

**PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE* PUNGGUNG  
TERHADAP PENURUNAN *INSOMNIA* PADA LANSIA DI  
POSYANDU LANSIA MARSUDI WARAS  
DESA JEBRES SURAKARTA**

**SKRIPSI**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Fisioterapi pada  
Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



**Oleh:**

**LAURIA SHINTA OKTIVANI  
E2015017**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
SURAKARTA  
2019**

**PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE* PUNGGUNG  
TERHADAP PENURUNAN *INSOMNIA* PADA LANSIA DI  
POSYANDU LANSIA MARSUDI WARAS JEBRES  
SURAKARTA**

**SKRIPSI**

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Fisioterapi pada  
Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta**

**Oleh**

**LAURIA SHINTA OKTIVANI  
E2015017**

**DIV FISIOTERAPI  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SURAKARTA  
2019**

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya mengetahui dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

### **PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE* PUNGGUNG TERHADAP PENURUNAN *INSOMNIA* PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA MARSUDI WARAS JEBRES SURAKARTA**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapa pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan meruoakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah di publikasikan dan atau pernah dipakai untuk menjapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulis skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 10 Februari 2019

  
METERAI  
TEMPEL  
634FBAFF572196079  
6000  
ENAM RIBU RUPIAH  
Laelia Silvia Oktaviani

NIM E2015017

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKES 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lauria Shinta Oktivani

NIM ; E2015017

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Pemberian *Massage* Punggung terhadap Penurunan *Insomnia* pada Lansia di Posyandu Lansia Marsudi Waras Jebres Surakarta

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif ( *Non-Ekslusive Royalty- Free Right*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan . STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media / formatka, mengelola dalam bentuk pangkalan data ( data base), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Pada Tanggal : 20 Februari 2019

Yang menyatakan



( Lauria Shinta Oktivani)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

### **PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE* PUNGGUNG TERHADAP PENURUNAN *INSOMNIA* DI POSYANDU LANSIA MARSUDI WARAS JEBRES SURAKARTA**

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada sidang skripsi program Studi DIV  
Fisioterapi STIKES 'AISYIYAH Surakarta.

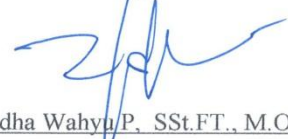
Surakarta, Maret 2019

Pembimbing I



Wahyuni, M.Kes., MM  
NIDN. 0625097901

Pembimbing II



Yudha Wahyu P., SSt.FT., M.Or  
NIDN. 0621058704

Mengetahui  
Kaprosi DIV Fisioterapi



Maskun Pudiyanto, S.MPh., S.Pd., M.Kes  
NIDN. 9906000450

## PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

### **PENGARUH PEMBERIAN *MASSAGE* PUNGGUNG TERHADAP PENURUNAN *INSOMNIA* DI POSYANDU LANSIA MARSUDI WARAS JEBRES SURAKARTA**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang ujian skripsi pada tanggal Maret 2019 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, Maret 2019

Mengesahkan,

1. Maskun Pudjianto, S.MPh., S.pd., M.Kes  
NIDN. 9906000450
2. Wahyuni, M.Kes., MM  
NIDN. 0625097901
3. Yudha Wahyu P. SSt.FT., M.Or  
NIDN. 0621058704

(.....)  
(.....)  
(.....)

Mengetahui  
Kaprosdi DIV Fisioterapi



Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes  
NIDN. 9906000450

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayah serta Inayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian *Massage* Punggung terhadap Penurunan Insomnia pada Lansia di Posyandu Lansia Marsudi Waras Jebres Surakarta”.

Proposal skripsi ini disusun dengan tujuan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta. Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan proposal ini.

Selesainya proposal ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Sehingga pada kesempatan ini penulis dengan kerendahan hati dan penuh rasa hormat mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan moril maupun material secara langsung maupun tidak langsung kepada penulis dalam penyusunan proposal skripsi ini hingga selesai, teruama kepada yang saya hormati :

1. Riyani Wulandari, S.Kep.,Ns., M.Kep selaku Ketua STIKES ‘Aisyiyah Surakarta
2. Maskun Pudjianto SPh., SPd., M.Kes selaku KAPRODI DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Wahyuni, SKM.,M.Kes.MM dan Ummy Hanny, M.Pd selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah memebrikan kritik dan saran bimbingan maupun arahan yang sangat berguna dalam penyusunan skripsi.
4. Bapak/Ibu dosen dan staff di lingkungan program DIV Fisioterapi STIKES ‘aisyiyah Surakarta.
5. Segenap dosen pengajar, karyawan dan staff tata usaha STIKES ‘Aisyiyah Surakarta
6. Kedua Orang tua dan keluarga besar yang selalu memberikan bantuan dan dukungan yang luar biasa tanpa batas waktu

7. Sahabat, teman dan orang-orang yang selalu memberikan bantuan dan dukungan baik dalam keadaan suka maupun duka.
8. Kim Hanbin dan semua Member iKON yang telah memberikan motivasi lewat lagu-lagu yang membangkitkan semangat.
9. Teman seperjuangan DIV Fisioterapi angkatan 2015 STIKES 'Aisyiyah Surakarta, serta pembimbing lahan yang telah memberikan semangat pada peneliti.
10. Semua pihak lain yang telah membantu dalam penyusunan proposal skripsi ini.

Peneliti berusaha memaksimalkan segala kemampuan dalam penyusunan proposal skripsi ini, namun peneliti menyadari bahwa proposal skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis berharap proposal ini dapat menjadi salah satu karya tulis dari hasil pembelajaran yang sudah ditempuh selama kurang lebih empat tahun. Semoga proposal skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi para fisioterapi dan lembaga kesehatan

Surakarta, 21 Mei 2018

Penulis