

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN KOMBINASI PIJAT PUNGGUNG DAN DZIKIR
TERHADAP TINGKAT STRESS PENDERITA HIPERTENSI
PADA NY. S DI LANGENSARI RT 03 RW 01
BALUWARTI, SURAKARTA



Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan
Program Studi Keperawatan
Disusun Oleh :

DEWI USWATUN KHASANAH

NIM : B2014027

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH SURAKARTA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
2017

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN KOMBINASI PIJAT PUNGGUNG DAN DZIKIR
TERHADAP TINGKAT STRESS PENDERITA HIPERTENSI
PADA NY. S DI LANGENSARI RT 03 RW 01
BALUWARTI, SURAKARTA

Disusun untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Disusun Oleh :
DEWI USWATUN KHASANAH
NIM : B2014027

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH SURAKARTA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
2017

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

**PENERAPAN KOMBINASI PIJAT PUNGGUNG DAN DZIKIR
TERHADAP TINGKAT STRESS PENDERITA HIPERTENSI
PADA NY. S DI LANGENSARI RT 03 RW 01
BALUWARTI, SURAKARTA**

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan KTI 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, 08 Maret 2017



Dewi Uswatun Khasanah

NIM : B201402

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Dewi Uswatun Khasanah

NIM : B2014027

Jenis Karya : KTI

Judul :

PENERAPAN KOMBINASI PIJAT PUNGGUNG DAN DZIKIR TERHADAP TINGKAT STRESS PENDERITA HIPERTENSI PADA NY. S DI LANGENSARI RT 03 RW 01 BALUWARTI, SURAKARTA

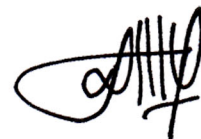
Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-Exclusive Royalti – Free Right*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasika 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 : Surakarta

Pada tanggal : 09 Maret 2017

Yang menyatakan



(Dewi Uswatun Khasanah)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Karya Tulis Ilmiah dengan judul : “ **Penerapan Kombinasi Pijat Punggung Dan Dzikir Terhadap Tingkat Stress Penderita Hipertensi Pada Ny. S Di Langensari Rt 03 Rw 01 Baluwarti, Surakarta** ”. Telah diterima dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam Ujian Akhir Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta Tahun Akademik 2016/2017.

Surakarta, 07 Juli 2017

Mengetahui,

Pembimbing I



Mulyaningsih, S.Kep.,Ns M.Kep

Pembimbing II



Sri Hartutik, S.Kep.,Ns M.Kes

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul : “Penerapan Kombinasi Pijat Punggung Dan Dzikir Terhadap Tingkat Stress Penderita Hipertensi Pada Ny. S Di Langensari Rt 03 Rw 01 Baluwarti, Surakarta ”. Telah diuji dan disahkan oleh tim penguji sebagai syarat menyelesaikan Program Pendidikan Diploma Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta, pada :

Hari/Tanggal : 12 Juli 2017

Tempat : STIKES ‘Aisyiyah Surakarta

TIM PENGUJI :

Penguji Utama : Tri Susilowati, M.Kep

Penguji Pendamping I : Mulyaningsih, M.Kep

Penguji Pendamping II : Sri Hartutik M. Kes

TANDA TANGAN :

.....
.....
.....

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



(Matyalun, A. S.Kep, Ns. M.Kes)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji Syukur Alhamdulillah Rabbil 'Alamin penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “ **Penerapan Kombinasi Pijat Punggung Dan Dzikir Terhadap Tingkat Stress Penderita Hipertensi Pada Ny. S Di Langensari Rt 03 Rw 01 Baluwarti, Surakarta** ”. Tidak lupa Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada suri tauladan kita, Nabi Muhammad SAW beserta para sahabatnya yang kita nantikan syafaatnya di yaumul akhir nanti.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta. Penulis menyadari penuh adanya kekurangan yang ada dalam penyusunan laporan ini, sehingga penulis tidak dapat menyelesaikan laporan ini tanpa adanya bantuan dan dukungan dari semua pihak. Untuk itu perkenankan penulis untuk mengucapkan kata terimakasih yang sebanyak-banyaknya kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penyusunan dan selesainya laporan ini kepada yang terhormat :

1. Mulyaningsih, S.Kep, Ns. M.Kep. Selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.
2. Maryatun, A. S.Kep, Ns. M.Kes. Selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta.
3. Mulyaningsih, S.Kep, Ns. M.Kep. Selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk memberikan saran, masukan dan pengarahan penulis selama penyusunan dan penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.

4. Sri Hartutik, S.Kep, Ns. M.Kes. Selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiranya untuk memberikan saran, masukan dan pengarahannya penulis selama penyusunan dan penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Seluruh Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu agama, kesehatan, keperawatan dan umum lainnya, baik selama di bangku perkuliahan, di praktik laboratorium dan praktik klinik di lapangan rumah sakit ataupun di lingkungan masyarakat.
6. Seluruh Karyawan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan yang telah membantu penulis dalam hal yang berkaitan dalam proses administrasi kemahasiswaan.
7. Ny. S yang telah bersedia bekerjasama dan meluangkan waktu untuk menjadi objek peneliti.
8. Kedua orangtua dan saudara perempuanku yang tulus ikhlas selalu memberikan dukungan baik fisik, mental dan spiritual kepada peneliti selama penyusunan dan penyelesaian Karya Tulis ini.
9. Sahabat dan teman satu angkatan 2014, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu, terima kasih atas segala bantuan dan motivasi yang telah diberikan kepada peneliti dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Semua pihak yang telah terlibat membantu dalam penyusunan dan penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini yang tidak dapat ditulis satu persatu.

Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat baik bagi penulis sendiri maupun bagi para pembaca. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang bermanfaat dan membangun demi kesempurnaannya Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamu’allaikum, Warahmatullahi Wabarakatuh

Surakarta, 07 Juli 2017

Penulis

ABSTRAK

PENERAPAN KOMBINASI PIJAT PUNGGUNG DAN DZIKIR TERHADAP TINGKAT STRESS PENDERITA HIPERTENSI PADA NY. S DI LANGENSARI RT 03 RW 01 BALUWARTI, SURAKARTA

Dewi Uswatun Khasanah (2017)

Program Studi Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta

Mulyaningsih, S.Kep.,Ns M.Kep, Sri Hartutik, S.Kep.,Ns M.Kes

Latar belakang : Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2017, sebagian besar penyakit yang diderita oleh masyarakat yaitu hipertensi dengan proporsi 55%. Salah satu faktor penyebab tekanan darah yaitu stres. Tingkat tekanan darah bisa dikurangi dengan menurunkan tingkat stres. Upaya non-pharmacology untuk mengurangi tingkat stres yaitu melalui teknik relaksasi seperti pijat punggung dan zikir.

Tujuan penelitian : Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat punggung dan zikir, terhadap tingkat stres pasien hipertensi sebelum dan sesudah perlakuan.

Metode : Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan satu responden. Intervensi yang diberikan yaitu pijat punggung dan dzikir sebagai terapi hipertensi sebanyak 2 kali perlakuan dengan durasi 10 menit, selama 3 hari berturut-turut.

Hasil : Tingkat stres klien sebelum perlakuan dengan klasifikasi sedang skor 20, dan setelah perlakuan dengan klasifikasi ringan skor 10.

Kesimpulan : Pijat punggung dan zikir terbukti menurunkan tingkat stress. Penurunan stres yang terjadi yaitu efek positif kombinasi relaksasi.

Kata kunci : Pijatan punggung, dzikir, stres, tekanan darah.

ABSTRACT

***TREATMENT OF MASSAGE AND DZIKIR BASIC COMBINATIONS
TO THE LEVEL OF STRESS PATIENTS OF HYPERTENSION
IN NY. S IN LANGENSARI RT 03 RW 01
BALUWARTI, SURAKARTA***

Dewi Uswatun Khasanah (2017)

Nursing Study Program
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta

Mulyaningsih, S.Kep.,Ns M.Kep, Sri Hartutik, S.Kep.,Ns M.Kes

Background : *The research of Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah in 2017, Most diseases suffered by the community suffer that is hypertension by propotion 55 %. One of the contributory factors to blood pressure is stress. the level of blood pressure can be reduced by lowering down the stress level. A non-phamacology effort to decrease stress level is trough relaxation tecniques such as back massage and dhikr.*

Research purposes : *The aim of this research was to reveal the influence of back massage and dhikr, to the level of stress of hypertension patient before and after treatment*

Method : *The research applied descriptive research for one responden. The intervention give were a back massage and dhikr as hypertension therapy for 2 times treatment with duration 10 minutes, for 3 days consecutively*

Result : *The level of stress client before application with moderate classification score 20 and after application with mild classification Score 10.*

Conclusion: *Back Massage and dhikr was proven to significant decrease the level of stress. Decrease stress that occurs is a positive effect of combination of relaxation.*

Keywords : *Back Massage, dhikr, stress, blood pressure.*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penulisan.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Hipertensi	7
B. Stress	13
C. Pijat Punggung	20
D. Dzikir	22
E. Pijat Punggung Dan Dzikir	24
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Rancangan Penelitian.....	28
B. Subyek Penelitian.....	28
C. Fokus Studi	29

D. Definisi Operasional	29
E. Tempat dan Waktu Penelitian	30
F. Pengumpulan Data.....	30
G. Cara Pengolahan Data.....	30
H. Penyajian Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	32
A. Hasil Penelitian	32
B. Pembahasan.....	33
C. Keterbatasan.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1.1 Jumlah Penderita Hipertensi di Kota Surakarta.....	3
Tabel 1.2 Jumlah Penderita Hipertensi di Puskesmas Gajahan.....	5
Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	10
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	32
Tabel 4.1 Tingkat Stres sebelum dan setelah penerapan kombinasi pijat punggung dan dzikir selama 3 hari berurut-turut.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Gambar Patofisiologi.....	11
Gambar 2.2 Gambar Pathway Hipertensi.....	12

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Jadwal Kegiatan.....	46
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.. ..	47
Lampiran 3. Pernyataan Persetujuan Responden.....	53
Lampiran 4. <i>Pre Test Perceived Stress Scale</i> (PSS-10).....	55
Lampiran 5. <i>Post Test Perceives Stress Scale</i> (PSS-10).....	60
Lampiran 6. Lembar Konsul.....	64
Lampiran 7. Lembar Revisi.....	68
Lampiran 8. Datar Riwayat Hidup.....	71

