

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* MELALUI
ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA LANSIA
HIPERTENSI DENGAN MASALAH GANGGUAN POLA
TIDUR DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN
KEC. PANCUR BATU**



**SHIFA RAHMANIA
P07120624062**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2025**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* MELALUI
ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA LANSIA
HIPERTENSI DENGAN MASALAH GANGGUAN POLA
TIDUR DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN
KEC. PANCUR BATU**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Profesi Ners
Keperawatan



SHIFA RAHMANIA
P07120624062

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2025**

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Shifa Rahmania

Nim : P07120624062

Jurusan : Profesi Ners

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul **"PENERAPAN SLOW STROKE BACK MASSAGE MELALUI ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MASALAH GANGGUAN POLA TIDUR DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC. PANCUR BATU"** ini benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan kaidah ilmiah yang harus di junjung tinggi.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Medan, 11 Juni 2025

Penulis,



Shifa Rahmania
P07120624062

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : PENERAPAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* MELALUI ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MASALAH GANGGUAN POLA TIDUR DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC. PANCUR BATU.

NAMA : SHIFA RAHMANIA

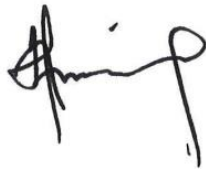
NIM : P07120624062

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji

Medan, 11 Juni 2025

Menyetujui

Pembimbing Utama



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197703162002122001

Pembimbing Pendamping



Dra. Indrawati, S.Kep., Ns., M.Psi
NIP. 196310061983122001

**Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan**



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197703162002122001

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : PENERAPAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* MELALUI
ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA LANSIA
HIPERTENSI DENGAN MASALAH GANGGUAN POLA
TIDUR DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC. PANCUR
BATU.

NAMA : SHIFA RAHMANIA

NIM : P07120624062

Karya Ilmiah Akhir Ners ini Telah di Uji pada Sidang Akhir Program Studi Ners
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia PoltekNIK Kesehatan Medan
Medan, 11 Juni 2025

Menyetujui

Penguji I



Juliana, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197907012002122001

Penguji II



Dr. Johani Dewita, Nasution, SKM, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 196505121990032001

Ketua Penguji



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197703162002122001

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan



Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197703162002122001

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
MEDAN, 17 JULI 2025

SHIFA RAHMANIA
P07120624062

PENERAPAN *SLOW STROKE BACK MASSAGE* MELALUI ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA LANSIA HIPERTENSI DENGAN MASALAH GANGGUAN POLA TIDUR DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC. PANCUR BATU.

V BAB + 103 Halaman + 9 Tabel + 2 Gambar + 11 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi pada lansia sering disertai gangguan pola tidur, seperti sulit tidur dan sering terbangun malam hari, yang dapat memperburuk kualitas hidup dan mengganggu kontrol tekanan darah. Terapi *Slow Stroke Back Massage* merupakan terapi pijatan lembut pada jaringan yang bertujuan memberikan efek relaksasi untuk kesehatan seperti melancarkan sirkulasi darah, menurunkan tekanan darah, menurunkan respon nyeri dan meningkatkan kualitas tidur.

Tujuan: Mengkaji efektivitas penerapan teknik *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) sebagai intervensi keperawatan holistik dalam menurunkan tekanan darah serta memperbaiki kualitas tidur lansia hipertensi di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu.

Metode: Menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan proses asuhan keperawatan melalui penerapan terapi *Slow Stroke Back Massage* selama 10 menit dan dilakukan dalam 3 kali kunjungan.

Hasil: Ny. A mengalami sulit tidur dengan tekanan darah 180/100 mmHg sebelum dilakukan intervensi, setelah dilakukan intervensi selama 3 hari dengan durasi 10 menit klien bisa tidur dengan nyenyak, dan tekanan darahnya menurun hingga 140/85 mmHg dan kecemasan terhadap penyakitnya menurun. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan *Slow Stroke Back Massage* terbukti dapat meningkatkan kualitas tidur pada klien yang mengalami Hipertensi.

