

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, R. (2016). *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Endokrin*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Amin, M. (2009). *Pengaruh Latihan Fisik terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arimbi, H. D. (2021). *Strategi Pencegahan Hipertensi melalui Edukasi Keluarga*.
- Asih, N. K. (2014). Pengaruh Pijat Punggung terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(1), 45-51.
- Bayhakki. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- Aspiani, D., Fitriani, L., & Hidayat, R. (2016). Pengaruh Back Massage terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 15–22.
- Doenges, M. E., Moorhouse, M. F., & Murr, A. C. (2015). *Rencana Asuhan Keperawatan: Pedoman untuk Perencanaan dan Pendokumentasian Perawatan Pasien* (ed. 6). Jakarta: EGC.
- Field, T. (2016). Massage Therapy Research Review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 24, 19–31. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2016.04.005>
- Gunawan, I., Purwaningsih, E., & Rahayu, T. (2019). *Terapi Pijat Punggung terhadap Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sukoharjo*. *Jurnal Ilmiah*, 6(2), 15–22.
- Fitriyani, N. L., & Kurniawati, D. (2019). Efektivitas Pijat Punggung terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 10(2).
- Halawa, d. (2023). *Asuhan Keperawatan Medikal Bedah*. Medan: Poltekkes Kemenkes Medan.
- Hartati, S. (2022). *Evaluasi tindakan keperawatan*. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6 (2), 115–122.
- Depkes RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Julianty, S., Pradono, J., & Wulandari, L. (2020). Faktor Risiko Hipertensi pada Usia Produktif. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 48(1), 15–24.
- Kemenkes RI. (2021). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi*. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular.
- Kemenkes RI. (2025). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2025 (Prakiraan)*.

Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. (2015). *Fundamentals of Nursing: Concepts, Process, and Practice* (8th ed.). Jakarta: EGC.
- Mansouri, A., Rezazadeh, A., & Ghaemmaghmi, M. (2023). The Effect of Therapeutic Massage on Hypertension: A Meta-Analysis. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 29(1), 13–21.
- Mubarak, W. I., & Chayatin, N. (2015). *Ilmu Keperawatan Komunitas: Konsep dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nazari, R., Alghadir, A. H., & Letafatkar, A. (2015). The Effect of Massage Therapy on Hypertension: A Systematic Review. *Journal of Human Hypertension*, 29(2), 105–112.
- Noviana, R. (2023). *Penerapan slow back massage untuk mengurangi kelelahan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11 (1), 50–56.
- Nugroho, T. (2020). *Keperawatan Geriatri: Pendekatan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pangkey, R. (2021). Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Minum Obat pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 45–50.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). *Fundamental of Nursing*. Jakarta: EGC.
- Purwaningsih, E., & Septianingrum, R. (2018). Pengaruh Back Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 35-40.
- Rahmawati, A. (2019). Peran Pijat Punggung dalam Menurunkan Tekanan Darah. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 7(1), 88–93.
- Riyadina, W. (2021). Hipertensi sebagai Ancaman Kesehatan Global. *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*, 1(1), 17–23.
- Saferi, A. W. (2019). Terapi Nonfarmakologis pada Pasien Hipertensi: Pendekatan Komplementer. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 7(1), 29–36.
- Sakti, A. D. (2022). Efektivitas Back Massage terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 55–61.
- Shandy, D. &. (2019). *Terapi pijat sebagai pendekatan nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri dan kelelahan*. *Jurnal Terapi Komplementer*, 5 (2), 88–93.
- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2010). *Buku Ajar Medikal Bedah Brunner & Suddarth*. Jakarta: EGC.

Sukarenda, A. (2017). *Pengaruh terapi pijat terhadap sistem peredaran darah. Jurnal Kesehatan*, 9(1), 12–18.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI)*. Jakarta: DPP PPNI.

Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey, D. E., Collins, K. J., Himmelfarb, C. D., ... & Wright, J. T. (2020). Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines. *Hypertension*, 71(6), e13–e115. <https://doi.org/10.1161/HYP.0000000000000065>

Yuliarti, N. (2015). *Teknik Pijat dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Fitramaya.

Zakaria, R., Ahmad, S., & Jusoh, N. (2020). Traditional Malay Massage Therapy for the Treatment of Hypertension. *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 10(4), 368–374.

