

**EFEKTIVITAS *MASSAGE* TEHNIK *EFFELURAGE* DAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI
SKRIPSI**

**Disusun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Gresik**



Oleh :

MUHAMMAD NUR ARDIYANTO
NIM. 2020080011

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK
2024**

EFEKTIVITAS *MASSAGE* TEHNIK *EFFELURAGE* DAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI

SKRIPSI

Disusun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik



Diajukan oleh:

MUHAMMAD NUR ARDIYANTO

NIM: 2020080011

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK
GRESIK**

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Efektivitas Massage Tehnik Effeluarge Dan Slow Stroke
Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia
Hipertensi
Nama Mahasiswa : Muhmmad Nur Ardiyanto *
NIM : 2020080011

Telah selesai dilakukan bimbingan dan dinyatakan layak memenuhi syarat dan menyetujui untuk di Uji pada tim penguji Tugas akhir pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik.

Gresik, 28 Juni 2024

Pembimbing I



Istiroha, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 107102020150118

Pembimbing II



Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Ke
NIPY. 107102020070043

Mengetahui,
Ketua Program Studi,



Natalia Cristin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY.10710202023203

LEMBAR BERITA ACARA BIMBINGAN



BERITA ACARA BIMBINGAN

1. Nama : Muhammad Nur Ardiyanto
2. NIM : 2020080011
3. Fakultas : Ilmu Kesehatan
4. Program Studi : Ilmu Keperawatan
5. Program Pendidikan : Strata I (S-1)
6. Judul Skripsi :
7. Pembimbing I : Istiroha , S.Kep.,Ns.,M.Kep
8. Pembimbing II : Hj. Retno Twistiandayani,S.Kep.,Ns.,M.Kep
9. Konsultasi :

Tanggal	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing I	Paraf Pembimbing II
	- Perbaiki' tabulasi' data	IST	
	- perbaiki' data dan uji SPSS ulang	IST	
	- Revisi Bab IV		IST
	- Perbaiki' penulisan Bab IV		IST
	- Perbaiki' penulisan hasil, penulisan tabel	IST	
	- perbaiki' penulisan hasil	IST	
	- Masukan penelitian yang relevan		IST


	- Revisi penulisan, Perbaiki sebale mungkin		⌒
	- Perbaiki pembahasan luas sebelum dan sesudah	⌒	
	- Pembahasan diperbaiki - tambahkan keterkaitan penelitian, perbaiki bab 6	⌒	
	- Acc Bab V		⌒
	- Konsultasi Bab VI		⌒
	- Perbaiki keterkaitan penelitian dan bab 6	⌒	
	- Acc ujian	⌒	
	- Abstrak, sesuai dg hasil dan pembahasan		⌒
	- Kurangnya memasukan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.		⌒
	- Kesimpulan menjawab tujuan, saran untuk penelitian, Acc ujian (2)		⌒

	-		
	-		
	-		
	-		

10. Bimbingan Telah selesai pada tanggal :

11. Telah Memenuhi syarat ujian yang akan dilaksanakan pada hari/tanggal :

Pembimbing I



Istiroha, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIPY. 107102020150118

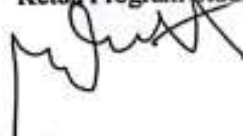
Gresik,
Pembimbing II



Hi. Retno Twistiandayani.S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIPY. 107102020070043

Mengetahui,
Ketua Program Studi,



Natalia Cristin Tiara Revita.S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIPY.10710202023203

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Judul Proposal : Efektivitas *massage* tehnik *effelurage* dan *slow stroke back massage* terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi

Nama Mahasiswa : Muhammad Nur Ardiyanto

NIM : 2020080011

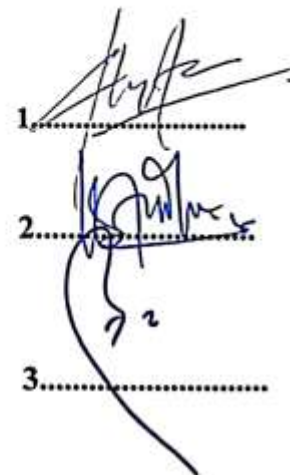
Telah dipertahankan/ diuji di hadapan Tim Penguji

Pada Tanggal :

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK 2024
TIM PENGUJI :**

1. Mono Pratiko Gustomi, S.Kep., M.Kes
NIPY:107102020070042
2. Istiroha, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIPY : 1071020220150118
Anggota I
3. Hj.Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIPY : 107102020070043
Anggota II

1.....
2.....
3.....



Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 107102020070043

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Nur Ardiyanto

NIM : 2020080011

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Jenjang : Strata I (S-1)

Judul Skripsi : Efektivitas Massage Tehnik Effelurage Dan Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah Skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali secara tertulis secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata didalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh DIBATALKAN, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Gresik, 16 Juli 2024



Muhammad Nur Ardiyanto

NIM.2020080011

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Nur Ardiyanto

NIM : 2019080014

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Fee Right*) atas skripsi saya yang berjudul : Pengaruh Terapi Akupresur Zusanli Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti tersebut Nama Fakultas berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Gresik, 14 Juni 2023

Yang menyatakan



Muhammad Nur Ardiyanto
NIM.2020080011

**SURAT KETERANGAN
CEK PLAGIASI SKRIPSI**

Pada hari Kamis tanggal 13 Juli 2023 Berdasarkan pengecekan skripsi dari mahasiswa :

Nama : Muhammad Nur Ardiyanto
NIM : 2020080011
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Judul Skripsi : Pengaruh terapi akupresur zusanli terhadap penurunan kadar gula darah penderita diabetes melitus

Hasil cek plagiasi : 23%

Maka diputuskan bahwa dokumen skripsi mahasiswa bersangkutan dinyatakan Lolos/Tidak Lolos*.

Gresik, 13 Juli 2023

Pembimbing I



Istiroha S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 1071020220150118

Pembimbing II



Hj. Retno Twistiandayani S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 107102020070043

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan bimbingan-Nya kami dapat menyelesaikan skripsi dengan **“EFEKTIVITAS MASSAGE TEHNIK EFFELUARGE DAN SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI”** dapat terselesaikan. Proposal ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik.

Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. dr. Riski Dwi Prameswari, M.Kes. selaku Rektor Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada kami untuk mengikuti pendidikan di Fakultas Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Gresik.
2. Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan.
3. Natalia Christin Tiara Revita , S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan.
4. Istiroha,S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga terselesaikan skripsi ini.
5. Hj. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga terselesaikan skripsi ini.
6. Seluruh staf dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Gresik yang telah memberikan bantuan kepada saya selama menempuh pendidikan.

7. Keluarga tercinta khususnya Ibu saya Mastutik, dan yang telah memberikan saya doa serta dukungan bahkan motivasi sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Sahabat seperjuangan saya Dwyky Hizbul Aulia, Refanda Ferari dan Fikii Dadang dan seluruh teman sekelas saya yang telah membantu memberikan dukungan dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, tetapi saya berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi perkembangan ilmu keperawatan.

Gresik, 2024



Muhammad Nur Ardiyanto

ABSTRAK

EFEKTIVITAS *MASSAGE* TEHNIK *EFFELURAGE* DAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI

Oleh : Muhammad Nur Ardiyanto

Terapi *Massage Effleurage* dilakukan secara teratur dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar hormon kortisol, epineprin dan norefrineprin mengakibatkan respon relaksasi pembuluh darah, membantu menurunkan kecemasan, sehingga tekanan darah menurun dan fungsi tubuh membaik. *Slow Stroke Back Massage* dapat membuat vasodilatasi pembuluh darah dan getah bening, dan meningkatkan respon reflek beroreseptor yang mempengaruhi penurunan aktivitas sistem saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistolikny di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan perbedaan efektivitas *Massage* tehnik *Effeluarge* dan *Slow Stroke Back Massage* terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi.

Penelitian ini menggunakan desain *pra Eksperimental*. Metode sampling menggunakan *Puposive Sampling*. Sampel diambil sebanyak 8 responden *Massage* tehnik *Effeluarge* dan 8 responden *Slow Stroke Back Massage*. Variabel independen yaitu *Massage* tehnik *Effeluarge* dan *Slow Stroke Back Massage*. Variabel dependen yaitu tekanan darah pada lansia hipertensi.

Hasil uji statistik *Mann Whitney* didapatkan hasil nilai $p= 0.721$ ($p > 0,05$) sehingga H_1 ditolak artinya Tidak Ada perbedaan efektivitas *Massage Effeluarge* dan *Slow Stroke Back Massage* terhadap tekanan darah tinggi pada lansia hipertensi Hasil rata-rata penurunan tekanan darah kelompok *Massage Effeluarge* sebesar 12,0/7,5mmHg dan rata-rata penurunan tekanan darah *Slow Stroke Back Massage* 10,5/8,5mmHg. Berdasarkan penurunan tersebut dapat diketahui bahwa penurunan tekanan darah lebih besar pada *Massage Effeluarge*. Sehingga *Massage Effeluarge* lebih efektif daripada *Slow Stroke Back Massage*.

Kata kunci: Massage Tehnik Effeluarge, Slow Stroke Back Massage, Tekanan Darah, Hipertensi .

