

SKRIPSI

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE (SSBM)*
TERHADAP STRES PADA PASIEN DIABETES MELITUS
TIPE 2 DI PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2023**



OLEH:

MARIA SHOLASTICHA PUTU ERLINA S

NIM. P07120219068

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023**

SKRIPSI

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE (SSBM)*
TERHADAP STRESS PADA PASIEN DIABETES MELITUS
DI PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2023**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

**MARIA SHOLASTICHA PUTU ERLINA S
NIM. P07120219068**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE (SSBM)*
TERHADAP STRESS PADA PASIEN DIABETES MELITUS
DI PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2023**

**Diajukan oleh :
MARIA SHOLASTICHA PUTU ERLINA S
NIM. P07120219068**

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



I Nengah Sumirta, SST, S.Kep., Ns, M.Kes.
NIP. 1965022251986031002

Pembimbing Pendamping :



I Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns, M.Si
NIP. 196510081986031001

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE (SSBM)*
TERHADAP STRES PADA PASIEN DIABETES MELITUS
TIPE 2 DI PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2023**

**Diajukan oleh :
MARIA SHOLASTICHA PUTU ERLINA S
NIM. P07120219068**

**TELAH DISEMINARKAN DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : JUMAT
TANGGAL : 16 JUNI 2023**

TIM PENGUJI :

- | | |
|---|--------------------|
| 1. <u>I Gusti Ayu Harini, SKM., M.Kes.</u>
NIP. 196412311985032011 | Ketua
Penguji |
| 2. <u>N.L.K. Sulisnadewi, M.Kep., Ns., Sp.Kep.An</u>
NIP. 197406221998032001 | Anggota
Penguji |
| 3. <u>Ni Nyoman Hartati, S.Kep.Ns.M.Biomed</u>
NIP. 196211081982122001 | Anggota
Penguji |

(.....)

(.....)

(.....)

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMAHARSAKES DENPASAR**

**Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP. 196812311992031020**

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maria Sholasticha Putu Erlina S
NIM : P07120219068
Program Studi : S.Tr Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2023
Alamat : Jalan P. Bungin No 11B Denpasar Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Proposal Penelitian dengan judul Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Stress Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa proposal penelitian ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 28 April 2023

Yang membuat pernyataan



Maria Sholasticha Putu Erlina S

NIM .P07120219068

The Effect of Slow Stroke Back Massage on Stress in Patients With Type 2 Diabetes Mellitus at Puskesmas Denpasar Selatan 1 on 2023

ABSTRACT

By : Maris Sholasticha Putu Erlina S

*Diabetes mellitus is a disease caused by damage to the hormone insulin in the body and increased levels of glucose in the blood. DM patients are at risk of being exposed to stress due to changes in their lifestyle after being diagnosed with diabetes mellitus. Stress makes poor control of blood sugar levels. **The aims of research** to determine the effect of slow stroke back massage on stress in patients with type 2 diabetes mellitus at Psukesmas I Denpasar Selatan on 2023. This research used **the method** pre-experimental with one-group pre-post test design. Sampling with non-probability sampling with purposive sampling. Respondent 27 people. The research instrument used the Perceived Stress Scale. The normality test uses Shapiro-Wilk test. Hypothesis testing using Wilcoxon Signed Ranks Test. **The result** showed that most of the respondent entered the moderate stress category 21 people (77,8%) and 6 people (22,2%) with severe stress before being given a slow stroke back massage. after treatment the result showed a mild stress category of 20 people (74,1%) and moderate stress 7 people (25,9%) with a decreasing score. After analysis, it was found that the p-value was sig.(2-tailed) = 0.000 < alpha (0.05). **The conclusion** is that there is an effect of slow stroke back massage on stress in type 2 diabetes mellitus patients at Puskesmas Health Center I South Denpasar in 2023, meaning that slow stroke back massage can reduce stress in DM patients. **Suggestions** for future researchers are expected to be able to use simple random sampling techniques in taking samples.*

Keywords : Slow Stroke Back Massage, Stress, Diabetes Mellitus

Pengaruh Slow Stroke Back Massage Terhadap Stress Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023

