



### **Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap Penurunan Depresi pada Pasien Pasca Stroke di RS. Harapan dan Doa Kota Bengkulu**

### ***The Effect of Slow Stroke Back Massage for Decreasing the Depression Among Post-Stroke Patients in Harapan dan Doa Hospital, Bengkulu City***

**Erni Buston\*, Sariman Pardosi, Winda**

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Bengkulu, Indonesia  
Email: buston\_87@yahoo.com

#### **Abstract**

*Stroke disease becomes a health problem and the main cause of disability that affects individuals and families. The condition of stroke patients in general can be recovered but with residual symptoms lasting 3-6 months even up to many years. The main factors that can inhibit healing in stroke patients are depression arising in post-stroke. The purpose of this research is to influence effects of slow stroke back massage toward decreasing depression of post-stroke patients in Poly Nerve RS. Harapan Dan Doa Bengkulu City, 2020. The research used quasi experimental with pre-test and post-test one group design. Total samples of 25 respondents consists of 1 group. The sampling technique used purposive sampling. The instrument used beck depression inventory II with 21 questions. The analysis used t-test at a <5%. The results showed that the mean value of depression before giving slow stroke back massage is 28.24 and after slow stroke back massage the average value of depression value is 22.40. There is an influence on the value of depression before and after the slow stroke back massage (p value = 0.000). Slow stroke back massage can decreasing depression of post-stroke patients in Poly Nerve RS. Harapan Dan Doa Bengkulu City.*

*Keywords; depression; post-stroke; slow stroke back massage*

#### **Abstrak**

Penyakit stroke menjadi masalah kesehatan dan penyebab utama kecacatan yang berdampak bagi individu dan keluarga. Kondisi pasien stroke pada umumnya bisa pulih tetapi dengan gejala sisa yang berlangsung 3-6 bulan bahkan sampai bertahun-tahun. Faktor utama yang dapat menghambat penyembuhan pada pasien stroke adalah depresi yang timbul pada pasca stroke. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *slow stroke back massage* terhadap penurunan depresi pada pasien pasca stroke di Poli Saraf RSHD Kota Bengkulu Tahun 2020. Desain penelitian adalah quasi eksperimental dengan pre-test and post- test one group design. Jumlah sampel 25 orang terdiri dari 1 kelompok. Teknik sampling adalah purposive sampling. Pengukur depresi menggunakan back depression inventory II yang terdiri dari 21 pertanyaan. Analisis menggunakan t-test pada  $\alpha < 5\%$ . Hasil penelitian menunjukkan bahwa

rata-rata umur sampel yaitu 58,3 dan distribusi jenis kelamin yaitu laki-laki 10 orang (40%) dan perempuan 20 orang (60%). Rata-rata nilai depresi pada sebelum dilakukan slow stroke back massage 28,24 dan sesudah dilakukan slow stroke back massage rata-rata nilai depresi 22,40. Ada pengaruh nilai depresi sebelum dan sesudah dilakukan slow stroke back massage ( $p$  value<0.001). Slow stroke back massage dapat menurunkan depresi pada pasien pasca stroke Di RSHD Kota Bengkulu.

Kata kunci; depresi; pasca stroke; *slow stroke back massage*

## **PENDAHULUAN**

Penyakit tidak menular (PTM) salah satunya adalah penyakit kardiovaskular yang merupakan penyebab kematian terbesar pada populasi manusia usia 65 tahun keatas dengan jumlah kematian lebih banyak dinegara berkembang terutama penyakit stroke yang menjadi penyebab kematian ke dua di dunia setelah penyakit jantung iskemik (WHO, 2016). Penyakit stroke adalah suatu kondisi yang terjadi ketika pasokan darah ke suatu bagian otak tiba-tiba terganggu, karena sebagian sel-sel otak mengalami kematian akibat gangguan aliran darah karena sumbatan atau pecahnya pembuluh darah otak (Wardhani & Santi, 2015).

Institute for Health Metrics and Evaluation (2017) menyatakan di Indonesia stroke merupakan penyebab kematian pertama diikuti penyakit jantung iskemik dan diabetes. Berdasarkan diagnosa dokter angka kejadian stroke di Indonesia sebesar 10,9 % per 1000 penduduk. Dengan angka kejadian tertinggi di Kalimantan Timur sebesar 14,7 % per 1000 penduduk. Sumatra penderita stroke terbesar berada di Sumatra Barat sebesar 10,8 % per 1000 penduduk dan wilayah Bengkulu sebesar 10,4 % per 1000 penduduk, angka kejadian tersebut meningkat seiring dengan bertambahnya umur dimana kasus tertinggi berada pada umur  $\geq 75$  tahun (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan survey awal di ruang Poliklinik Saraf RSHD Kota Bengkulu didapatkan tahun 2018 berjumlah 232 orang dan pada tahun 2019 bulan Januari - September berjumlah 201 orang yang terdaftar sebagai pasien pasca stroke rawat jalan.

