

**PENERAPAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* DALAM PEMENUHAN RASA
NYAMAN NYERI PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI GRIYA LANSIA
CIPARAY**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Ners pada jenjang
Pendidikan Profesi Ners



Disusun Oleh:

Nama : Rehieta Alifia Taofik
NIM : 2411447
Program Studi: Pendidikan Profesi Ners

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
KAMPUS DI SUMEDANG
2025**

**PENERAPAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* DALAM PEMENUHAN RASA
NYAMAN NYERI PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI GRIYA LANSIA
CIPARAY**

Oleh:

Rehieta Alifia Taofik

2411447

Karya tulis ilmiah akhir ners dibuat untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar
Ners pada Program Studi Profesi Ners

©NERS

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

KAMPUS SUMEDANG

MEI 2025

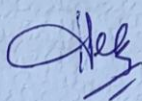
Hak cipta dilindungi undang-undang

Karya tulis ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruh atau sebagian dengan dicetak
ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa ada izin dari peneliti dan Universitas Pendidikan
Indonesia

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah disusun oleh Rehieta Alifia Taofik dengan NIM 2411447, dengan judul “Penerapan *Slow Stroke Back Massage* dalam Pemenuhan Rasa Nyaman Nyeri pada Lansia dengan Hipertensi Di Griya Lansia Ciparay”, telah dipertahankan di depan dewan penguji Program Profesi Ners Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang pada tanggal 27 Mei 2025.

Ketua Penguji,



Delli Yuliana Rahmat M. Kep., Ners.

NIPT. 1920200119840715201

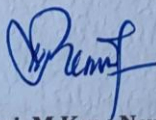
Penguji Anggota,



Dewi Dolifah, M.Kep., Ners.

NIP. 197501202000032001

Mengetahui,
Kaprodik Profesi Ners,



Reni Nurvani, M.Kep., Ners., Sp.Kep.J.

NIP. 198012102008012008

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Rehieta Alifia Taofik

NIM : 2411447

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

Judul KIAN : Penerapan *Slow Stroke Back Massage* dalam Pemenuhan Rasa Nyaman Nyeri pada Lansia dengan Hipertensi Di Griya Lansia Ciparay

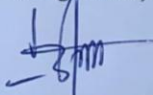
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pendidikan Indonesia Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Penerapan *Slow Stroke Back Massage* dalam Pemenuhan Rasa Nyaman Nyeri pada Lansia dengan Hipertensi Di Griya Lansia Ciparay

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini, Universitas Pendidikan Indonesia berhak menyimpan, mengalih media format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Sumedang, 23 Mei 2025

Pembimbing Utama,



Dewi Dolifah, M.Kep., Ners.

NIP. 197501202000032001

Mahasiswa,



Rehieta Alifia Taofik

NIM 2411447

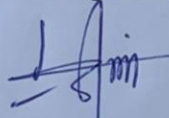
LEMBAR PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah yang berjudul “Penerapan *Slow Stroke Back Massage* dalam Pemenuhan Rasa Nyaman Nyeri pada Lansia dengan Hipertensi Di Griya Lansia Ciparay”, telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing Profesi Ners Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang untuk dipertahankan pada ujian siding KIAN.

Hari, Tanggal : Selasa, 27 Mei 2025
Nama Mahasiswa : Rehieta Alifia Taofik
NIM : 2411447
Peminatan : Keperawatan Keluarga, Komunitas dan Gerontik

Sumedang, 22 Mei 2025

Pembimbing Utama,



Dewi Dolifah, M.Kep., Ners.

NIP. 197501202000032001

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Nama : Rehieta Alifia Taofik

NIM : 2411447

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners

TUGAS AKHIR TERSEBUT DI ATAS TELAH DICEK PLAGIASI OLEH TIM TURNITIN PROGRAM STUDI, DISETUJUI OLEH PEMBIMBING, SERTA DIPERKENANKAN UNTUK DILANJUTKAN PROSES CETAK DAN UNGGAH MANDIRI.

Sumedang, 23 Mei 2025

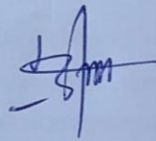
Mengetahui,
Kaprodik Profesi Ners,

Pembimbing Utama,



Reni Nurvani, M.Kep., Ners., Sp.Kep.J.