ABSTRACT***EFFECTIVENESS OF EFFELURAGE AND SLOW STROKE
BACK MASSAGE TECHNIQUES ON BLOOD PRESSURE IN
HYPERTENSIVE ELDERLY
MAIN ENVIRONMENT***

By : Muhammad Nur Ardiyanto

Effleurage Massage Therapy carried out regularly can lower systolic and diastolic blood pressure, reduce the levels of the hormones cortisol, epinephrine and norepinephrine resulting in a relaxation response of blood vessels, help lower anxiety, so that blood pressure decreases and body function improves. Slow Stroke Back Massage can make vasodilation of blood vessels and lymph, and increase the response of the oscillator reflex which affects the decrease in the activity of the sympathetic nervous system and increases the activity of the parasympathetic nervous system. Hypertension is defined as persistent blood pressure where the systolic pressure is above 140 mmHg and the diastolic pressure is above 90 mmHg. This study aims to explain the difference in the effectiveness of Effleurage Massage technique and Slow Stroke Back Massage on blood pressure in hypertensive elderly.

This study uses a pre-experimental design. The sampling method uses Purposive Sampling. The sample was taken as many as 8 respondents of Massage technique Effleurage and 8 respondents of Slow Stroke Back Massage. The independent variables are Massage technique Effleurage and Slow Stroke Back Massage. The dependent variable is blood pressure in the elderly with hypertension.

The results of Mann Whitney's statistical test obtained a value of $p = 0.721$ ($p > 0.05$) so that H_1 was rejected meaning that there was no difference in the effectiveness of Massage Effleurage and Slow Stroke Back Massage on high blood pressure in the hypertensive elderly. Average result of blood pressure reduction in the Massage Effleurage group by 12.0/7.5mmHg and the average decrease in blood pressure of Slow Stroke Back Massage is 10.5/8.5mmHg. Based on this decrease, it can be seen that the decrease in blood pressure is greater in Massage Effleurage. So that Massage Effleurage is more effective than Slow Stroke Back Massage.

Keywords: Massage Technique Effleurage, Slow Stroke Back Massage, Blood Pressure, Hypertension.

DAFTAR ISI

HALAMAN AWAL	i
HALAMAN SAMPUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
BERITA ACARA BIMBINGAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI.....	vii
PERNYATAAN ORISINILITAS	viii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	ix
SURAT KETERANGAN CEK PLAGIASI SKRIPSI	x
UCAPAN TERIMAKASIH.....	xi
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL	xix
DAFTAR GAMBAR.....	xx
DAFTAR LAMPIRAN	xxi
DAFTAR SINGKATAN.....	xxii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Hipertensi	6
2.1.1 Pengertian.....	7
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi	7
2.1.3 Etiologi	10
2.1.4 Patofisiologi Hipertensi.....	10
2.1.5 Manifestasi Klinis Hipertensi.....	7
2.1.6 Faktor Resiko	7
2.1.7 Komplikasi Hipertensi.....	10
2.1.8 Penatalaksanaan Hipertensi.....	10
2.2 Lansia.....	12
2.2.1 Definisi Lansia	12
2.2.2 Batasan Lansia.....	14
2.2.3 Karakteristik Lansia	15
2.2.4 Perubahan Morfologis Dan Fungsi Tubuh Pada Lansia	16
2.3 Konsep Massage Teknik <i>Efflurage</i>	21
2.3.1 Pengertian.....	21

2.3.2 Manfaat Massage Teknik <i>Effeluarage</i>	23
2.3.3 Mekanisme Massage <i>Effeluarage</i>	21
2.3.4 Teknik Pijat <i>Effeluarage</i>	23
2.4 Konsep <i>Massage Slow Stroke Back</i>	27
2.4.1 Pengertian	27
2.4.2 Manfaat <i>Massage Slow Stroke Back</i>	28
2.4.3 Mekanisme <i>Massage Slow Stroke Back</i>	29
2.4.4 Teknik Pijat <i>Massage Slow Stroke Back</i>	30
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	36
3.1 Kerangka Konseptual	36
3.2 Hipotesis Penelitian	37
BAB 4 METODE PENELITIAN	38
4.1 Desain Penelitian	38
4.2 Kerangka Kerja	39
4.3 Populasi, Sampel, dan Sampling	40
4.3.1 Populasi	40
4.3.2 Sampel	40
4.3.3 Sampling	41
4.4 Identifikasi Variabel	41
4.4.1 Variabel Independen	42
4.5 Definisi Operasional	42
4.6 Pengumpulan Dan Pengolahan Data	44
4.6.1 Bahan Penelitian	44
4.6.2 Instrumen Penelitian	44
4.6.3 Lokasi Dan Waktu Penelitian	45
4.6.4 Prosedur Pengumpulan Data	45
4.7 Teknik Analisis Data	46
4.7.1 Pengolahan Data	46
4.7.2 Analisa Data	47
4.8 Etika Penelitian (<i>Ethical Clearance</i>)	48
4.8.1 Surat Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	48
4.8.2 Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>)	48
4.8.3 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)	49
4.8.4 Keadilan (<i>Justice</i>)	49
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	50
5.1.1 Data Umum Penelitian	51
5.1.2 Data Khusus Penelitian	53
5.2 Pembahasan	56
5.2.1 Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Diberikan <i>Massage Effeluarage</i>	56
5.2.2 Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Diberikan Teknik <i>Slow Stroke Back Massage</i> Pada Penderita Hipertensi Lansia	59
5.2. Analisis Efektifitas <i>Massage Effeluarage</i> dan Teknik <i>Slow Stroke Back Massage</i> Terhadap Tekanan Penurunan Darah Pada Lansia	62
5.3 Keterbatasan Penelitian	63

BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	65
6.1 Kesimpulan	65
6.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Untuk Dewasa Menurut JNC-8(9)	8
Tabel 2.2 Keaslian Penelitian.....	31
Tabel 4.1 Rancangan Penelitian <i>Quasy Eksperimental</i>	38
Tabel 4.2 Definisi Operasional Variabel Efektivitas Massage Teknik Efflurage Dan <i>Slow Stroke Back Massage</i> Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi	43
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Desa Sendangharjo Kecamatan Brondong Lamongan Pada Tanggal 11-17 Mei 2024.....	51
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Di Desa Sendangharjo.....	51
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Hipertensi Di Desa Sendangharjo Kecamatan Brondong Lamongan Pada Tanggal 11-17 Mei 2024	52
Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik Hipertensi Di Desa Sendangharjo Kecamatan Brondong Lamongan Pada Tanggal 11-17 Mei 2024	52
Tabel 5.5 Tekanan Darah Responden Kelompok <i>Massage Efflurage</i> Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Di Desa Sendangharjo Kecamatan Brondong Lamongan Pada Tanggal 11-17 Mei 2024	53
Tabel 5.6 Tekanan Darah Responden Kelompok <i>Slow Stroke Back</i> Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Di Desa Sendangharjo Kecamatan Brondong Lamongan Pada Tanggal 11-17 Mei 2024	54
Tabel 5.5 Perbedaan Penurunan Tekanan Darah Sesudah Diberikan <i>Massage Efflurage</i> Dan <i>Slow Stroke Back Massage</i> Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Sendangharjo Kecamatan Brondong Lamongan Pada Tanggal 11-17 Mei 2024	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik <i>Effeluarage</i>	26
Gambar 2.2 Teknik Petrissage	27
Gambar 2.3 Teknik Hacking	27
Gambar 2.4 Teknik Clapping	27
Gambar 2.5 Gerakan Pertama SSBM.....	30
Gambar 2.6 Gerakan Kedua SSBM	30
Gambar 2.7 Gerakan Ketiga SSBM.....	31
Gambar 2.8 Gerakan Kelima SSBM.....	31
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian Efektivitas Massage Effeluarage Dan Slow Stroke Back Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi	36
Gambar 4.1 Kerangka Kerja	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Survei Data Awal.....	70
Lampiran 2 Surat Balasan Data Awal.....	71
Lampiran 3 Surat Izin Dari Puskesmas.....	72
Lampiran 4 SOP <i>Massage Effelarge</i>	73
Lampiran 5 SOP <i>Slow Stroke Back Massage</i>	76
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	79
Lampiran 7 Informed Consent.....	80
Lampiran 8 Data Demografi.....	81
Lampiran 9 Tabulasi Data Umum.....	82
Lampiran 10 Tabulai Data Umum Kelompok Intervensi <i>Slow Stroke Back</i>	83
Lampiran 11 Tabulasi Data Umum Kelompok Intervensi <i>Effelarge</i>	84
Lampiran 12 Tabulasi Data Khusus.....	85
Lampiran 13	86
Lampiran 14	87
Lampiran 15.....	88
Lampiran 16	89
Lampiran 17	90

DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN

DAFTAR LAMBANG :

%	: Persentase
-	: Sampai dengan
+	: Tambah
x	: Kali
>	: Lebih dari
<	: Lebih kecil
\geq	: Lebih besar dari
\leq	: Lebih kecil dari
β	: Beta
/	: Garis miring
=	: Sama dengan

DAFTAR SINGKATAN :

SOP	: Standar Operasional Prosedur
WHO	: World Health Organization
O ₂	: Oksigen
mmHg	: milimeter air raksa