Lampiran 1

SURAT IZIN STUDI PENDAHULUAN



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
UPTD KHUSUS RSU. HAJI MEDAN
Jalan Rumah Sakit H. Nomor 47, Deli Serdang, Kode Pos 20371
Telepon (061) 6619520
Pos-el rsuhajimedan@gmail.com, Laman rsuhajimedan.sumutprov.go.id

Medan, 05 Juni 2025

Nomor : 334/PSDM/RSUHM/VI/2025
Lamp : --
Hal. : Izin Survey Awal

Kepada Yth :
Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
di,-
Tempat.

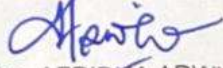
Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Menindak lanjuti surat/ nota dinas saudara/i nomor: KH.03.01/F.XXII.11/939.b/2025
Tanggal 03 Juni 2025 tentang izin untuk Survey Awal di UPTDK Rumah Sakit Umum
Haji Medan, a.n:

No	Nama	NPM	Judul
1.	Delpina Panjaitan	P07120624019	Penerapan Pijat Punggung Terhadap Skor Kelelahan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di RSU Haji Medan

Bersama ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami dapat menyetujui dilaksanakan kegiatan tersebut, semoga dapat dilaksanakan dengan baik.

Demikian disampaikan, atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalam,
Ka. Bagian PSDM
UPTD. Khusus RSU. Haji Medan

drg. AFRIDHA ARWI
NIP. 19770403 200604 2 012

 Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 2

SURAT BALASAN PENELITIAN



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
UPTD KHUSUS RSU. HAJI MEDAN

Jalan Rumah Sakit H. Nomor 47, Deli Serdang, Kode Pos 20371
Telepon (061) 6619520
Pos-el rsuhajimedan@gmail.com, Laman rsuhajimedan.sumutprov.go.id

Medan, 10 Juni 2025

Nomor : 350/PSDM/RSUHM/VI/2025
Lamp : --
Hal. : Izin Penelitian

Kepada Yth :
Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
di,-
Tempat.

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

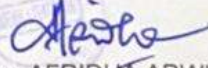
Menindak lanjuti surat/ nota dinas saudara/i nomor: KH.03.01/F.XXII.11/956.d/2025
Tanggal 05 Juni 2025 tentang izin untuk Penelitian di UPTDK Rumah Sakit Umum
Haji Medan, a.n:

No	Nama	NPM	Judul
1.	Delpina Panjaitan	P07120624013	Penerapan Pijat Punggung terhadap Skor Kelelahan pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di RSU Haji Medan

Bersama ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami dapat menyetujui dilaksanakan kegiatan tersebut, semoga dapat dilaksanakan dengan baik.

Demikian disampaikan, atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalam,
Ka. Bagian PSDM
UPTD. Khusus RSU. Haji Medan


drg. AFRIDHA ARWI
NIP. 19770403 200604 2 012

Lampiran 3

ETICAL CLEARANCE



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.2307/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Delpina Panjaitan
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan
keperawatan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"PENERAPAN PIJAT PUNGGUNG TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI
DI RUANG JABAL RAHMAH RSU HAJI MEDAN"**

*"THE IMPLEMENTATION OF BACK MASSAGE IN REDUCING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSIVE PATIENTS IN
THE JABAL RAHMAH WARD AT RSU HAJI MEDAN"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 08 Oktober 2025 sampai dengan tanggal 08 Oktober 2026.

This declaration of ethics applies during the period October 08, 2025 until October 08, 2026.
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 4

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

No. HP :

Setelah mendapat penjelasan dari peneliti mengenai situasi kasus yang berjudul “Penerapan Pijat Punggung Terhadap Skor Kelelahan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis di RSUD Haji Medan” maka dengan ini saya secara sukarela dan tanpa paksaan menyatakan bersedia ikut serta dalam studi kasus tersebut.

Medan, Juni 2025

(_____)

Lampiran 5

		STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PIJAT PUNGGUNG			
		POLTEKKES KEMENKES MEDAN			
	DATA	PENILAIAN			KETERANGAN
DEFENISI	Pijat punggung adalah suatu gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan tangan melekat pada bagian-bagian tubuh yang dipijat dengan ringan dan menenangkan	0	1	2	
TUJUAN	1. Melancarkan sirkulasi darah 2. Menurunkan ketegangan otot 3. Menurunkan respon nyeri punggung				
INDIKASI	Klien dengan gangguan rasa nyaman nyeri pada punggung				
KONTRAINDIKASI	1. Nyeri pada daerah yang akan dilakukan pemijatan 2. Luka pada daerah yang akan dilakukan pemijatan 3. Gangguan atau penyakit kulit 4. Jangan melakukan pemijatan langsung pada daerah tumor 5. Jangan melakukan masase pada daerah yang mengalami ekimosis atau lebam 6. Hindari melakukan pemijatan pada daerah yang mengalami inflamasi 7. Jangan melakukan pemijatan pada daerah yang mengalami tromboflebitis 8. Hati-hati saat melakukan pemijatan pada daerah yang mengalami				

