

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE* (SSBM) TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS JUANDA KOTA SAMARINDA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



DISUSUN OLEH:

TANTI NUR HAYATI

17111024110262

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2020

**Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) terhadap Kualitas Tidur
Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja
PUSKESMAS Juanda Kota Samarinda**

SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Disusun Oleh:

Tanti Nur Hayati

17111024110262

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2020

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tanti Nur Hayati

NIM : 17111024110262

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul Penelitian : Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) terhadap Kualitas Tidur pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Juanda Kota Samarinda

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas No. 17, tahun 2010)

Samarinda, 04 Juli 2020



Tanti Nur Hayati

17111024110262

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE* (SSBM) TERHADAP
KUALITAS TIDUR
PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS JUANDA KOTA SAMARINDA**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH

Tanti Nur Hayati 17111024110262

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal 04 Juli 2020

Pembimbing



Ns. Thomas Ari Wibowo, M. Kep

NIDN. 1104098701

Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar Skripsi



Ns. Milkhatun, M.Kep

NIDN. 1121018501

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE* (SSBM) TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS JUANDA KOTA SAMARINDA**

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH:

TANTI NUR HAYATI 17111024110262

Diseminarkan dan diujikan

Pada tanggal, 04 Juli 2020

Penguji I

Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.,Kep

NIDN: 1115017703

Penguji II

Ns. Thomas Ari Wibowo, M. Kep

NIDN: 11104098701



**Mengetahui :
Ketua Prodi S1 Keperawatan**

Ns. Dwi Rahmah Fitriani, M. Kep
NIDN. 1119097601

Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) terhadap Kualitas Tidur pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Juanda Kota Samarinda

Tanti Nur Hayati¹, Thomas Ari Wibowo²

INTISARI

Latar belakang: 1 dari 11 orang dewasa menderita diabetes melitus dan 90% diantaranya merupakan penderita diabetes melitus tipe 2 (Zheng, Ley & Lu, 2017). Diabetes merupakan penyakit kronis dan penyebab langsung kematian nomor 7 di dunia (ADA, 2015). Selain penyebab langsung kematian, diabetes melitus tipe 2 dapat menimbulkan komplikasi. Gangguan tidur merupakan masalah yang umum ditemui pada penderita diabetes. Penelitian Plantinga, Rao & Schillinger (2012), menunjukkan bahwa diabetes berhubungan positif dengan gangguan tidur seperti *restless leg syndrome*, apnea tidur, dan nokturia pada 90% responden. (Sen et al., 2016).

Tujuan: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari pemberian terapi *Slow Stroke Back Massage* terhadap kualitas tidur penderita diabetes melitus tipe 2.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian pre-eksperimental dengan desain *one group pretest-posttest*. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan peneliti adalah *nonprobability sampling* dengan teknik pengumpulan data menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 12 orang responden. Pengukuran Kualitas Tidur menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Teknik analisis menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* untuk mengetahui pengaruh sebelum dan sesudah diberikan *Slow Stroke Back Massage*.

Hasil dan kesimpulan: Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh dari *Slow Stroke Back Massage* terhadap kualitas tidur responden. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji analisis *Wilcoxon* menunjukkan hasil p value 0,008 (<0,05) sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, yang artinya ada pengaruh pemberian *Slow Stroke Back Massage* terhadap kualitas tidur penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Juanda Kota Samarinda.

Kata kunci: *Slow Stroke Back Massage*, Kualitas Tidur, Diabetes Melitus tipe 2

¹ Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

The Effect of Slow Stroke Back Massage (SSBM) on Sleep Quality in People with Diabetes Mellitus Type 2

Tanti Nur Hayati³, Thomas Ari Wibowo⁴

ABSTRACT

Background: 1 out of 11 adults is suffering from diabetes mellitus and 90% of those are diabetes mellitus type 2 (Zheng, Ley & Lu, 2017). Diabetes is a chronic disease and the number one cause of death in the world (ADA, 2015). In addition to the direct cause of death, type 2 diabetes mellitus can cause complications. Sleep disturbance is a common problem found in diabetics. Research by Plantinga, Rao & Schillinger (2012), shows that diabetes is positively related to sleep disorders such as restless leg syndrome, sleep apnea, and nocturia in 90% of respondents. (Sen et al., 2016).