Kesimpulan: Teknik SSBM terbukti sebagai intervensi non-farmakologis yang aman, mudah diterapkan, dan efektif dalam menurunkan tekanan darah, meredakan kecemasan dan nyeri, serta memperbaiki pola tidur pada lansia hipertensi. Intervensi ini sangat relevan diterapkan dalam praktik keperawatan gerontik di UPT Puskesmas.

Kata Kunci : Hipertensi, Gangguan Pola Tidur, *Slow Stroke Back Massage*

Daftar Bacaan : 29 (2020-2025)

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
NURSING DEPARTMENT
NURSE PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FINAL PROJECT REPORT**

MEDAN, JULY 17th, 2025

**SHIFA RAHMANIA
P07120624062**

**THE APPLICATION OF SLOW STROKE BACK MASSAGE THROUGH
GERONTIC NURSING CARE IN ELDERLY WITH HYPERTENSION AND
SLEEP PATTERN DISTURBANCE AT TUNTUNGAN TECHNICAL
IMPLEMENTATION UNIT PUBLIC HEALTH CENTER PANCUR BATU SUB-
DISTRICT.**

v Chapters + 103 Pages + 9 Tables + 2 Figures + 11 Appendices

ABSTRACT

Background: Hypertension in the elderly is often accompanied by sleep pattern disturbance, such as difficulty falling asleep and frequent waking during the night, which can worsen quality of life and interfere with blood pressure control. Slow Stroke Back Massage (SSBM) is a gentle tissue massage therapy aimed at providing a relaxation effect for health benefits, such as improving blood circulation, lowering blood pressure, reducing pain response, and improving sleep quality.

Objective: To examine the effectiveness of applying the Slow Stroke Back Massage (SSBM) technique as a holistic nursing intervention in lowering blood pressure and improving sleep quality in elderly patients with hypertension at Tuntungan Technical Implementation Unit Public Health Center. Pancur Batu Sub-district.

Method: A case study method was used, employing a nursing care process approach through the application of the Slow Stroke Back Massage therapy for 10 minutes, performed during 3 visits.

Results: Ms. A experienced difficulty sleeping with a blood pressure of 180/100 mmHg before the intervention. After the 3-day intervention, with a duration of 10 minutes per session, the client was able to sleep soundly, and her blood pressure decreased to 140/85 mmHg. Her anxiety about her illness also decreased. This indicates that the application of Slow Stroke Back Massage is proven to improve sleep quality in clients with hypertension.

Conclusion: The SSBM technique is proven to be a safe, easily implemented, and effective non-pharmacological intervention for lowering blood pressure, relieving anxiety and pain, and improving sleep patterns in elderly people with hypertension. This intervention is highly relevant for application in gerontic nursing practice at the Public Health Center

Keywords: Hypertension, Sleep Pattern Disturbance, Slow Stroke Back Massage

Bibliography: 29 (2020-2025)



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur Penulis sampaikan kepada Allah SWT berkat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan KIAN ini dengan judul “Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Melalui Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Lansia Hipertensi Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur Di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu”.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh dosen Profesi Ners yang telah memberikan bimbingan, arahan, dukungan, dan masukkan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT, M.Keb selaku PLT Direktur Kemenkes Poltekkes Medan.
2. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan sekaligus pembimbing utama.
3. Bapak Solihuddin Harahap S.Kep, Ns, M.Kep selaku Sekretaris Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan.
4. Ibu Lestari S.Kep, Ners, M.Kep selaku Ketua Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan.
5. Ibu Dra. Indrawati, S.Kep, Ns, M.Psi selaku pembimbing pendamping yang telah membimbing dan memberi masukan dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners Ini.
6. Ibu Juliana, S.Kep, Ns, M.Kep selaku penguji I dan Ibu Dr. Johani Dewita, Nasution, SKM, S.Kep, Ns, M.Kes selaku penguji II yang telah memberikan saran dan masukkannya dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners Ini.
7. Seluruh pengajar dan staff di Kemenkes Poltekkes Medan.
8. Kepada Orangtua yang paling hebat dan selalu bersabar dalam membesarkan dan mendidik Penulis sampai Penulis bisa berada di titik ini. Terimakasih kepada Ayah dan ibu atas doa dan dukungan yang di berikan pada Penulis selama ini.