Kondisi pasien pasca stroke pada umumnya sangat beragam, bisa pulih sempurna, bisa sembuh dengan gejala sisa ringan, sedang, dan berat yang dapat berlangsung 3-6 bulan bahkan sampai bertahun-tahun. Faktor utama yang dapat menghambat penyembuhan fungsi neurologi dan aktivitas harian pada pasien stroke adalah depresi yang timbul pasca stroke dengan angka kejadian bervariasi 20% - 65% penderita.

Depresi merupakan gangguan mental yang ditandai dengan munculnya gejala penurunan mood, kehilangan minat terhadap sesuatu, perasaan bersalah, gangguan tidur atau nafsu makan, kehilangan energi, dan penurunan konsentrasi (Susilowati, 2014). Untuk menurunkan depresi dapat diberikan terapi komplementer yang dapat memperbaiki peredaran darah, merilekskan ketegangan pada otot-otot, mengurangi nyeri dan meningkatkan relaksasi fisik serta psikologis yaitu Slow Stroke Back Massage (Aliabadi S., 2017). Penilaian depresi pasca stroke bisa menggunakan Beck Depression Inventory II yang merupakan standar baku alat ukur yang ditetapkan oleh Aaron Beck dimana juga telah di uji kembali nilai validitas dan reliabilitasnya di Indonesia oleh Henndy Ginting, Wilis Sriyasekti pada tahun 2012. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap penurunan depresi pada pasien pasca stroke di Poli Saraf RSHD Kota Bengkulu.

## METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian pre experiment (pre-test and post-test one group design). Metode ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Slow Stroke Back Massage (SSBM) terhadap penurunan depresi pada pasien pasca stroke. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 25 responden yang akan diberikan Slow Stroke Back Massage. Pengambilan data terdiri dari data primer berupa status depresi yang dikumpulkan dengan cara mengukur penurunan depresi menggunakan lembar penilaian Beck Depression Inventory (BDI) II. Pengukuran status depresi dilakukan sebelum diberikan SSBM. SSBM dilakukan selama 10 menit. Data sekunder diperoleh dari lembar pengumpulan data.

Analisis univariat pada penelitian ini untuk melihat nilai mean, median, nilai minimal dan maksimal dan standar deviasi serta 95% confidence interval (CI) for mean berdasarkan umur, jenis kelamin, dan pekerjaan sebelum dan sesudah dilakukannya slow stroke back massage bagi pasien pasca stroke.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi Rata-Rata Depresi Responden Sebelum dan Sesudah dilakukan Slow Stroke Back Massage

Tabel 1 Distribusi Rata-Rata Depresi Responden

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min-Maks
Sebelum dilakukan SSBM	25	28,24	29,00	2,437	22-30
Sesudah dilakukan SSBM	25	22,40	24,00	3,500	16-27

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata depresi sebelum dilakukan SSBM adalah 28,24 dengan median 29,00, standar deviasi 2,437. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata depresi 27,23-29,25. Rata-rata depresi sesudah dilakukan SSBM adalah 22,40 dengan median 24,00, dan standar deviasi 3,500. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata depresi 20,96-23,84.

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	N	%
Jenis Kelamin		
Laki – laki	10	40
Perempuan	15	60
Umur (Tahun)		
43	1	4
47	1	4
53	4	16
54	1	4
55	2	8
56	4	16
57	1	4
60	3	12
63	1	4
64	1	4
65	3	12
69	2	8
70	1	4
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	18	72
Bekerja	7	28
Jumlah	25	100

Tabel 2 menggambarkan karakteristik responden berdasarkan umur terbanyak pada usia 53 tahun sebanyak 4 orang dengan persentase 16% dan usia 56 tahun sebanyak 4 orang (16%), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan persentase 60%, dan sebagian besar responden adalah tidak bekerja (72%).