NIP. 198012102008012008



Dewi Dolifah, M.Kep., Ners.

NIP. 197501202000032001

Mahasiswa,



Rehieta Alifia Taofik

NIM. 2411447

ABSTRAK

Latar Belakang: Lansia dengan hipertensi rentan mengalami gangguan istirahat akibat tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dan perubahan fisiologis terkait usia. *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) merupakan salah satu intervensi non-farmakologis yang terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kualitas tidur. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi penerapan SSBM dalam memenuhi kebutuhan istirahat pada lansia dengan hipertensi di Griya Lansia Ciparay. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif studi kasus dengan prinsip *Evidence-Based Practice* (EBP). Metode yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan. Subjek penelitian adalah satu lansia berusia 70 tahun dengan keluhan nyeri kepala dan gangguan tidur, serta tekanan darah awal 150/90 mmHg. Intervensi dilakukan selama lima hari berturut-turut dengan pemberian SSBM selama 10–15 menit setiap hari. Hasil menunjukkan adanya penurunan bertahap tekanan darah hingga mencapai 120/80 mmHg pada hari kelima, berkurangnya keluhan nyeri kepala, dan peningkatan kualitas tidur, ditandai dengan tidur nyenyak tanpa terbangun di malam hari. Evaluasi menunjukkan bahwa pasien tampak lebih segar, aktif, dan tidak lagi mengalami gangguan istirahat maupun risiko jatuh. Kesimpulannya, terapi SSBM efektif sebagai pendekatan keperawatan non-farmakologis dalam membantu pemenuhan kebutuhan istirahat dan pengendalian tekanan darah pada lansia hipertensi, serta direkomendasikan untuk diimplementasikan secara rutin dalam pelayanan keperawatan gerontik.

Kata Kunci: hipertensi, lansia, nyaman nyeri, *slow stroke back massage*

ABSTRACT

Background: *Elderly with hypertension are susceptible to sleep disturbances due to uncontrolled high blood pressure and age-related physiological changes. Slow Stroke Back Massage (SSBM) is one of the non-pharmacological interventions that has been proven effective in lowering blood pressure and improving sleep quality. The purpose of this study was to evaluate the implementation of SSBM in meeting the rest needs of elderly with hypertension at Griya Lansia Ciparay.*

Objective: *This study used a descriptive qualitative case study approach with the Evidence-Based Practice (EBP) principle.*

Method: *The method used is a descriptive case study with a housing approach. The subject of the study was a 70- year-old elderly with complaints of headaches and sleep disturbances, and an initial blood pressure of 150/90 mmHg. The intervention was carried out for five consecutive days with SSBM given for 10–15 minutes every day.*

Results: *The results showed a gradual decrease in blood pressure to 120/80 mmHg on the fifth day, reduced complaints of headaches, and improved sleep quality, characterized by deep sleep without waking up at night. The evaluation showed that the patient looked fresher, more active, and no longer experienced sleep disturbances or the risk of falling.*

Conclusion: *The conclusion of this study is SSBM therapy is effective as a non-pharmacological nursing approach in helping to fulfill the need for rest and control blood pressure in elderly hypertensive patients, and is recommended for routine implementation in geriatric nursing services.*

Keywords: *hypertension, elderly, comfortable pain, slow stroke back massage*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	iError! Bookmark not defined.
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI..ii	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	Error! Bookmark not defined.v
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
1.1. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
1.2. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II KONSEP ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK DENGAN HIPERTENSI	Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Lansia.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Konsep Hipertensi.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Konsep Asuhan Keperawatan Gerontik dengan Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
2.4 Konsep <i>Slow Stroke Back Massage</i> (SSBM)	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Jenis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.3 Subyek Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.4 Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.5 Cara Kerja Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.

3.7	Teknik Analisa Data	Error! Bookmark not defined.
3.8	Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
4.1	Hasil	24
4.2	Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN.....		Error! Bookmark not defined.
5.1.	Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA.....		14

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Faktor Risiko Penyebab Terjadinya Hipertensi.....	7
Tabel 2 Klasifikasi Hipertensi.....	7
Tabel 3 Patofisiologi	8

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SOP.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Dokumentasi Asuhan Keperawatan Kelolaan kasus Lengkap	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Surat Keterangan Lolos Uji Etik	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Lembar <i>Informed Consent</i>	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Foto Kegiatan Kelolaan Kasus	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Lembar Bimbingan.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Hail Uji Turnitin	73
Lampiran 8 Manuskrip Jurnal	74

DAFTAR PUSTAKA

- Adibah. (2019). Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Pada Pasien Hipertensi Emergensi dengan Masalah Keperawatan Nyeri (Kepala) Di Ruang ICU IGD Rumkital dr. Ramelan Surabaya.
- Asnawi, A. (2018). Produktivitas Rakyat dan Daya Saing Indonesia di Pasar Internasional Sebagai Upaya Mendukung Tercapainya Pembangunan Nasional. *Jurnal Ilmiah Administrasi Bisnis Dan Inovasi*, 2(1), 195-208.
- Azizah, R., & Hartanti, R. D. (2016). Hubungan antara tingkat stress dengan kualitas hidup lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. *urnal University Reseach Coloquium*, 26178.
- Brunner, & Suddarth. (2015). In 1. e. EGC., *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta.
- Budiantoro. (2019). Hubungan Pola Tidur dengan Indeks Massa Tubuh Pada Anak Usia Sekolah Dasar (6-11) Tahun SD Islam At-Taqwa Rawangun Jakarta Timur. *Afiat*, 2(1), 1–43. .
- Faridah, U. &. (2019). Pengaruh pijat refleksi kaki dengan metodemanual terhadap tekanan darah penderita hipertensi di wilayah Karangrejo Timur Wonokromo Surabaya. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, vol.7, no.2.
- Fatimah, M., & Punjastuti, B. (2020). Pengaruh *slow stroke back massage* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi: Literature review. *urnal Kesehatan Madani Medika (JKMM)*, 11(2), 167-175.
- Febriani, E., & Oktaviani, A. S. (2020). Efektivitas *Slow Stroke Back Massage* Untuk Hipertensi Pada Ibu Nifas Di RSUD Cilacap. *Wijayakusuma Prosiding Seminar Nasional.*, 72-79.
- Hamzah, A. K. (2019). The Correlation of Age, Gender, Heredity, Smoking Habit, Obesity, and Salt Consumption with Hypertension Grade in Cirebon, Indonesia. *GHMJ (Global Health Management Journal)*, 3(3), 138.
- Istiqomah. (2018). Relaksasi dan Terapi Musik terhadap Tekanan Darah pada Hipertensi Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang. *Prosiding Seminar Nasional Mahasiswa Unimus*, Vol 1.

- Jayawardhana, A. (2018). Efektifitas *slow stroke back massage* terhadap lansia dengan hipertensi. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 1.1 (2018): 48-57.
- Kemenkes. (2021). Laporan Nasional Riskesdas. *Riskesdas 2021*.
- Mahmudah, R. &. (2021). *Slow Stroke Back Massage (Ssbm) Therapy for Reducing Blood Pressure in Hypertension Patients : Narrative Review. International Conference on Health and Science.*, 488–496.
- Maulidina, F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas JatiLuhur Bekasi Tahun 2018. . *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*., 4:149–55.
- PipitSeptiari, & DyahRestuning. (2017). Pengaruh Terapi *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Derajat 1 Di Panti Wreda Omega Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 1(1), 18-25.
- Retnaningsih, D., & Larasati, N. (2021). Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi dengan metode pendidikan kesehatan di lingkungan masyarakat. *Community Development Journal*, 2(2), 378-382.
- Rohmawati, W., & hartati, L. (2019). Stimulasi Kutaneus *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Nyeri Dismenorea Primer Di Klaten. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(2), 109-121.
- Siregar, T., & Risha, A. (2018). Hubungan Lama Terpasang Infus Dengan Kualitas Tidur Anak Di Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Kota Depok. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, 5(19) 31-37.
- Statistik., B. P. (2023). Statistik penduduk lanjut usia. *Badan Pusat Statistik*.
- Zahrani, S. (2022). Penerapan Teknik *Slow Stroke Back Massage* Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Ruang Internal Rumah Sakir Dr Achmad Mochtar Bukittinggi Tahun 2021. (*Doctoral dissertation, Universitas Perintis Indonesia*).