Aim: The purpose of this study was to determine the effect of the administration of Slow Stroke Back Massage therapy on sleep quality of type 2 diabetes mellitus patients.

Method: This research is a pre-experimental research design with one group pretest-posttest. The sampling technique used by researchers is nonprobability sampling with data collection techniques using purposive sampling technique with a total sample of 12 respondents. Measurement of Sleep Quality using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). The analysis technique uses the Wilcoxon Signed Ranks Test to determine the effect before and after being given a Slow Stroke Back Massage.

Results and conclusions of research on: The results of this study indicate that there is an effect of the Slow Stroke Back Massage on the sleep quality of the respondents. This is evidenced by the results of the Wilcoxon analysis test showing the results of p value 0.008 (<0.05) so that H_a is accepted and H_0 is rejected, which means there is an effect of giving Slow Stroke Back Massage to the sleep quality of people with type 2 diabetes mellitus in the working area of Juanda Health Center, Samarinda City .

Keyword: Slow Stroke Back Massage, Sleep Quality, Diabetes Mellitus type 2

³ Student of Undergraduate Nursing Program, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

⁴ Lecturer of Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

MOTTO

لِلنَّاسِ أَنْفَعُهُمُ النَّاسِ خَيْرُ

“Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi orang lain.”

(Hadits Riwayat ath-Thabrani, Dishahihkan Muhammad Nashiruddin al-Albani dalam kitab: As-Silsilah Ash-Shahihah).

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullah wabarakatuh

Alhamdulillah, puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran ilahi Robbul Izzati, yang berkat rahmat dan karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Slow Stroke Back Massage (SSBM)* Terhadap Kualitas Tidur Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Juanda Kota Samarinda”.

Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk Mengetahui pengaruh *SSBM* terhadap kualitas tidur pada penderita Diabetes Melitus tipe 2.

Pada kesempatan ini, penulis hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil sehingga proposal penelitian ini dapat selesai. Ucapan terima kasih ini penulis tujukan kepada:

1. Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali, M.H., M.Kes selaku Rektor I Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibu Ns. Dwi Rahmah Fitriani, M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan dan Farmasi. Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

4. Bapak Ns.Thomas Ari Wibowo, M.Kep selaku dosen pembimbing dan penguji II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan masukan dalam penyusunan skripsi ini serta memberikan dorongan dan motivasi untuk kelompok agar menjadi yang lebih baik.
5. Ibu Ns. Milkhatun, M.Kep selaku Kordinator Mata Ajar Skripsi Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan dan Farmasi.
6. Segenap Dosen Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan dan Farmasi yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
7. Terkhusus orang tua, serta saudara-saudara saya untuk kakak saya Muhrim serta dua adik saya Sinta Tri Astuti dan Muhammad Rizky Budiman trimakasih atas doa, bimbingan, motivasi agar tugas akhir ini segera terselesaikan. Terimakasih pula untuk kasih sayang yang selalu tercurah selama ini.
8. Teman-teman satu kelompok yang selalu memberikan dukungan, semangat serta kerjasamanya dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada teman-teman seperjuangan saya Annisa Fadhila, Ayu Permata Sari, Fika Anjany Husaini, Rizky Pratama Putri, dan Sartika Wulandari terimakasih sudah memberi support serta menguatkan saya dan menemani hingga awal perkuliahan sampai saat ini.
10. Terima kasih kepada Syarifah Fauziah Arnia Tunisa atas bantuan, dukungan, doa, motivasi dan telah bersedia mendengarkan apapun keluh kesah yang saya alami selama proses penelitian ini.

11. Kepada seluruh teman-teman S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2016 Kelas VIII A yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terimakasih telah memberikan bantuan dan semangat dari awal perkuliahan hingga sekarang.
12. Terima kasih pula kepada sahabat saya, Harti, Dewi, Alma, Ayu, Diah, Isna, Ranny, Dhea, Risma, Monica, Ricky, Riki, Bayu, Indra, dan Fikri yang selalu memberikan dukungan, motivasi, serta kasih sayang kepada saya dan sudah menemani saya hingga saat ini.
13. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per-satu, yang telah memberikan doa, motivasi, dukungan, dan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.
14. Kepada penulis sendiri yang telah berjuang sampai skripsi ini selesai, walau sering mengeluh dan merasa lelah, tapi penulis yakin bahwa penulis bisa.
15. Terima kasih kepada mutual twitter saya yang selalu memberi hiburan dan motivasi kepada penulis disaat saya merasa lelah dalam mengerjakan penelitian ini.