Tabel 3 Perbedaan Selisih Penurunan Depresi Sebelum dan Sesudah Diberikan SSBM

Mean	SD	Std. Er or Mean	CI for mean 95%	P Value
5.840	3.105	0,621	4.558-7.122	<0,001Z

*Statistik signifikan (nilai p a ≤0,05) diperoleh melalui uji paired sample t-test*

Tabel 3 menunjukkan setelah dilakukan Slow Stroke Back Massage pada pasien pasca stroke didapatkan nilai mean 5.840 dengan hasil analisis *p value* 0,000 < 0,05, maka  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap penurunan depresi pada pasien pasca stroke di Rumah Sakit Harapan dan Doa Kota Bengkulu.

### Gambaran Karakteristik Responden

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa jumlah usia responden terbanyak yaitu 53 tahun dan 56 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Asmawati (2013) yang menyebutkan bahwa prevalensi usia responden yang mengalami depresi terbanyak adalah pada usia < 60 tahun dengan persentase 58,3%. Depresi pasca stroke banyak terjadi pada usia ini karena beberapa faktor seperti faktor fisik, hormonal, psikologis, dan hubungan sosial.

Penelitian Khomsiatun, (2015) yang juga mendukung penelitian sebelumnya didapatkan sebagian besar usia responden pada usia 45-59 tahun (61,9%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti faktor yang menjadikan seperti itu karena pasien yang biasanya produktif dan mampu melakukan kegiatan sendiri tiba-tiba sakit terjadi kecacatan yang dapat menjadikan pasien lebih tergantung terhadap orang lain.

Jenis kelamin responden tertinggi pada penelitian ini adalah perempuan sebanyak 15 orang (60%). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wibowo (2015) yang menyebutkan bahwa jenis kelamin responden terbanyak adalah perempuan sebanyak 19 responden (52,8%). Hasil yang sama juga diperoleh dari penelitian Wong (2010) bahwa jenis kelamin responden terbanyak adalah perempuan sebesar 19 orang dengan persentase 52,8% dimana sedikit lebih besarnya responden perempuan yang mengalami depresi pasca stroke biasanya disebabkan karena faktor emosional perempuan lebih tinggi dibanding dengan laki-laki serta mekanisme coping perempuan yang biasanya lebih buruk dibanding laki-laki terhadap tekanan atau stressor.

Pekerjaan responden terbanyak pada penelitian ini adalah tidak bekerja, pada kelompok perlakuan sebanyak 18 responden (72%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lubis (2010) yang menyebutkan sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 18 responden dengan persentase 50%. Depresi timbul akibat ketidakmampuan untuk berhubungan interpersonal dan sebagai akibat penolakan. Seseorang yang tidak bekerja akan mengalami depresi karena hal-hal dalam pengobatan tidak terlepas dengan biaya yang biasa diperoleh dengan bekerja.

Penelitian Vika et al., (2018) didapatkan sebagian besar (56,0%) responden yang sudah tidak bekerja. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti faktor yang menjadikan pasien seperti itu adalah biasanya pasien aktif beraktivitas dan setelah sakit pasien sudah tidak bekerja dan menjadi lebih bergantung dengan orang lain.

### **Gambaran Depresi Responden Sebelum dan Sesudah Dilakukan Slow Stroke Back Massage**

Rata-rata depresi sebelum dilakukan SSBM adalah 28,24 dengan standar deviasi 0,504. Depresi adalah gangguan atau kelainan yang mengenai pikiran, perasaan dan kemampuan untuk berfungsi di dalam kehidupan sehari-hari. Depresi pasca stroke merupakan faktor utama yang dapat menghambat penyembuhan fungsi neurologi dan aktivitas harian pada pasien stroke, dan berhubungan dengan peningkatan mortalitas (Susilowati, 2014).

Kring (2009) pada umumnya besarnya responden perempuan yang mengalami depresi pasca stroke biasanya disebabkan karena faktor emosional perempuan lebih tinggi dibanding dengan laki-laki serta mekanisme coping perempuan yang biasanya lebih buruk dibanding laki-laki terhadap tekanan atau stressor. Penyebab lainnya depresi karena ketidakmampuan melakukan fungsi-fungsi fisik tertentu, seperti menggerakkan anggota tubuh bagian tertentu, sehingga merasa tidak mampu atau tidak berdaya.

Rata-rata depresi sesudah dilakukan SSBM adalah 22,40 dengan standar deviasi 3,500. Hasil ini sama dengan penelitian sebelumnya, Wibowo (2015) mengenai terjadinya perubahan penurunan depresi sebelum diberikan *Slow Stroke Back Massage* 36 responden dengan depresi ringan 13 orang, 23 responden mengalami depresi sedang, dan setelah dilakukan *Slow Stroke Back Massage* didapatkan hasil 12 responden tidak depresi, 22 responden mengalami depresi ringan dan 2 responden mengalami depresi sedang. Terjadi perubahan pada depresi pasien pasca stroke yakni dengan adanya penurunan depresi. Ada

pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap penurunan depresi setelah dilakukan Slow Stroke Back Massage.