ABSTRAK

Oleh : Maria Sholasticha Putu Erlina S

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit yang disebabkan oleh rusaknya hormon insulin dalam tubuh dan meningkatnya kadar glukosa dalam darah. Pasien DM beresiko terkena stres karena perubahan gaya hidupnya setelah dinyatakan terdiagnosis diabetes melitus. Stres yang terjadi menyebabkan buruknya pengontrolan kadar gula dalam darah. **Tujuan** penelitian ini mengetahui pengaruh *slow stroke back massage* terhadap stres pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2023. Penelitian ini menggunakan **metode** *pre-experimental* berjenis *one-group pre-post test design*. Pengambilan sampel dengan *non-probability sampling* berjenis *purposive sampling*. Responden sebanyak 27 orang. Instrumen penelitian menggunakan *Perceived Stress Scale* (PSS). Uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk*. Uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*. **Hasil** menunjukkan sebagian besar responden masuk kategori stres sedang 21 orang (77,8%) sisanya stres berat 6 orang (22,2%) sebelum diberikan *slow stroke back massage*. Setelah perlakuan, hasil menunjukkan kategori stres ringan 20 orang (74,1%), dan stres sedang 7 orang (25,9%) dengan skor yang menurun. Setelah dianalisis didapatkan *p-value* pada *sig.(2-tailed)* = 0,000 < alpha (0,05). **Kesimpulannya** bahwa ada pengaruh *slow stroke back massage* terhadap pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2023, artinya *slow stroke back massage* dapat menurunkan stres pada pasien DM. **Saran** bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan teknik *simple random sampling* dalam pengambilan sampel.

Kata Kunci : *Slow Stroke Back Massage*, Stres, Diabetes Melitus

RINGKASAN PENELITIAN

Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023

Oleh : Maria Sholasticha Putu Erlina S (P07120219068)

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit yang disebabkan oleh rusaknya hormon insulin dalam tubuh dan meningkatnya kadar glukosa dalam darah. Menurut International Diabetes Federation (2019) angka kejadian DM di dunia adalah 463 juta jiwa atau 9,3%. Jumlah penyakit DM tipe 2 merupakan 95% dari populasi di dunia. Prevalensi diabetes melitus di Indonesia tahun 2021 sebesar 19,46 juta jiwa atau 81,8%. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2021) terdapat 53.762 jiwa penduduk yang menderita diabetes melitus. Menurut data Dinas Kota Denpasar (2021) jumlah pasien diabetes melitus sebanyak 10.353 jiwa. Pasien diabetes melitus ini akan berisiko dua kali lipat terkena stres dibandingkan dengan yang tidak terkena diabetes melitus. Stres pada pasien diabetes melitus dapat memicu berbagai dampak dan masalah. Hal ini dapat mempengaruhi kurangnya dalam pengontrolan kadar gula dalam darah. Pasien DM lebih cenderung tidak dapat menerima penyakitnya hal tersebut akan menyebabkan penurunan kondisi pada pasien sehingga kurangnya manajemen perawatan pada diri pasien (Marcelina & Candra, 2022).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *slow stroke back massage* terhadap stres pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2023. Rancangan penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre experimental* dengan jenis rancangan yakni pra-pasca tes dalam satu kelompok (*One-group pre-post test design*). Jumlah subyek penelitian adalah sebanyak 27 responden. Instrumen penelitian ini memakai *Perceived Stress Scale* (PSS). Uji normalitas data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *Shapiro-Wilk*. Karena data yang didapatkan tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji hipotesis yang dipilih yakni uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Hasil menunjukkan sebagian besar responden masuk kategori stres sedang 21 orang (77,8%) sisanya stres berat 6 orang (22,2%) sebelum diberikan *slow stroke back massage*. Setelah diberikan perlakuan *slow stroke back massage* stres subyek penelitian mengalami penurunan menjadi kategori stres ringan 20 orang (74,1%), dan stres sedang 7 orang (25,9%). Setelah dianalisis didapatkan hasil *p*-value yang didapat pada kolom *sig.(2-tailed)* = 0,000 < alpha (0,05). Jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian *slow stroke back massage* terhadap stres pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2023, yang artinya *slow stroke back massage* dapat menurunkan stres pasien diabetes melitus tipe 2. Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengembangkan penelitian tentang *slow stroke back massage* terhadap stres pada pasien diabetes melitus tipe 2 menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan *simple random sampling*.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa atau Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena berkat asung kerta wara nugraha-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* Terhadap Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023” tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan.

Skripsi ini dapat terselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr.Sri Rahayu,S.Kp.,Ns.,S.Tr.Keb.M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menempuh program pendidikan Sarjana Terapan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Ibu dr. Ni Km Wulan Putri Tjatera selaku Kepala Puskesmas I Denpasar Selatan beserta staff yang telah memberikan ijin melakukan penelitian di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Selatan.
3. Bapak Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
4. Ibu N.L.K. Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An. selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Skripsi ini.