9. Terimakasih penulis ucapkan kepada teman-teman angkatan IV Prodi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Medan atas kebersamaan, yang telah kita lewati serta dukungan yang diberikan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan proposal karya ilmiah akhir ners ini masih banyak kekurangan, baik dari segi penulisan dan tata bahasanya. Maka dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan saran dan kritik serta masukan dari semua pihak demi kesempurnaan proposal karya ilmiah akhir ners ini.

Medan, 11 Juni 2025

Penulis



Shifa Rahmania
NIM: P07520624062

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i>	iv
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penulisan	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penulisan	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN LITERATUR	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Teori Penyakit.....	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi.....	Error! Bookmark not defined.
2. Anatomi Fisiologi.....	Error! Bookmark not defined.
3. Etiologi.....	Error! Bookmark not defined.
4. Manifestasi Klinis.....	7
5. Pathway.....	8
6. Patofisiologi	9

7. Klasifikasi.....	10
8. Pemeriksaan Diagnostik	12
9. Penatalaksanaan.....	13
10. Komplikasi	14
B. Konsep Teori Inovasi Penerapan <i>Slow Stroke Back Massage</i> (SSBM)...	19
C. Konsep Teori Asuhan Keperawatan.....	Error! Bookmark not defined.
1. Pengkajian.....	25
2. Diagnosis Keperawatan	25
3. Intervensi Keperawatan	25
5. Implemetasi Keperawatan	39
6. Evaluasi Keperawatan	39
BAB III GAMBARAN KASUS	40
A. Pengkajian.....	40
B. Diagnosis Keperawatan	51
C. Prioritas Masalah	51
D. Intervensi Keperawatan	53
E. Catatan Perkembangan	62
BAB IV PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Analisis dan Diskusi Hasil	Error! Bookmark not defined.
B. Keterbatasan Penulis	81
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	82
A. Kesimpulan.....	82
B. SARAN	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway Hipertensi.....	8
Gambar 3.1 Genogram Keluarga.....	41

DAFTAR TABEL

Table 2. 1	Klasifikasi hipertensi menurut <i>Joint National Commite</i> 8.....	Error! Bookmark not defined.
Table 2. 2	Klasifikasi <i>American Society of Hypertension</i> (ASH) dan <i>International Society of Hypertension</i> (ISH).	Error! Bookmark not defined.
Table 2. 3	SOP <i>Slow Stroke Back Massage</i>	Error! Bookmark not defined.
Table 2. 4	Intervensi Keperawatan	Error! Bookmark not defined.
Table 3. 1	Pemeriksaan Indeks ADL's Barther	Error! Bookmark not defined.
Table 3. 2	Pengkajian <i>Short Portable Mental Status Questionnaire</i> (SPQMSQ)	Error! Bookmark not defined.
Table 3. 3	Pengkajian Inventaris Depresi Beck.....	Error! Bookmark not defined.
Table 3. 4	Pengkajian APGAR Keluarga dengan Lansia.....	Error! Bookmark not defined.
Table 3. 5	Analisis Data	49
Table 3. 6	Intervensi Keperawatan	Error! Bookmark not defined.
Table 3. 7	Catatan Perkembangan.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Survei Awal
- Lampiran 2 Surat Balasan Survei Awal
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4 Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 5 Surat Etical Clearance (EC)
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 7 Lembar Observasi Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 8 Kuesioner Insomnia Rating Scale
- Lampiran 9 Dokumentasi
- Lampiran 10 Lembar Kegiatan Pembimbing
- Lampiran 11 CV Penulis