

**PENGARUH SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP
FATIGUE: *LITERATURE REVIEW***

SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk
Memperoleh gelar sarjana keperawatan



DISUSUN OLEH:

KIRANTI AYU SAFITRI

17111024110055

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2021

Pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap

Fatigue: *Literature Review*

SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk
Memperoleh gelar sarjana keperawatan



Disusun Oleh:

Kiranti Ayu Safitri

17111024110055

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Kiranti Ayu Safitri

NIM : 17111024110055

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul Penelitian : Pengaruh Slow Stroke Back Massage Terhadap Fatigue:
Literature Review

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya 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 menema sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Perendiknas no 17 tahun 2010)

Samarinda, 14 Juli 2021



Kiranti Ayu Safitri
NIM. 17111024110055

LEMBAR PERSETUJUAN
PENGARUH SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP FATIGUE :
LITERATURE REVIEW
SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :

KIRANTI AYU SAFITRI

17111024110055

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal, 15 Juni 2021

Pembimbing

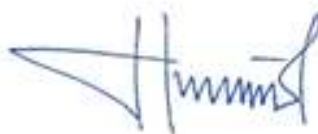


Ns. Thomas Ari Wibowo, M.Kep

NIDN.1104098701

Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar Skripsi



Ns. Milkhatun, M.kep

NIDN.1121018501

LEMBAR PENGESAHAN
PENGARUH SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP FATIGUE :
LITERATURE REVIEW

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

KIRANTIAYU SAFITRI

17111024110055

Diseminarkan dan diajukan

Pada tanggal, 06 Juli 2021

Pengaji I



Na. Alf Arief Fakhriar Rizal, M.Kep
NIDN. 1111033601

Pengaji II



Na. Thomas Ari Wibowo, M.Kep
NIDN. 1104098701

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan




Na. Siti Khoirah, M.Kep
NIDN. 1115017703



MOTTO

“Barang siapa yang keluar rumah untuk mencari ilmu
maka ia berada di jalan Allah hingga ia pulang”

“HR. Tirmidzi”

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Alhamdulillah, puji dan syukur saya panjatkan kepada Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* atas berkat dan rahmat-Nya lah sehingga saya dapat menyelesaikan proposal penelitian ini dengan baik dan tepat waktu. Tidak lupa shalawat yang beriring salam saya hanturkan kepada junjungan Rasullullah SAW dimana beliau membawa umatnya dari masa yang gelap gulita menuju msa yang terang benderang dan penuh dengan ilmu pengetahuan.

Tujuan saya menyusun proposal penelitian yang berjudul “PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP *FATIGUE : LITERATURE REVIEW*” adalah untuk memenuhi syarat untuk melakukan penyusunan skripsi dalam rangka proses menyelesaikan pendidikan pada tingkat sarjana yang sedang saya jalani. Saya sangat menyadari bahwa dalam proses penyusunan proposal penelitian ini masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan kemampuan yang saya miliki. Sehingga dalam penyusunan materi meliputi teori yang terdapat di dalam proposal penelitian ini masih kurang. Namun saya mencoba memberikan usaha terbaik saya agar proposal ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.

Tidak lupa dengan segala kerendahan hati saya ucapkan terima kasih banyak kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji, M.S. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ibu Dr. Hj. Nunung Herlina, S.Kep, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan.
3. Ibu Ns. Dwi Rahmah Fitriani, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan yang saya hormati dan sayangi.
4. Bapak Ns. Thomas Ari Wibowo, M.Kep selaku dosen pembimbing saya yang saya hormati dan sayangi, saya ucapkan terima kasih banyak atas ilmu, bimbingan, pengarahan dan bantuan serta motivasi yang sudah beliau berikan kepada saya sehingga proposal penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu, semoga Allah SWT membalas dengan pahala yang berlipat ganda.
5. Ibu Ns. Milkhatun., M.Kep., selaku dosen mengajar sekaligus koordinator mata ajar metodologi penelitian program studi ilmu keperawatan yang saya hormati dan sayangi, saya ucapkan terima kasih banyak karena selalu memberikan ilmu yang berlimpah kepada saya terkait bagaimana menyusun proposal penelitian dengan baik dan benar dengan sabar, semoga Allah SWT membalas dengan pahala yang berlipat ganda.
6. Kepada Ayahanda, Ibunda tercinta, saudara dan saudari sera seluruh keluarga yang selalu mendukung sampai saya mampu ketahap ini

terima kasih yang tak terhingga.

7. Kepada seluruh sahabat yang selalu memberi dukungan baik materi maupun bukan materi terima kasih buat kalian, Dady Werandana, Suci Ariyani, Sultan Risdian Abi, Melati, Dedek Septa Nurjati, Saidah Ariyani, Besse Nur Aisyah, dan Nur Hasanah.
8. Seluruh teman-teman Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Prodi Ilmu Keperawatan angkatan 2017 yang telah memberikan saya dukungan, kritik, saran, serta do'anya yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.
9. Kepada seluruh staf dosen Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, terima kasih atas bimbingannya selama ini.

Dengan segala kerendahan hati serta hormat, saya harapkan kritik dan saran yang dapat membangun agar proposal ini dapat disempurnakan. Saya juga berharap semoga proposal ini dapat memenuhi harapan kita semua dan memenuhi syarat dalam proses menuju penyusunan skripsi. Aamiin yaa robbalalamin.

Samarinda, 10 Januari 2021

Kiranti Ayu Safitri

Pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap *Fatigue*: Literature Riview

Kiranti Ayu Safitri¹ , Thomas Ari Wibowo²

E-mail : safitrikirannn@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Kelelahan merupakan keadaan dimana kondisi fisik mengalami penurunan kekuatan yang diatur oleh sistem saraf pusat. Kelelahan juga suatu kondisi dimana tubuh sudah mulai kehilangan energi karena panjangnya waktu kerja yang dilakukan. *Slow stroke back massage* adalah tindakan pijatan dengan usapan perlahan yang dilakukan dalam waktu kurang dari 3-10 menit, yang memberikan efek relaksasi pada pasien denan keluhan *fatigue*.

Tujuan: *Literature Review* ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh *slow stroke back massage* dengan keluhan *fatigue*.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi *Literature Review* dengan menggunakan database contohnya seperti *Google Scholar*, *Pubmed* dan *Sage Journal* sebagai sumber pencarian referensi yang terkait dengan intervensi *slow stroke back massage* dengan keluhan *fatigue*.

Hasil: berdasarkan hasil dari *literature review* ini dapat disimpulkan bahwa *slow stroke back massage* dapat menurunkan *fatigue* dari tingkat yan berat sampai ketinggian yang ringan.

Kata kunci: *Slow Stroke Back Massage*, Kelelahan

¹Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

²Dosen S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

The Effect of Slow Stroke Back Massage on Fatigue: Literature Review

Kiranti Ayu Safitri¹ , Thomas Ari Wibowo²

E-mail : safitrikirannn@gmail.com

ABSTRACT

Background : *Fatigue is a condition in which the physical condition decreases in strength which is regulated by the central nervous system. Fatigue is also a condition where the body has started to lose energy due to the long time of work done. Slow stroke back massage is a massage with slow strokes carried out in less than 3-10 minutes, which provides a relaxing effect on patients with complaints of fatigue.*

Purpose: *This literature review is to determine whether there is an effect of slow stroke back massage with complaints of fatigue.*

Methods: *This study uses the Literature Review study method using databases such as Google Scholar, Pubmed and Sage Journal as a source of reference searches related to slow stroke back massage interventions with complaints of fatigue.*

Results: *Based on the results of this literature review, it can be concluded that slow stroke back massage can reduce fatigue from a severe level to a mild level.*

Keywords : *Slow Stroke Back Massage, Fatigue*

¹*Student of S1 Nursing University of Muhammadiyah East Kalimantan*

²*Lecturer of S1 Nursing University of Muhammadiyah East Kalimantan*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Telaah Pustaka	7
B. Slow Stroke Back Massage	14
C. Penelitian Terkait	18

D. Kerangka Teori Penelitian	20
E. Kerangka Konsep Penelitian	21
F. Hipotesis.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Pencarian <i>Literature</i>	24
B. Kriteria Inklusi Dan Eklusi.....	25
C. Seleksi Studi Dan Penilaian Kualitas.....	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil dan Analisis	27
B. Pembahasan	38
BAB IV PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA.....	62

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kriteria Inklusi dan Eklusi.....	25
Tabel 4.1 Lembar Jawaban Kuesioner <i>Fatigue</i>	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Diagram Gambar.....	28
--------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Biodata Peneliti	67
Lampiran 2. Jurnal Yang Digunakan.....	68
Lampiran 3 Surat Uji Validitas.....	88
Lampiran 4 Lembar Konsultasi	89