



# BEBAS HIPERTENSI DENGAN TERAPI SLOW STROKE BACK MASSAGE (PIJAT PUNGGUNG)

Di persembahkan oleh:  
Uifa Rossidha  
Rigani wulandari

Program Studi Sarjana Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Aisyiyah  
2025

## Apa itu slow stroke back massage ?

## Tujuan terapi Slow Stroke Back Massage (Pijat Punggung)

### Menurunkan tekanan darah tinggi

(Samarjanti et al., 2020)

## Manfaat terapi Slow Stroke Back Massage (Pijat Punggung)

### Memberikan efek rileksasi pada tubuh

(Sani & Indenty, 2020)

## Indikasi Slow Stroke Back Massage (Pijat Punggung)

### Tekanan darah tinggi

(Samarjanti et al., 2023)

## Kontraindikasi Slow Stroke Back Massage (Pijat Punggung)

Demam tinggi pada penyakit menular (Tifus, Malaria, Kolera, Hepatitis B dan C, TBC dan Covid)

(Samarjanti et al., 2023)

## Waktu yang diperlukan

20 min

(Mahfuzah et al., 2023)

## Alat yang di gunakan

### Minyak pijat

(Mahfuzah et al., 2023)

## Langkah langkah melakukan Slow Stroke Back Massage (Pijat punggung):

1.

03:58



DISUSUN OLEH

Penyusun : Ulfa Rossidha  
Produser: Ulfa Rossidha  
Juru Kamera : Putri Oktavia ningrum  
Penata musik : Ressa melasovic  
Editor : Ressa melasovic

Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep  
Sri Kustiyati, SST., M.Keb.,  
Norman Wijaya Gati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp. Kep.J.  
Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep  
Eska Dwi Prajayanti, S.Kep., Ns., M.Kep,  
Fida' Husain, S.Kep., Ns., M.Kep  
Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep