

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tidur merupakan sebuah perubahan status kesadaran terhadap lingkungan yang mengalami penurunan persepsi dan reaksi tubuh individu. Tidur di identikan dengan segala aktivitas fisik yang berproses dengan rendah, kondisi sadar yang beraneka ragam, perbedaan pada fase fisiologis tubuh serta terjadi berkurangnya kepekaan kepada rangsangan dari luar (Kozier, 2010 dalam Mulia, 2019).

Tidur yaitu sebuah situasi dimana orang dalam kondisi tanpa respon namun mampu dibangunkan dengan rangsangan atau diberikan sensori dengan tepat. Situasi itu terlihat dari aktivitas fisik cenderung kurang, memiliki fase berespon yang beraneka ragam, mengalami perbedaan proposal fisiologis serta terjadinya pengurangan kepekaan kepada rangsangan yang berasal dari luar. (Lyndon, 2014 dalam Mulia, 2019).

Kualitas tidur yakni suatu kesenangan dari diri individu pada proses tertidurnya yang di rasakannya sampai individu itu tak menampakan perasaan seperti perasaan kelelahan, emosional yang mudah emosi, kegelisahan, hitam di sekitar mata, kelopak mata edem, konjungtivita berwarna merah, mata perih, fokus teralih (sulit berkonsentrasi), pusing, serta mudah menguap atau kantuk (Hidayat, 2008 dalam Mulia, 2019).

Kualitas tidur merupakan kesanggupan setiap orang agar bisa terjaga di waktu terlelap serta guna menerima total yang sesuai saat tertidur REM dan NREM (Kozier, 2010 dalam Mulia, 2019). Kenyamanan yang di dapatkan ketika seseorang telah terbangun dari tidurnya ditentukan dengan hasil dari kualitas tidur yang di dapatkan di sepanjang malam. Tidur yang berkualitas dapat meningkatkan kebugaran dan semakin meningkatkan kondisi fisik tubuh seseorang di kemudian hari.

Berdasarkan data yang di laporkan (Risikesdas 2018) usia penderita gagal ginjal kronik adalah pasien yang berusia diatas 15 tahun dimana pasien yang menjalani terapi hemodialisa dan didiagnosis menderita penyakit gagal ginjal kronis berdasarkan menurut provinsi, provinsi tertinggi penderita gagal ginjal kronik adalah DKI Jakarta sebesar 38.7% dan provinsi terendah adalah Sulawesi Utara sebesar 2%. Berdasarkan distribusi usia pasien yang sedang menjalani terapi hemodialisis, kelompok usia terbesar merupakan pasien yang berusia 65-74 tahun sebesar 8,23% dan kelompok usia terendah yang menderita gagal ginjal kronik adalah kelompok usia 15-24 tahun sebesar 1,33%. Selama menjalani proses terapi hemodialisis, pasien banyak sekali mengalami keluhan permasalahan fisik gangguan tidur (Heidarzadeh et al, 2010). Berbagai cara dapat dilakukan untuk mengurangi atau mengatasi keluhan pada pasien gagal ginjal kronik, salah satunya adalah dengan dilakukannya terapi

nonfarmakologi yaitu dengan melakukan *massage* atau pijatan.

Slow stroke back massage (SSBM) yakni suatu teknik relaksasi dan merupakan salah satu bagian dari *holistic self care* yang berguna untuk mengatasi keluhan-keluhan seperti stress, kecemasan, kelelahan (*fatigue*), nyeri, peningkatan tekanan darah dan gangguan tidur. Studi menunjukkan bahwa *Slow Stroke Back Massage* efektif dapat menaikkan kualitas tidur lansia (Cinar, 2012). Hasil penelitian Han & Lee (2012) menunjukkan derajat nyeri menurun drastis terhadap pasien post operasi gastrectomy serta kualitas tidur naik drastis sesudah diberikan *terapi massage punggung*. Holland dan Pokornya (2001) menjelaskan *Slow Stroke Back Massage* dalam 3 hari di panti pemulihan di Carolina utara pada usia antara 52 dan 88 tahun menggambarkan ada penurunan drastis tekanan darah sistolik dan diastolik, penurunan drastis secara statistik denyut jantung rata-rata dan pernapasan, serta nilai persepsi menunjukkan *Slow Stroke Back Massage* dapat membuat pasien merasa diperhatikan serta bahagia, santai secara fisik, mengurangi kegelisahan, menimbulkan rasa tenang, dan menimbulkan perasaan bahagia. Hasil penelitian Agustina Pujiani (2015) Menunjukkan rata-rata sebelum pemberian *Slow Stroke Back Massage* 58.05 dan sesudah pemberian *Slow Stroke Back Massage* dengan rata-rata 39.11. Berdasarkan dependen t-test menunjukkan hasil p-value sebesar 0.00. Hasil p value <0.05 menunjukkan bahwa ada perbedaan secara bermakna nilai

kecemasan sebelum dan sesudah pemberian *Slow Stroke Back Massage*. Hasil penelitian Aris Kurniawan (2017) Menyatakan bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dari depresi pada lansia sebelum dan sesudah terapi *Slow Stroke Back Massage* pada kelompok perlakuan (p value: 0,001). Jika tidak, tidak ada perbedaan depresi pada kelompok kontrol (p value: 1,000). Selain itu, ada perbedaan yang signifikan dari depresi antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah terapi SSBM (p value: 0,027). Kesimpulannya adalah terapi *Slow Stroke Back Massage* dapat menurunkan depresi pada lansia. Perawat disarankan untuk melakukan terapi *Slow Stroke Back Massage* guna mengurangi depresi pada lansia.

Berdasarkan uraian di atas peneliti berasumsi bahwa terapi *Slow Stroke Back Massage* mampu mengatasi keluhan pada klien yang mengalami banyak gejala gangguan fisik dan psikologis yang mungkin mempengaruhi kualitas hidup pasien. Maka dari itu diharapkan terapi *Slow Stroke Back Massage* ini dapat diterapkan dengan baik di setiap ruang perawatan rumah sakit di Indonesia, agar tidak menimbulkan masalah baru pada kondisi klien.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang, maka rumusan masalah dalam Skripsi *Literature Review* ini adalah “Apakah Ada Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap Kualitas Tidur?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penulisan skripsi penelitian dalam bentuk *literatur review* ini adalah bertujuan guna memahami pengaruh pemberian *slow stroke back massage* terhadap kualitas tidur.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Diharapkan dari skripsi *literature review* ini intervensi *slow stroke back massage* dapat digunakan oleh pasien untuk meningkatkan kualitas tidur.

b. Bagi Perawat

Diharapkan penulisan skripsi *literature review* ini dapat digunakan sebagai intervensi asuhan keperawatan yang rutin diterapkan pada pasien-pasien dengan gangguan tidur.

c. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan dari penulisan skripsi *literature review* ini dapat menambah pengetahuan pihak rumah sakit mengenai cara untuk mengatasi perubahan kualitas tidur pada pasien.

d. Bagi Peneliti

Diharapkan dari penulisan skripsi *literature review* ini dapat menambah pengetahuan serta keterampilan peneliti untuk bisa mengatasi perubahan kualitas tidur yang dialami pasien.

2. Manfaat Teoritis

- a. Diharapkan dari penulisan skripsi *literature review* ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam bidang ilmu pengetahuan khususnya dibidang kesehatan mengenai bagaimana mengatasi perubahan kualitas tidur pada pasien dengan intervensi *slow stroke back massage*.
- b. Diharapkan dari penulisan skripsi *literature review* ini dapat menjadi dasar dalam mengembangkan serta melanjutkan penelitian yang berkaitan dengan pengaruh *slow stroke back massage* terhadap perubahan kualitas tidur pada pasien.

E. Keaslian Penelitian

1. Dalam jurnal penelitian oleh I.A. Pascha Paramurthi, Komang Tri Adi Suparwati, Ni Putu Devi Sulistyawati K (2019) dengan judul “Efektifitas *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pada Lansia”. Subyek dalam penelitian ini yaitu populasi lanjut usia di Desa Penatih Banjar Paang Kelod Denpasar Timur yang berjumlah 60 orang diseleksi sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Sejumlah sampel yang terpilih kemudian dirandomisasi dengan cara undian untuk mendapatkan 9 sampel di setiap grupnya.

