

LAMPIRAN

Lampiran 1 SOP Terapi Slow Stroke Back Massage

No	Standar	Prosedur Operasional
1.	Pengertian	Slow stroke back masage merupakan tindakan stimulasi kulit dan jaringan di bawahnya dengan variasi tekanan tangan untuk mengurangi nyeri, memberikan relaksasi, dan meningkatkan sirkulasi.
2.	Manfaat	1. Menurunkan ketegangan otot 2. Melancarkan sirkulasi darah 3. Menurunkan tekanan darah 4. Menurunkan nyeri 5. Meningkatkan relaksasi
3.	indikasi	1. Klien mengalami nyeri 2. Klien mengalami ansietas 3. Klien dengan keluhan kekakuan dan ketegangan otot 4. Klien dengan kesulitan tidur
4.	kontraindikasi	1. Fraktur tulang rusuk 2. Luka bakar 3. Daerah kemerahan pada kulit 4. Luka terbuka pada punggung
5	Persiapan alat	1. Selimut 2. Minyak zaitun/ lotion
6	Persiapan lingkungan	1. Persiapan tempat 2. Persiapan posisi klien 3. Persiapan ruangan
7	Persiapan perawat	1. Mengatur posisi klien 2. Mengkaji kondisi kulit klien

		3. Mengkaji skala nyeri pada klien 4. Mengkaji tekanan darah
8.	Persiapan perawat	1. Beri salam dan perkenalkan diri 2. Mencuci tangan 3. Menjelaskan tujuan pemberian SSBM
9.	Fase Kerja	1. Beritahu pasien bahwa tindakan akan segera dilakukan 2. Cek alat-alat yang akan digunakan 3. Dekatkan alat ke sisi tempat tidur pasien 4. Posisikan pasien senyaman mungkin 5. Bantu pasien melepas baju 6. Buka punggung pasien, bahu, dan lengan atas tutup sisanya dengan selimut mandi 7. Aplikasikan minyak zaitun atau lotion pada bagian bahu dan punggung 8. Meletakkan kedua tangan pada sisi kanan dan kiri tulang belakang pasien. Memulai masase dengan gerakan effleurage, yaitu masase dengan gerakan sirkuler dan lembut secara perlahan ke atas menuju bahu dan kembali ke bawah hingga ke bokong. 9. Gerakan kedua yaitu teknik remasan (mengusap otot bahu), dengan satu tangan menekan dan

		tangan satunya meremas otot yang lain, angkat jaringan sambil diputar 10. Gerakan ketiga yaitu teknik friction atau menggunakan jari atau ibu jari dengan gerakan memutar atau sirkuler, setelah itu dorong daging ke arah luar dengan secara bergantian dalam gerakan setengah lingkaran atau lurus berirama 11. Gerakan keempat yaitu teknik effleurage dengan kedua tangan, memberikan sentuhan sedikit menekan dari arah ilika hingga pundak atau sebaliknya 12. Gerakan kelima dengan teknik petrissage yaitu menekan punggung secara horizontal. 13. Gerakan keenam yaitu teknik tapotement atau tekanan menyikat dengan menggunakan ujung jari, digunakan pada akhir massage dan berikan sentuhan massage memutar untuk mengakhiri massage 14. Bersihkan sisa lotion pada punggung dengan handuk 15. Bantu klien ke posisi semula 16. Beritahu bahwa tindakan sudah selesai 17. Bereskan alat-alat yang telah digunakan dan kaji respon klien 18. Bereskan alat-alat yang telah digunakan Kaji respon klien
--	--	--

		19. Melepaskan handscoon 20. Mencuci tangan 21. Akhiri tindakan slow stroke back massage dan melakukan evaluasi
		1. Evaluasi respon klien 2. Mengkaji kembali skala nyeri pada klien 3. Mengecek kembali tekanan darah pada klien

Sumber: Heni, 2023

Lampiran 2 Pengkajian Nyeri



Sumber: (Andarmoyo, 2017)

Keterangan:

1. 0 = tidak terasa sakit
2. 1 = nyeri hampir tak terasa (sangat ringan), seperti gigitan nyamuk.
3. 2 (tidak menyenangkan) = nyeri ringan seperti cubitan ringan pada kulit
4. 3 (bisa ditoleransi) = nyeri sangat terasa seperti pukulan ke hidung yang menyebabkan hidung berdarah atau suntikan oleh dokter
5. 4 (menyedihkan) = kuat, nyeri yang dalam, seperti sakit gigi atau rasa sakit dari sengatan lebah
6. 5 (sangat menyedihkan) = kuat, dalam, nyeri yang menusuk, seperti pergelangan kaki terkilir
7. 6 (intens) = kuat, dalam, nyeri yang menusuk kuat sehingga tampaknya memengaruhi sebagian indra, tidak fokus, komunikasi terganggu
8. 7 (sangat intens) = sama seperti 6 kecuali bahwa sakit benar-benar mendominasi indra dan menyebabkan tidak dapat berkomunikasi dengan baik dan tak mampu melakukan perawatan diri

9. 8 (benar-benar menyakitkan) = nyeri begitu kuat sehingga anda tidak lagi dapat berpikir jernih, dan sering mengalami perubahan kepribadian yang parah jika sakit datang dan berlangsung lama
10. 9 (menyiksa tak tertahankan) = nyeri begitu kuat sehingga anda tidak bisa menoleransinya dan sampai menuntut untuk segera menghilangkan rasa sakit apapun caranya, tidak peduli apa efek samping atau risikonya.
11. 10 (sakit tak terbayangkan dan tak dapat diungkapkan) = nyeri begitu kuat tak sadarkan diri.

Lampiran 3 Hasil Monitoring Tekanan Darah

Hari	Tanggal	Waktu	TD	Keterangan
1	28 April 2025	Sebelum Terapi	180/100 mmHg	Tekanan darah tinggi, pasien tampak tegang
		Setelah Terapi	175/90 mmHg	Sedikit menurun, pasien mulai rileks
2	29 April 2025	Sebelum Terapi	170/90 mmHg	Pasien tampak lebih tenang
		Setelah Terapi	160/80 mmHg	Penurunan stabil, respon baik
3	30 April 2025	Sebelum Terapi	150/80 mmHg	Tekanan darah menurun dibanding hari pertama
		Setelah Terapi	140/90 mmHg	Mencapai batas normal tinggi

Catatan:

- Terapi diberikan selama **15 menit setiap sesi**
- Pengukuran dilakukan **sebelum dan sesudah** terapi setiap hari.
- Respon subjektif pasien: menyatakan nyeri berkurang dan tubuh terasa lebih ringan.

Lampiran 4 Dokumentasi Kegiatan



Lampiran 5 Hasil Turnitin

PENERAPAN TERAPI SLOW STROKE BACK MASAGE (SSBM) UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI			
ORIGINALITY REPORT			
16%	15%	14%	27%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS
PRIMARY SOURCES			
1	repository.poltekkesbengkulu.ac.id Internet Source	1	1%
2	perpustakaan.rsmoewardi.com Internet Source	1	1%
3	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur III Student Paper	1	1%
4	repository.uds.ac.id Internet Source	1	1%
5	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	1	1%
6	eprints.kertacendekia.ac.id Internet Source	1	1%
7	perpus-utama.poltekkes-malang.ac.id Internet Source	1	1%
8	repository.stikeshangtuh-sby.ac.id Internet Source	1	1%
9	repository.universitalirsyad.ac.id Internet Source	1	1%
10	es.scribd.com Internet Source	<1	<1%

Lampiran 6 Lembar Bimbingan



**LEMBAR BIMBINGAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES MALANG**

Nama Mahasiswa : Elsa Hardiyanti MP

NIM : P17212245086

Nama Pembimbing : Tri Nataliswati, S.Kep., Ns., M.Kep

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN	
			PEMBIMBING	MAHASISWA
1	28 April 2025	- Sesuaikan judul dengan penulisan di pedoman KIAN - Revisi judul		
2	3 Mei Februari 2025	- ACC Judul - Lanjut mengerjakan BAB 1 disesuaikan dengan pedoman		
3	22 Mei 2025	- Bimbingan BAB 1 dan 2 - Tujuan penulisan KIAN difokuskan pada asuhan keperawatan		
4	28 Mei 2025	- Bimbingan terkait BAB 3 - Kriteria hasil disesuaikan dengan buku SLKI		
5	4 Juni 2025	- Bimbingan terkait BAB 4 - Menambah tabel rumusan masalah		
6	13 Juni 2025	- Bimbingan terkait keseluruhan KIAN BAB 1-6 - Revisi saran dan kesimpulan		
7.	16 Juni 2025	- Menambah opini - Menambah pembahasan		
8.	19 Juni 2025	- ACC BAB 1-6 - ACC sidang KIAN		

Malang, 19 Juni 2025

Mengetahui



Ketua Program Studi

Pendidikan Profesi Ners

(Joko Wiyono, S.Kep., M. Kep., Sp. Kom)
NIP. 196909021992031002

Pembimbing KIAN

(Tri Nataliswati, S.Kep., Ns., M.Kep)
NIP. 196512151997032001