

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung

Program Studi Keperawatan Bogor

Hilda Ainusyifa

NIM. P17320319066

Penerapan *Slow Stroke Back Massage* Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Pasien Post Operasi Di RSUD Kota Bogor

### **ABSTRAK**

**Latar belakang:** Operasi atau pembedahan adalah suatu tindakan medis yang penting pada pelayanan kesehatan. pasien yang sudah menjalani tindakan pembedahan butuh istirahat lebih banyak pada proses penyembuhan penyakitnya maka gangguan tidur mampu terjadi pada pasien dampak nyeri yang dirasakan. Tidur merupakan kebutuhan fisiologis dasar bagi setiap manusia. Salah satu terapi non medikasi yang bisa diberikan untuk mengatasi gangguan kualitas tidur adalah terapi massage jenis *Slow Stroke Back Massage* adalah metode yang dilakukan 12-15 kali pijatan dalam satu menit dalam waktu 3- 10 menit. Usapan yang panjang dan lembut memberikan kesenangan dan kenyamanan bagi klien. **Tujuan:** Mengetahui kualitas tidur pada pasien post operasi sehingga dapat dilakukan *Slow Stroke Back Massage* untuk meningkatkan kualitas tidur. **Metode:** Penerapan ini menggunakan penelitian studi kasus dengan desain penelitian deskriptif. Pengambilan sample menggunakan lembar pengukuran kualitas tidur dengan jumlah 3-5 responden. **Hasil:** hasil penelitian ini terdapat perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan *Slow Stroke Back Massage* pada Tn S sebelum dilakukan kualitas tidur 10 (buruk) setelah dilakukan menjadi 4 (kualitas tidur baik). Pada Ny M sebelum dilakukan kualitas tidur 12 (buruk) setelah dilakukan kualitas tidur menjadi 4 (baik). **Kesimpulan:** penerapan *Slow Stroke Back Massage* terbukti dapat meningkatkan kualitas tidur pada pasien post operasi di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Bogor

**Kata Kunci:** Kualitas tidur, post operasi, *Slow Stroke Back Massage*

Health Polytechnic Ministry Of Health Bandung

Bogor Nursing Study Program

Hilda Ainusyifa

P17320319066

Application Of Slow Strke Back Massage To Improve Sleep Quality In Post Operative Patients At The Bogor City Hospital

### **ABSTRACT**

**Background:** surgery is an important medical action in helth services. Patients who have undergone surgery need more rest during the healing process. So sleep disturbances can occur in patients due to the pain they feel. Sleep is a basic physiological need for every human being. One of the non-medical therapies that can be given to overcome sleep quality disorders is massage therapy type slow stroke back massage is a method of doing 12-15 massage in one minute for 3-10 minutes. Long, gentle stroke provide pleasure and comfort for the client. **Objective:** to determine the quality pf sleep in post operative patients so that a slow stroke back massage can be performed to improve sleep wuality. **Methods:** this application uses case study reearch with a descriptive research design. Sampling used a sleep quality measurement sheet with a total of 3-5 respondents. **Results:**the reasults of this study showed a difference before and after the slow stroke back massage was performed on Mr. S before the sleep quality wa 10(bad) after being carried out to 4 (good). Ms. M before the sleep quality was 12(bad) after being carried out to 4 (good). **Conclusion:** the application of slow stroke back massage has been proven to improve sleep quality in postoperative patients at the Bogor City Regional General Hospital.

Keywords: Sleep quality, post surgery, slow stroke back massage