Penentuan sampel dilakukan secara acak sederhana dari subjek yang terpilih. Tiap kelompok terdiri dari 9 orang lansia. Kelompok 1 akan menerima perlakuan *slow stroke back massage*. Kelompok 2

tidak menerima perlakuan. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 18 orang. Penelitian ini adalah jenis penelitian eksperimental dengan menggunakan rancangan penelitian *pre and post test control group design*. Data di kumpulkan dengan menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk mengukur variabel independen dan dependen dalam penelitian ini. Variabel dependen yaitu kualitas tidur dinilai dengan menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan untuk pemberian terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) digunakan SOP *Slow Stroke Back Massage* (SSBM). *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) ini merupakan variable independen. Teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah teknik *probability sampling* (random sampling) dengan teknik *cluster sampling*. Adapun persamaan penelitian ini yaitu jenis terapi *Slow Stroke Back Massage* (SSBM), keluhan yang di ukur adalah keluhan kualitas tidur, design penelitian yaitu penelitian eksperimental dengan rancangan penelitian *pre and posttest control group design*. Sedangkan perbedaannya terletak pada subjek yang di lakukan penelitian, peneliti melakukan penelitian kepada pasien gagal ginjal kronik di ruang hemodialisa, sedangkan pada jurnal penelitian dilakukan pada subjek lansia.

2. Dalam jurnal yang sudah diteliti oleh Amelia Rifki Sumadi, Siti Sarifah dan Yuli Widyastuti (2020) berjudul "Pemanfaatan Teknik

Relaksasi Massase Punggung Dalam Penurunan Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Utilization Of Back Massase Relaxation Technique In Reduction Of Pain In Nursing Patients For Hypertension Patients” subjek dalam penelitian ini adalah pasien yang menderita hipertensi di RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen di bangsal sakura. Peneliti mengambil sampel 3 orang yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eklusi. Jenis penelitian ini adalah penelitian diskriptif dengan desain studi kasus melalui proses keperawatan pengkajian, menentukan diagnosa keperawatan, menyusun perencanaan, implementasi sampai dengan evaluasi keperawatan. Peneliti mengumpulkan data-data klien dengan menggunakan metode wawancara, pengukuran, dokumentasi. Instrument studi kasus ini dengan menggunakan format pengkajian keperawatan, nursing kit, baby oil, skala nyeri NRS, SOP massase. Instrument yang digunakan untuk mengukur variabel dependen adalah kuesioner pengukuran nyeri NRS (Numerical Rating Scale) dan untuk melakukan terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) dengan SOP Slow Stroke Back Massage. Variabel dependen yaitu nyeri dan variabel independen adalah terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM). Teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah teknik probability sampling (random sampling). Adapun persamaan penelitian ini yaitu kesamaan variabel independen, design penelitian dengan Pre eksperimen

One Group Pre Test and Post Test Design. Sedangkan perbedaannya adalah pada sampel. Pada jurnal penelitian sampel di ambil dari pasien hipertensi di RSUD Dr. Soehadi Prijonegoro Sragen di bangsal sakura. Dan pada proposal ini sampel diambil dari pasien yang menderita gagal ginjal kronik di ruang hemodialisa.

3. Dalam jurnal yang sudah diteliti oleh Erna Melastuti dan Lia Ulvi Avianti (2014) dengan judul “Pengaruh Terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Kualitas Tidur Pasien Post Operasi Di RSI Sultan Agung Semarang” Subyek dalam penelitian ini yaitu semua pasien post operasi mayor di Ruang Baitus Salam1 dan 2 Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Peneliti mengambil sampel 17 orang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Jenis penelitian adalah menggunakan Pre eksperimen One Group Pre Test and Post Test Design. Data di kumpulkan menggunakan Kuesioner Kualitas Tidur (KKT) diadopsi dari The Sleep Quality Questionnaires (SQQ). Instrument yang digunakan untuk mengukur variabel dependen adalah kuesioner dan untuk melakukan terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) dengan SOP Slow Stroke Back Massage. Variabel dependen yaitu kualitas tidur dan variabel independen adalah terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM). Teknik pengambilan sampel yang digunakan ialah teknik probability sampling (random sampling). Adapun persamaan penelitian ini

yaitu kesamaan variable independen dan variable dependen, design penelitian dengan Pre eksperimen One Group Pre Test and Post Test Design. Sedangkan perbedaannya adalah pada sampel. Pada jurnal penelitian sampel di ambil dari pasien post operasi di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Dan pada skripsi Literature Review ini sampel diambil dari pasien yang mengalami gangguan tidur.