



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN LANSIA
HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN *BACK MASSAGE*
UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DAN
MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

FARANCISKA SANDO SINAGA

2310721077

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2024**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN LANSIA
HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN *BACK MASSAGE*
UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DAN
MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

FARANCISKA SANDO SINAGA

2310721077

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI**

2024

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Faranciska Sando Sinaga

NIM : 2310721077

Tanggal : 07 Mei 2024

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 07 Mei 2024

Yang Menyatakan,



Faranciska Sando Sinaga

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta,
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Faranciska Sando Sinaga
NIM : 2310721077
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul :”Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Lansia Hipertensi dengan Penerapan Back Massage untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Meningkatkan Kualitas Tidur”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Hasil KIA saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Fikes UPNVJ
Pada tanggal : 07 Mei 2024

Yang Menyatakan,



Faranciska Sando Sinaga

PENGESAHAN

KIA diajukan oleh :

Nama : Faranciska Sando Sinaga

NIM : 2310721077

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul KIA : Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Lansia Hipe tensi dengan Penerapan *Back Massage* untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Meningkatkan Kualitas Tidur

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom
Ketua Penguji



Ns. Ritanti, M.Kep., Sp. Kep. Kom
Penguji II (Pembimbing)

Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M. N.S.
Koordinator Program Profesi Ners

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 07 Mei 2024

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN LANSIA HIPERTENSI DENGAN PENERAPAN *BACK MASSAGE* UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH DAN MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR

Faranciska Sando Sinaga

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang dapat menyebabkan kematian. Salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah tinggi adalah adanya gangguan tidur. Semakin bertambahnya usia pada lansia dapat menyebabkan berbagai macam gangguan yaitu menurunnya kualitas tidur. Kualitas tidur yang menurun dapat berpengaruh terhadap kondisi tekanan darah. *Therapy back massage* mempunyai peran yang penting dan telah terbukti dalam meningkatkan kualitas tidur dan penurunan tekanan darah. Tujuan dari penerapan *evidence based nursing* ini adalah untuk mengetahui pengaruh *therapy back massage* terhadap tekanan darah dan kualitas tidur lansia. Penelitian ini dilakukan pada 1 klien kelolaan selama 4 minggu berturut-turut dengan total pertemuan sebanyak 8 kali. *Therapy back massage* dilakukan selama 30 menit setiap sesi. Pengukuran kualitas tidur dilakukan pada hari pertama sebelum intervensi dan hari ke-8 intervensi. Kualitas tidur dilakukan menggunakan kuesioner PSQI. Hasil penerapan *evidence based nursing* ini menunjukkan bahwa setelah diberikan *therapy back massage* selama 4 minggu didapatkan bahwa terdapat penurunan tekanan darah dari 140/89 mmHg menjadi 132/82 mmHg serta terdapat peningkatan kualitas tidur dari buruk menjadi baik. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa *therapy back massage* terbukti efektif untuk menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kualitas tidur pada lansia dengan hipertensi. Perawat komunitas diharapkan dapat menerapkan intervensi ini pada lansia dengan keluhan gangguan tidur.

Kata Kunci : Hipertensi, Lansia, *Therapy Back Massage*

ANALYSIS OF NURSING CARE FOR ELDERLY HYPERTENSION PATIENTS WITH THE APPLICATION OF BACK MASSAGE TO REDUCE BLOOD PRESSURE AND IMPROVE THE QUALITY OF SLEEP