Meskipun telah berusaha menyelesaikan skripsi penelitian ini sebaik mungkin, tidak ada gading yang tak retak sehingga penulis menyadari bahwa tidak ada sesuatu yang sempurna di dunia ini. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca untuk perbaikan penulisan dikemudian hari. Akhir kata, penulis

berharap semoga skripsi ini berguna bagi para pembaca dan pihak-pihak lain yang berkepentingan.

Billahi fii sabilil haq, fastabiqul khairat

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Samarinda, 25 Februari 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
INTISARI.....	vi
ABSTRACT.....	vii
MOTTO.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	19
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Keaslian Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II.....	Error! Bookmark not defined.

TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Telaah Pustaka.....	Error! Bookmark not defined.
1. Diabetes Melitus.....	Error! Bookmark not defined.
2. Kualitas Tidur.....	Error! Bookmark not defined.
3. <i>Slow Stroke Back Massage (SSBM)</i>	Error! Bookmark not defined.
	defined.
B. Penelitian terkait	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Teori	Error! Bookmark not defined.
D. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
E. Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Rancangan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Populasi dan Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
1. Populasi.....	Error! Bookmark not defined.
2. Sampel	Error! Bookmark not defined.
3. Teknik Sampling	Error! Bookmark not defined.
C. Waktu dan Tempat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1. Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
2. Tempat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Variabel bebas (<i>independence variable</i>) ..	Error! Bookmark not defined.
	defined.

2.	Variabel terikat (<i>dependence variable</i>)	Error! Bookmark not defined.
E.	Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
F.	Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
G.	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	Error! Bookmark not defined.
1.	Uji validitas	Error! Bookmark not defined.
2.	Uji reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
H.	Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
1.	Sumber data primer.....	Error! Bookmark not defined.
2.	Sumber data sekunder	Error! Bookmark not defined.
I.	Teknik Analisa Data	Error! Bookmark not defined.
1.	Teknik pengolahan data	Error! Bookmark not defined.
2.	Analisa data.....	Error! Bookmark not defined.
J.	Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
K.	Jalannya Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.	Tahap Persiapan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
2.	Tahap Pelaksanaan Penelitian ...	Error! Bookmark not defined.
1.	Tahap Akhir	Error! Bookmark not defined.
L.	Jadwal Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	.	Error! Bookmark not defined.
A.	Deskripsi Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B.	Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.

1.	Analisa Univariat.....	Error! Bookmark not defined.
2.	Analisa Bivariat.....	Error! Bookmark not defined.
C.	Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
1.	Analisa Univariat.....	Error! Bookmark not defined.
2.	Analisa Bivariat.....	Error! Bookmark not defined.
D.	KETERBATASAN PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
	BAB V	Error! Bookmark not defined.
	KESIMPULAN DAN SARAN	Error! Bookmark not defined.
A.	KESIMPULAN.....	Error! Bookmark not defined.
B.	SARAN	Error! Bookmark not defined.
	Daftar Pustaka	Error! Bookmark not defined.
	LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	63
Tabel 3.2 Jadwal Penelitian.....	76
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	79
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	80
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	80
Tabel 4.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	81
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Sebelum diberikan SSBM.....	82
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Sesudah diberikan SSBM.....	82
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Sebelum dan Sesudah diberikan SSBM..	83
Tabel 4.8 Hasil Statistik Analisis Wilcoxon untuk Kualitas Tidur.....	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Arah SSBM.....	49
Gambar 2.2 Pola SSBM.....	50
Gambar 2.3 Kerangka Teori.....	52
Gambar 2.4 Kerangka Konsep.....	53
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian.....	55

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: Biodata Peneliti
- Lampiran 2: Lembar Informasi Peneliti
- Lampiran 3: Informed Consent
- Lampiran 4: Formulir Data Responden
- Lampiran 5: Kuesioner Kualitas Tidur
- Lampiran 6: Tabulasi Data
- Lampiran 7: Analisis Univariat
- Lampiran 8: Analisis Bivariat
- Lampiran 9: Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 10: Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 11: Surat Pernyataan Revisi
- Lampiran 12: Lembar Konsultasi
- Lampiran 13: Surat Keterangan Tidak Uji Validasi