Pemberian Slow Stroke Back Massage dapat memperbaiki peredaran darah, merileksasikan ketegangan pada otot-otot, mengurangi nyeri dan meningkatkan relaksasi fisik serta psikologis. Secara patofisiologi SSBM menimbulkan kontraksi dinding kapiler sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah kapiler dan pembuluh getah bening, memperlancar aliran oksigen dalam darah, pembuangan metabolisme semakin lancar sehingga memacu hormon endorfin sehingga memberi rasa nyaman, merangsang saraf reseptor saraf sensorik menuju ke sistem saraf pusat dan apabila mengenai impuls bagian kelabu pada otak tengah (periaqueductus) kemudian dari periaqueductus ini disampaikan ke hipotalamus, dari hipotalamus inilah melalui saraf desenden hormon endorfin dikeluarkan sehingga menimbulkan rasa rileks (Aliabadi S., 2017). Dalam penelitian ini diberikan slow stroke back massage pada responden pasca stroke. Dimana diberikan slow stroke back massage selama 10 menit dalam 1 hari selama 3 hari.

### **Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap Penurunan Depresi pada Pasien Pasca Stroke**

Untuk melihat adanya pengaruh dari terapi yang telah diberikan dilakukan uji statistik. Hasil uji statistik menggunakan uji paired sample t-test didapatkan nilai mean 5.840 dengan hasil analisis *p value*  $0,000 < 0,05$ , maka  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap penurunan depresi pada pasien pasca stroke di Rumah Sakit Harapan dan Doa Kota Bengkulu.

Perbedaan rata-rata depresi sebelum dan sesudah dilakukan Slow Stroke Back Massage adalah 74,07 dengan *p value*  $< 0,001$  yang berarti ada pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap penurunan depresi pada pasien pasca stroke. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wibowo (2015) tentang pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap penurunan depresi pada penderita pasca stroke iskemik yang menunjukkan nilai signifikan 0,000.

*Slow Stroke Back Massage* (SSBM) adalah salah satu stimulasi kulit dengan usapan perlahan di daerah punggung selama 3-10 menit yang dapat mengurangi nyeri dan ketegangan otot (Wong, 2010). Masase punggung ini dapat memperbaiki peredaran darah, merileksasikan ketegangan pada otot-otot, mengurangi nyeri dan meningkatkan relaksasi fisik serta psikologis. Secara patofisiologi SSBM menimbulkan kontraksi dinding kapiler sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah kapiler dan pembuluh getah bening, memperlancar aliran oksigen dalam darah, pembuangan metabolisme semakin lancar sehingga memacu hormon endorfin sehingga memberi rasa nyaman, merangsang saraf reseptor saraf sensorik menuju ke sistem saraf pusat dan apabila mengenai impuls bagian kelabu pada otak tengah (periaqueductus) kemudian dari periaqueductus ini disampaikan ke hipotalamus, dari hipotalamus inilah melalui saraf desenden hormon endorfin dikeluarkan sehingga menimbulkan rasa rileks (Aliabadi S., 2017).

Depresi pasca stroke merupakan faktor utama yang dapat menghambat penyembuhan fungsi neurologi dan aktivitas harian pada pasien stroke, dan berhubungan dengan peningkatan angka kematian (Susilowati, 2014). Maka dari itu, sangat diperlukan tindakan oleh tenaga kesehatan untuk mengatasi masalah tersebut, salah satunya yaitu dengan memberikan terapi nonfarmakologis terapi massage. Sehingga pasien pasca stroke dapat menurunkan depresinya dan meningkatkan harga dirinya.