	gangguan sensasi seperti penurunan sensasi maupun hiperanastesia				
PERSIAPAN ALAT DAN BAHAN	1. Minyak untuk pijatan punggung 2. Tisu 3. Handuk mandi besar 4. Satu buah handuk kecil 5. Sebuah bantal dan guling kecil dan selimut				
PERSIAPAN KLIEN	1. Berikan salam, perkenalkan diri anda identifikasi klien dengan memeriksa identitas dengan cermat 2. Jelaskan tentang prosedur yang akan dilakukan, berikan kesempatan kepada klien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien 3. Siapkan peralatan yang diperlukan 4. Atur ventilasi dan sirkulasi udara yang baik 5. Atur posisi klien sehingga merasa aman nyaman				
PROSEDUR	1. Beritahu klien bahwa klien bahwa tindakan akan segera dimulai 2. Periksa tanda-tanda vital klien 3. Posisikan klien dengan posisi pronasi kemudian berbaring dibantal senyaman mungkin, Jika pasien masih bisa untuk duduk berikan posisi berlutut 4. Instruksikan pasien untuk menarik nafas dalam melalui hidung dan mengeluarkan lewat mulut secara perlahan sampai pasien merasa rileks 5. Tuangkan baby oil pada telapak tangan kemudian gosokkan kedua				

	tangan hingga hangat 6. Meremas Bahu Dengan menggunakan tangan bergantian, remas dan kumpulkan kantong daging secara berirama. Oleskan minyak di sekitar bahu dan bersama sisi tulang rusuk, serta bahu itu sendiri, biarkan tangan Anda mengikutikontur  7. Memutar jempol di Pangkal Leher Mulailah dengan gerakan memutar ibu jari pada segitiga berdaging di bagian atas bahu dan pangkal leher. Periksa apakah tekanan dapat diterima oleh klien  8. Jempol di samping Tulang Belakang Mulai dari pangkal leher, dorong ibu jari Anda secara bergantian di sepanjang alur di samping tulang belakang secara singkat, Lakukan pemijatan sejauh bagian tengah punggung  9. Bekerja di bawah Rim of the				
--	---	--	--	--	--

Blade

Dengan satu tangan di bawah bahu, gunakan jari-jari tangan lainnya untuk bekerja di sekitar tulang belikat. Mulai dari bagian atas bahu, berjalan perlahan ke tepi bagian dalam bahu, mendorong dengan kuat. Ulangi beberapa kali



10. Menekan Flat Blade

Sekarang gunakan ujung jari anda untuk menggambarkan lingkaran dalam kecil di bagian datar bahu. Bekerja secara sistematis selama seluruh area beberapa kali



11. Memijat Tulang Belakang

Tulang belakang dari tulang belikat berjalan horizontal dibagian atas, lakukan pemijatan dengan kuat diantara jari-jari dan ibu jari



12. Pemijatan Leher

Pegang otot-otot dipangkal leher diantara jari-jari dan ibu jari Anda. Kemudian pijat leher dengan kuat, kerjakan seluruh area secara menyeluruh



13. **Sacrum dan Lumbar Circling**

Dengan tangan bergantian, lingkari sakrum dan tulang belakang lumbar menggunakan gerakan memijat rata. Bergerak cukup secara luas diseluruh area, goyang panggul anda dari sisi ke sisi saat anda melingkari

14. **Gesekan di sepanjang Tulang Belakang**

Buat lingkaran pendek dalam dengan ibu jari Anda di kedua sisi tulang belakang. Tekan sebentar ke dalam lubang didasar tengkorak, sebelum menyapu ringan kembali ke bawah.



15. **Tekanan Lengan Bawah**

Tempatkan lengan bagian dalam Anda di tengah punggung pasangan Anda. Perlahan tarik mereka terpisah, bawa satu ke leher, yang lain ke pangkal tulang belakang. Ulangi, bekerja secara diagonal di bagian belakang, sehingga satu lengan melewati satu bahu, yang lain dari pantat yang berlawanan. Ulangi, menyilang secara diagonal sebaliknya arah.

