

PENGARUH SLOW STROKE BACK MASSAGE TERHADAP

DEPRESI: LITERATURE REVIEW

SKRIPSI



DI SUSUN OLEH:

SAIDAH ARIANY

17111024110105

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2021

Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap Depresi: *Literature*

Review

SKRIPSI



Di Susun Oleh:

Saidah Ariany

17111024110105

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Saidah Ariany

NIM : 17111024110105

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Judul Penelitian : Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* Terhadap
Depresi : *Literature Review*

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 pemikiran saya sendiri.

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

Samarinda, 07 Desember 2020



Saidah Ariany

NIM : 17111024110105

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP DEPRESI
PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK : *LITERATURE REVIEW***

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :

SAIDAH ARIANY

17111024110105

Disetujui untuk di ujikan

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 DEPRESI :
*LITERATURE REVIEW***

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :

SAIDAH ARIANY

17111024110105

Diseminarkan dan Diujikan

Pada tanggal, 05 Juli 2021

Penguji I



Ns. Alfi Arif Fakhrrur Rizal, M.Kep
NIDN. 1111038601

Penguji II



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

Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan




Ns. Siti Khoirul Muflihatin, M.Kep
NIDN. 1115017703

MOTTO

**Waktu Bagaikan Pedang, Jika Engkau Tidak
Memanfaatkannya Dengan Baik, Maka Ia Akan
Memanfaatkanmu**

H.R. Muslim

Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap Depresi: *Literature Review*

Saidah Ariany¹, Thomas Ari Wibowo²
Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
E-mail : saidahariany@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Berdasarkan Riskesdas (2018) diketahui bahwa peristiwa depresi yang terjadi di Negara Indonesia saat ini paling banyak terjadi di provinsi Sulawesi Tengah dengan presentase 12,3% dan paling sedikit terjadi di Provinsi Jambi dengan presentase 1,8%. Depresi adalah gangguan afektif akibat kesalahan pola pikir individu mengenai dirinya sendiri, lingkungannya dan masa depannya sehingga terjadi perubahan spesifik pada perasaannya dan pandangannya mengenai konsep dirinya sendiri negatif, depresi ditandai dengan adanya perasaan sedih yang mendalam, perasaan tidak memiliki arti dan perasaan bersalah, adanya penarikan diri dari lingkungan dan orang lain, kesulitan untuk tidur, selera makan tidak ada, kehilangan hasrat seksual dan memiliki keinginan untuk mati atau keinginan melakukan bunuh diri serta mengalami kehilangan perasaan bahagia dalam melakukan aktivitasnya. Depresi harus ditangani dengan baik dan cara mengurangi depresi dapat dilakukan dengan pemberian *massage*, maka dari itu peneliti ingin mengetahui apakah *slow stroke back massage* memiliki pengaruh terhadap penurunan depresi.

Tujuan: Karya Ilmiah ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap depresi.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode studi *literature review* dengan menggunakan databased seperti *Google Scholar* dan *PubMed* sebagai sumber pencarian referensi yang terkait dengan intervensi *slow stroke back massage* terhadap depresi.

Hasil: Berdasarkan hasil *literature review* ini dapat disimpulkan bahwa *massage* terutama *slow stroke back massage* dapat menurunkan tingkat depresi dan mengurangi gejala depresi yang timbul.

Kata Kunci: *Slow Stroke Back Massage*, Depresi, Relaksasi

¹ Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

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

Saidah Ariany¹, Thomas Ari Wibowo²
Faculty of Nursing, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
E-mail : saidahariany@gmail.com

ABSTRACT

Background: Based on Riskesdas (2018), it is known that depression events that occur in Indonesia currently mostly occur in Central Sulawesi province with a percentage of 12.3% and the least occurs in Jambi Province with a percentage of 1.8%. Depression is an affective disorder due to errors in the individual's thought patterns about himself, his environment and his future so that there are specific changes in his feelings and his view of his self-concept is negative, depression is characterized by feelings of deep sadness, feelings of meaninglessness and guilt, withdrawal themselves from the environment and other people, difficulty sleeping, no appetite, loss of sexual desire and have the desire to die or the desire to commit suicide and experience loss of feeling happy in doing activities.

Purpose: This scientific work aims to determine whether there is an effect of Slow Stroke Back Massage on depression.

Methods: This study uses a literature review study method using databases such as Google Scholar and PubMed as a source of reference searches related to the Slow Stroke Back Massage intervention against depression.

Results: Based on the results of this literature review, it can be concluded that massage, especially Slow Stroke Back Massage can reduce depression levels and reduce symptoms of depression that arise.

Keywords: Slow Stroke Back Massage, Depression, Relaxation

¹ Student of S1 Nursing, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Lecturer of S1 Nursing, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT, atas berkat rahmat dan hidayahnya sehingga proposal penelitian ini dapat saya selesaikan 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 masa yang terang benderang dan penuh dengan ilmu pengetahuan.

Tujuan saya menyusun skripsi yang berjudul "PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE* TERHADAP DEPRESI : *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 skripsi 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 skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.

Tidak lupa dengan segala kerendahan hati saya ucapkan terimakasih banyak kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji, Ms selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ibu Dr. Hj. Nunung Herlina, S.Kp, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan.
3. Ibu Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas 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 terimakasih banyak atas segala ilmu, bimbingan, pengarahan dan bantuan serta motivasi yang sudah beliau berikan kepada saya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat waktu.
5. Ibu Ns. Milkhatun, M.Kep selaku dosen yang mengajar sekaligus koordinator mata ajar skripsi yang saya hormati dan sayangi, saya ucapkan terimakasih banyak karena selalu memberikan ilmu yang berlimpah kepada saya terkait bagaimana menyusun skripsi dengan baik dan benar dengan sabar.
6. Bapak Ns. Alfi Arif Fakhrur Rizal, M.Kep selaku penguji ujian proposal yang saya hormati, saya ucapkan terimakasih atas kesediaan beliau dalam meluangkan waktunya untuk menguji saya dengan sabar dalam rangka memenuhi syarat untuk menyelesaikan pendidikan tingkat sarjana yang sedang saya jalani.

7. Keluarga saya yang selalu mendukung dan memberikan motivasi serta semangat dalam penyusunan skripsi ini.
8. Teman-teman saya yaitu Amrina Rosyada, Nur Hamidah, Kasmawati Bakhri, Besse Nur Aisiah, Nur Hasanah, Kiranti Ayu Safitri, Suci Ariyani yang selalu mendukung saya, memberikan motivasi dan memberi semangat serta membantu saya selama proses penyusunan skripsi ini.

Dengan segala kerendahan hati serta hormat, saya mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun agar skripsi ini dapat disempurnakan. Saya juga berharap semoga skripsi ini dapat memenuhi harapan kita semua dan memenuhi syarat dalam proses menyelesaikan pendidikan tingkat sarjana yang sedang saya jalani. Aamiin ya robbal alamin.

Samarinda, 07 Desember 2020

Penyusun

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Sampul	i
Halaman Judul	ii
Surat Pernyataan Keaslian Penelitian.....	iii
Lembar Persetujuan.....	iv
Lembar Pengesahan.....	v
Motto	vi
Intisari	vii
<i>Abstract</i>	viii
Kata Pengantar	ix
Daftar Isi	xii
Daftar Tabel	xv
Daftar Gambar	xvi
Daftar Lampiran	xvii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	8

A. Telaah Pustaka	8
1. Konsep Depresi	8
a. Definisi Depresi	8
b. Penyebab Depresi	9
c. Tanda Gejala Depresi.....	16
d. Pengukuran Depresi.....	17
e. Tingkat Depresi	18
2. Konsep <i>Slow Stroke Back Massage</i>	19
a. Definisi <i>Massage</i>	19
b. Definisi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	20
c. Pengaruh <i>Slow Stroke Back Massage</i> Terhadap Depresi.....	21
d. Prosedur atau Langkah-Langkah <i>Slow Stroke Back Massage</i> ..	24
B. Penelitian Terkait	26
C. Kerangka Teori.....	30
D. Kerangka Konsep.....	32
E. Hipotesis	33
BAB III. METODE	34
A. Desain Penelitian	34
B. Pencarian Literatur.....	35
C. Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	36
D. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas	37
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Hasil dan Analisis.....	38

B. Pembahasan	71
BAB V. PENUTUP	93
A. Kesimpulan	93
B. Keterbatasan Penelitian	94
C. Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA.....	97
LAMPIRAN.....	104

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	36
Tabel 4.1 Hasil Analisis Jurnal	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Proses <i>Slow Stroke Back Massage</i>	25
Gambar 2.2 Kerangka Teori	31
Gambar 2.3 Kerangka Konsep.....	32
Gambar 3.1 Diagram Flow	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Biodata Peneliti	105
Lampiran 2. Surat Pernyataan Tidak Melakukan Uji Validitas.....	106
Lampiran 3. Kuesioner <i>BDI (Beck Depression Inventory)</i>	107
Lampiran 4. Lembar Jawaban Kuesioner <i>BDI (Beck Depression Inventory)</i> ..	113
Lampiran 5. Interpretasi Hasil Penjumlahan Skor Kuesioner <i>BDI (Beck Depression Inventory)</i>	115
Lampiran 6. Cover Jurnal yang Dilakukan Review.....	116
Lampiran 7. Hasil Uji Turnitin	131
Lampiran 8. Buku Monitoring	144