Hasil penelitian ini membuktikan ada pengaruh yang signifikan pemberian slow stroke back massage terhadap penurunan depresi pada pasien pasca stroke

di RSHD Kota Bengkulu. Keberhasilan terapi yang dilakukan disebabkan karena penerapan slow stroke back massage berjalan dengan baik dan dilakukan sesuai dengan petunjuk pelaksanaan terapi. Keberhasilan juga didukung oleh sikap kooperatif pasien yang mengikuti bimbingan perawat dengan baik. Keberhasilan penerapan slow stroke back massage memberikan dampak positif terhadap penurunan depresi pasien pasca stroke. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa slow stroke back massage efektif digunakan untuk menurunkan depresi pasien pasca stroke. Hal ini berimplikasi bahwa slow stroke back massage dapat dijadikan sebagai alternatif terapi yang dapat digunakan untuk penanganan depresi pada pasien pasca stroke. Studi menunjukkan bahwa Slow stroke back massage efektif menurunkan depresi pasca stroke.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wibowo (2015) menunjukkan slow stroke back massage terbukti efektif dalam menurunkan depresi pasca stroke iskemik setelah diberikan tindakan slow stroke back massage selama 3 hari dengan menunjukkan nilai  $p$  value  $< 0,001$  yang berarti ada pengaruh yang signifikan pada pemberian slow stroke back massage terhadap penurunan depresi pada penderita pasca stroke iskemik di Puskesmas Kartasura Sukoharjo Tahun 2015. Tata laksana pasien stroke untuk mengurangi depresi dapat dilakukan back massage secara teratur. Keterbatasan penelitian ini yaitu adanya variable lain di luar variable yang diteliti yang dapat mempengaruhi hasil penelitian.

## **PENUTUP**

Sebagian besar responden berumur 53 tahun dan 56 tahun dengan masing-masing persentase 16%. Pada jenis kelamin terbanyak pada perempuan sebanyak 15 orang (60%), dan pekerjaan responden sebagian besar tidak bekerja sebanyak 18 orang (72%). Rata-rata depresi pada pasien pasca stroke sebelum diberikan Slow Stroke Back Massage adalah 28,24, dan setelah diberikan Slow Stroke Back Massage adalah 22,40. Tingkat depresi sebelum diberikan Slow Stroke Back Massage dan setelah diberikan Slow Stroke Back Massage menunjukkan nilai  $p$  value  $(0,000) < 0,05$  dapat disimpulkan ada pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap penurunan depresi pada pasien pasca stroke. Diharapkan keluarga pasien yang telah diajarkan cara melakukan slow stroke back massage mampu mengaplikasikan terapi tersebut secara mandiri terhadap anggota keluarga.

## **REFERENCE**

- Aliabadi S. (2017). Sleep Quality and Its Contributing factors Among Elderly People: A Descriptive-Analytical Study. *modern care journal*, 14.
- Asmawati, R. & N. (2013). Hubungan Usia dan Lamanya Menderita Stroke Dengan Kejadian Depresi Pasca Stroke di Poli Saraf RSUD Mataram. *Jurnal Kesehatan Prima*, 3 No.1.
- Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME). (2017). Indonesian Life Expectation. <http://www.healthdata.org/indonesia>
- Kemkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS. Balitbang Kemkes RI.
- Khomsiatun, Saparwati M., C. Z. (2015). Hubungan Status Fungsional Terhadap Depresi Pada Pasien Stroke di Ruang Fisioterapi di RSUD Wilayah Kabupaten Semarang. <http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/4844.pdf>
- Kring. (2009). *PSIKOLOGI ABNORMAL*. PT Raja Grafindo Persaja.
- Lubis, N. L. (2010). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Kencana Prenada Media Group.

- Susilowati A., Ratep N, P. K. (2014). Depresi Pasca Stroke; Diagnosis Dan Tatalaksana Cermin Dunia Kedokteran. 41, 901–905.
- Vika, W. N., Syarifah, A. S., & Ratnawati, M. (2018). HUBUNGAN STATUS FUNGSIONAL DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN STROKE DI RUANG FLAMBOYAN RSUD JOMBANG. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*. <https://doi.org/10.33023/jikeb.v4i1.156>
- Wardhani, I.O, & Santi, M. (2015). Hubungan Antara Karakteristik Pasien Stroke dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Menjalani Rehabilitasi. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. 3, 24–34.
- Wibowo, T. A. (2015). Slow Stroke Back Massage Terhadap Penurunan Depresi pada Penderita Pasca Stroke Iskemik. *Jurnal Ilmiah Sehat Bebaya*, 1 no. 2.
- Wong, A. (2010). Neuropathology of pasca-stroke depression: Possible role of inflammatory molecules and indolamine 2,3 dioxygenase. [//tspace.library.utoronto.ca/](http://tspace.library.utoronto.ca/)
- World Health Organization (WHO). (2016). Stroke, Cerebrovascular accident. [http://www.who.int/topics/cerebrovascular\\_accident/en/](http://www.who.int/topics/cerebrovascular_accident/en/)