	 16. Bersihkan minyak atau lotion pada punggung klien 17. Rapikan klien ke posisi semula 18. Beritahu bahwa tindakan telah selesai 19. Rapikan klien ke posisi semula 20. Beritahu bahwa tindakan telah selesai 21. Rapikan peralatan yang sudah digunakan 22. Cuci tangan				
EVALUASI	1. Evaluasi yang dicapai (penurunan tekanan darah) 2. Beri <i>reinforcement</i> positif pada pasien 3. Kontrak pertemuan selanjutnya 4. Mengakhiri pertemuan dengan baik				
DOKUMENTASI	1. Tanggal atau jam dilakukan tindakan 2. Nama tindakan 3. Respon klien selama tindakan 4. Nama dan paraf perawat				
HAL-HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN	1. Kenyamanan dan kekuatan kondisi fisik klien harus selalu dikaji untuk mengetahui keadaan klien selama prosedur 2. Istirahatkan klien terlebih dahulu setelah dilakukan pijatan punggung selama kurang lebih 1-2 menit 3. Perhatikan kontraindikasi dilakukan tindakan				

Sumber : (Halawa, dkk, 2023)

Lampiran 6

LEMBAR OBSERVASI PENGUKURAN TEKANAN DARAH

Responden	Hari Ke- 1		Hari Ke- 2		Hari Ke- 3	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post

Lampiran 7

DOKUMENTASI



Lampiran 8

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KIAN

Nama : Delpina Panjaitan
 NIM : P07120624019
 Judul Skripsi : Penerapan Pijat Punggung Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien hipertensi Di RSU Haji Medan
 Pembimbing Utama : Sulastri GP Tambunan, S.Kep, Ns, M.Kep
 Pembimbing Pendamping : Juliandi S.Kep.,Ns.,M.Kes

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF		
			Mahasiswa	Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
1	25 Maret 2025	Konsul Judul dan ACC Judul			
2	19 Mei 2025	Konsultasi BAB 1			
3	20 Mei 2025	Revisi BAB 1			
4	21 Mei 2025	ACC BAB 1			
5	25 Mei 2025	Konsultasi BAB 2 dan BAB 3			
6	27 Mei 2025	ACC BAB 2 dan BAB 3 Konsultasi Tulisan dan Penyusunan KIAN			
7	28 Mei 2025	ACC Proposal			
8	11 Juni 2025	Konsultasi BAB IV dan BAB V			
9	12 Juni 2025	Revisi BAB IV dan BAB V			

10	13 Juni 2025	ACC BAB IV, BAB V dan ACC Sidang	lul.	sl	1
11	Senin, 28 Juli 2025	Revisi Karya ilmiah Akhir Ners BAB 2	lul.	sl	1
12	Selasa, 29 Juli 2025	Revisi Karya Ilmiah Akhir Ners BAB 3 & 4	lul.	sl	1
13	Rabu, 30 Juli 2025	Revisi Karya Ilmiah Akhir Ners Penulisan	lul.	sl	1
14	Kamis, 31 Juli 2025	ACC Karya ilmiah Akhir Ners	lul.	sl	1

Medan, 31 Juli 2025

Ketua Program Studi Profesi Ners

(Lestari, S.Kep., Ners., M.Kep)
NIP:198008292002122002

Lampiran 9

CURRICULUM VITAE (CV)



DELPINA PANJAITAN

Mobile Phone : 085830315764

E-mail : delpinapanjaitan33@gmail.com

DATA PRIBADI

1. Nama : DELPINA PANJAITAN
2. Nim : P07120624019
3. Pekerjaan : Mahasiswa
4. Program Studi : Profesi Ners
5. Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
6. Tempat Tanggal Lahir : Batu Kapur, 22 Agustus 2002
7. Jenis Kelamin : Perempuan
8. Agama : Kristen Protestan
9. Alamat :Jln. Bunga Ncole No. 80b, Kemenangan Tani, Kec.
10. Medan Tuntungan, Kota Medan, Sumatera Utara
11. Alamat E-mail : delpinapanjaitan33@gmail.com
12. No Telp/Hp : 085830315764

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. 2008-2014 : SDN 037153 TORNAULI
2. 2014-2017 : SMP N3 SIEMPATNEMPU
3. 2017-2020 : SMA N1 SIEMPATNEMPU
4. 2020-2024 : POLTEKKES KEMENKES MEDAN