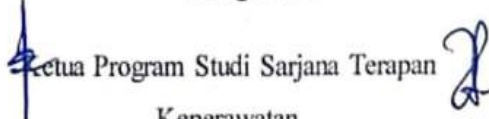


Dr. Florentianus Tat, S.Kp. M.Kes

NIP. 196911281993031005

Mengetahui

Ketua Program Studi Sarjana Terapan
Keperawatan



Yxani Maria V. Bita Aty, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 197908052001122001

LEMBAR PENGESAHAN

“Efektivitas Pemberian Kombinasi *Therapeutic Nape Massage* dan *slow stroke back massage* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas Baumata”

Disusun Oleh:

Ireneus Remi Nas Bu Warata

NIM. PO5303209211444

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada Tanggal: Kupang, 24 Juli 2025

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Penguji,

Mariana Oni Betan, S.Kep, Ns., MPH

NIP.198808142023212032

Pembimbing Utama,

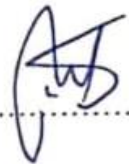
Riny Pujiyanti, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 199211072022032001

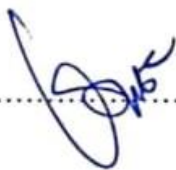
Pembimbing Pendamping,

Simon Sani Kleden, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIP. 197409061997031000

(.....)

(.....)

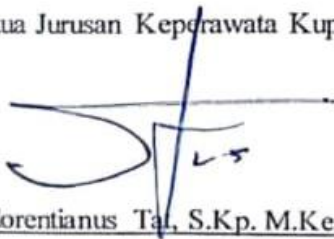
(.....)

Mengesahkan

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang

Dr. Florentianus Tal, S.Kp. M.Kes

NIP. 196911281993031005



Mengetahui

 Ketua Program Studi Sarjana Terapan
Keperawatan 

Yoani Maria V. Bitu Atty, S.Kep.,Ns.M.Kep

NIP. 197908052001122001

BIODATA PENULIS

I. IDENTITAS

1. Nama : Ireneus Remi Nas Bu Warata
2. Tempat Tanggal Lahir : Waikabubak, 05 Mei 2003
3. Jenis Kelamin : Laki-laki
4. Agama : Katolik
5. Alamat : Bimoku
6. Email : ireneuswarata762@gmail.com

II. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Tamat SDN Wee Sake, Kecamatan Loli, Kabupaten Sumba Barat.
2. Tamat SMP Katolik Swasta Waikabubak, kecamatan Kota Waikabubak, Kabupaten Sumba Barat.
3. Tamat SMA Swasta Kristen Waikabubak, kecamatan Kota Waikabubak, Kabupaten Sumba Barat.
4. Sejak tahun 2021 kuliah di Program Studi Pendidikan Profesi Ners Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

MOTTO

“Setiap Tantangan Adalah Kesempatan Untuk Belajar”

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN KOMBINASI *THERAPEUTIC NAPE*
MASSAGE DAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI WILAYAH PUSKESMAS BAUMATA**

IRENEUS REMI NAS BU WARATA

Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kupang, Jurusan Keperawatan,
Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan

Ireneuswarata762@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang dikenal sebagai *silent killer* dan prevalensinya terus meningkat, khususnya pada lansia. Penanganan hipertensi kombinasi *therapeutic nape massage* dan *slow stroke back massage* dipercaya mampu menurunkan tekanan darah melalui mekanisme relaksasi dan vasodilatasi. **Tujuan:** Untuk menganalisis efektivitas pemberian kombinasi *therapeutic nape massage* dan *slow stroke back massage* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Baumata. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain quasi-experiment menggunakan pendekatan *one group pre-post test design* dengan sampel berjumlah 34 lansia dengan hipertensi. **Hasil:** Hasil analisis menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan setelah pemberian kombinasi terapi. Uji statistik menunjukkan nilai $p < 0,05$, yang berarti terdapat pengaruh signifikan. **Kesimpulan:** Pemberian kombinasi *therapeutic nape massage* dan *slow stroke back massage* efektif menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. **Saran:** Terapi ini dapat dijadikan salah satu intervensi non-farmakologis yang mudah diterapkan oleh perawat maupun keluarga dalam penanganan hipertensi lansia.

Kata Kunci: hipertensi, lansia, *therapeutic nape massage*, *slow stroke back massage*, tekanan darah.

**THE EFFECTIVENESS OF PROVIDING A COMBINATION OF THERAPEUTIC
NAPE MASSAGE AND SLOW STROKE BACK MASSAGE ON BLOOD PRESSURE
REDUCTION IN ELDERLY WITH HYPERTENSION IN THE BAUMATA HEALTH
CENTER AREA**

IRENEUS REMI NAS BU WARATA

Ministry of Health Kupang Health Polytechnic, Department of Nursing, Bachelor of Applied
Nursing Study Program

Ireneuswarata762@gmail.com

ABSTRACT

Background: Hypertension is a degenerative disease known as the silent killer and its prevalence continues to increase, especially in the elderly. The combination of therapeutic nape massage and slow stroke back massage is believed to be able to reduce blood pressure through relaxation and vasodilation mechanisms. **Objective:** To analyse the effectiveness of giving a combination of therapeutic nape massage and slow stroke back massage on lowering blood pressure in the elderly with hypertension in the Baumata Puskesmas working area. **Methods:** This type of research is quantitative with a quasi-experiment design using a one group pre-post test design approach with a sample of 34 elderly people with hypertension. **Results:** The results of the analysis showed a significant decrease in systolic and diastolic blood pressure after administering the combination therapy. Statistical tests show a p value <0.05, which means there is a significant effect. **Conclusion:** Giving a combination of therapeutic nape massage and slow stroke back massage effectively reduces blood pressure in the elderly with hypertension. **Suggestion:** This therapy can be used as one of the non-pharmacological interventions that are easily applied by nurses and families in handling elderly hypertension.

Keywords: hypertension, elderly, therapeutic nape massage, slow stroke back massage, blood pressure.