Faranciska Sando Sinaga

Abstract

Hypertension is a cardiovascular disease that can cause death. One of the factors that influence high blood pressure is sleep disorders. The increasing age of the elderly can cause various kinds of disorders, namely decreased sleep quality. Decreased sleep quality can affect blood pressure conditions. Back massage therapy has an important role and has been proven to improve sleep quality and reduce blood pressure. The aim of implementing evidence based nursing is to determine the effect of back massage therapy on blood pressure and sleep quality in the elderly. This research was conducted on 1 managed client for 4 consecutive weeks with a total of 8 meetings. Back massage therapy is carried out for 30 minutes each session. Sleep quality measurements were carried out on the first day before the intervention and on the 8th day of the intervention. Sleep quality was measured using the PSQI questionnaire. The results of implementing evidence-based nursing show that after being given back massage therapy for 4 weeks, it was found that there was a reduction in blood pressure from 140/89 mmHg to 132/82 mmHg and there was an increase in sleep quality from bad to good. Based on these results, it can be concluded that back massage therapy has proven effective in reducing blood pressure and improving sleep quality in elderly people with hypertension. Community nurses are expected to be able to apply this intervention to elderly people who complain of sleep disorders.

Keywords: Hypertension, Elderly, Therapy Back Massage

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga karya tulis ilmiah ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak Februari 2024 ini adalah “Analisis Asuhan Keperawatan Pada Pasien Lansia Hipertensi dengan Penerapan *Back Massage* untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Meningkatkan Kualitas Tidur.”.

Dengan penuh rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih Desmawati, SKP, M.Kep.,Sp.Kep.Mat, PhD. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Wiwin Winarti, S. Kep, M. Epid. M.N selaku Kajor Keperawatan, Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep.,M.N.S selaku Kaprodi Profesi Ners, Ns. Ritanti, M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing karya ilmiah ners yang telah banyak memberikan bimbingan, saran, dan motivasi yang sangat bermanfaat serta Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan saran dan dukungan pada penulis, serta staf dosen dan tenaga kependidikan FIKES.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Daulat Sinaga selaku ayah peneliti, Dohani Sihotang selaku ibu peneliti serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman yang telah membantu dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.

Jakarta, 07 Mei 2023

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Tujuan Penulisan	5
I.3 Manfaat Penulisan	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Konsep Lansia	7
II.2 Konsep Hipertensi	15
II.3 Konsep Tidur	20
II.4 Konsep <i>Back Massage</i>	26
BAB III GAMBARAN KASUS	29
III.1 Asuhan Keperawatan dengan Konsep Kasus Terkait	29
III.2 Implementasi Keperawatan dengan Konsep dan Penelitian terkait	68
BAB IV PEMBAHASAN.....	73
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan dengan Konsep Kasus	73
IV.2 Analisis Penerapan Intervensi Konsep dan Penelitian terkait	78
IV.3 Implikasi.....	83
BAB V PENUTUP.....	84
V.1 Kesimpulan.....	84
V.2 Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA	86
RIWAYAT HIDUP	90
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi berdasarkan American College of Cardiology (ACC) dan American Heart Association (AHA).....	16
Tabel 2	Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO.....	16
Tabel 3	Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan Usia dan Penyakit Tertentu.....	17
Tabel 4	Pemeriksaan Fisik	38
Tabel 5	Data Fokus.....	45
Tabel 6	Analisa Data	47
Tabel 7	Skoring Diagnosa	50
Tabel 8	Skoring Diagnosa	51
Tabel 9	Intervensi Keperawatan.....	53
Tabel 10	Rencana Intervensi Inovasi	59
Tabel 11	Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi Back Massage Pada Klien Kelolaan dan Klien Resume	69
Tabel 12	Hasil Pengukuran Kualitas Tidur Pada Klien Kelolaan dan Klien Resume Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Intervensi	71
Tabel 13	Hasil Analisis Penerapan Back Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Kelolaan	79
Tabel 14	Hasil Analisis Penerapan Back Massage Terhadap Kualitas Tidur Pada Klien Kelolaan.....	81

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan
- Lampiran 2 Kartu Monitor Bimbingan
- Lampiran 3 SOP Back Massage
- Lampiran 4 Kuesioner PSQI
- Lampiran 5 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 6 Hasil Uji Turnitin Laporan KIAN