5. Bapak I Nengah Sumirta, SST.,S.Kep.,Ns.,M.Kes. selaku pembimbing utama yang telah memberikan masukan dan bimbingan sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Bapak I Wayan Candra, Spd.,S.Kep.,Ns.,M.Si. selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan, pengetahuan, dan bimbingan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
7. Seluruh dosen serta staff Program Studi Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan dan bimbingan selama menempuh pendidikan.
8. Mahasiswa Angkatan 2019 Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang banyak memberikan masukan dan dukungan kepada peneliti.
9. Teristimewa kepada kedua orang tua, seluruh keluarga, orang tersayang dan teman - teman peneliti yang telah memberikan dorongan, motivasi, dan semangat dalam penyusunan Skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Dalam Skripsi ini, peneliti menyadari masih ada kekurangan yang harus di perbaiki, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan Skripsi ini

Denpasar, Mei 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
ABSTRAK.....	vi
RINGKASAN PENELITIAN.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat teoritis	6
2. Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Stres	7
1. Definisi Stres.....	7
2. Tanda dan gejala stres	7
3. Faktor risiko stres	7

4.	Alat ukur stres	8
5.	Gejala Stres	9
6.	Tingkatan Stres.....	10
B.	Diabetes Mellitus	11
1.	Definisi diabetes mellitus	11
2.	Klasifikasi diabetes mellitus.....	12
3.	Tanda dan Gejala Klinis Diabetes Mellitus.....	14
4.	Patofisiologi diabetes melitus.....	15
5.	Kriteria diabetes mellitus	16
6.	Faktor Risiko Diabetes Mellitus.....	17
7.	Komplikasi diabetes melitus	20
8.	Penatalaksanaan diabetes melitus.....	22
C.	Diabetes Mellitus dan Stres.....	24
D.	<i>Slow Stroke Back Massage</i>	25
1.	Definisi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	25
2.	Manfaat <i>Slow Stroke Back Massage</i>	26
3.	Indikasi dan kontraindikasi	27
4.	Prosedur pelaksanaan SSBM	27
E.	Pengaruh <i>Slow Stroke Back Massage</i> Terhadap Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2	29
BAB III KERANGKA KONSEP		
A.	Kerangka Konsep	31
B.	Variabel dan Definisi Operasional Variabel	32
1.	Variabel penelitian	32
2.	Definisi operasional	33
C.	Hipotesis	36
BAB IV METODE PENELITIAN		
A.	Jenis Penelitian.....	37

B. Alur Penelitian	38
C. Tempat dan Waktu Penelitian	39
D. Populasi dan sampel.....	39
1. Populasi penelitian	39
2. Sampel penelitian	39
3. Jumlah dan Besar Sampel	40
4. Teknik sampling.....	41
E. Jenis dan metode pengumpulan data.....	42
1. Jenis data yang dikumpulkan	42
2. Cara pengumpulan data	42
3. Instrumen pengumpulan data	45
F. Pengolahan dan Analisis Data	46
1. Teknik pengolahan data	46
2. Analisis data	47
G. Etika Penelitian	48
1. <i>Informed consent</i> / penjelasan dan persetujuan.....	48
2. <i>Autonomy</i> / menghormati harkat dan martabat manusia	49
3. <i>Confidentiality</i> / kerahasiaan	49
4. <i>Justice</i> / keadilan.....	49
5. <i>karakBeneficience dan non maleficience</i>	49

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	51
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	51
2. Karakteristik Subyek Penelitian	52
3. Hasil pengamatan terhadap subyek penelitian berdasarkan variabel penelitian.....	54
4. Hasil analisa data.....	56
B. Pembahasan	62
C. Kelemahan Penelitian	71

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan72

B. Saran.....73

DAFTAR PUSTAKA74

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Perceived Stress Scale.....	7
Tabel 2 Kadar Glukosa Darah dalam Mendiagnosis DM	17
Tabel 3 Definisi Operasional	33
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia	52
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin	52
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	53
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan	53
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Perkawinan	54
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Faktor Genetik	54
Tabel 10 Skor PSS	55
Tabel 11 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Sebelum diberikan Terapi	56
Tabel 12 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Sesudah diberikan Terapi.....	57
Tabel 13 Hasil Uji Normalitas	57
Tabel 14 Hasil Uji <i>Wilxocon</i>	58
Tabel 15 Hasil Analisa Tingkat Stres Berdasarkan Usia	59
Tabel 16 Hasil analisa Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin.....	59
Tabel 17 Hasil Analisa Tingkat Stres Berdasarkan Pendidikan.....	60
Tabel 18 Hasil Analisa Tingkat Stres Berdasarkan Perkerjaan	60
Tabel 19 Hasil Analisa Tingkat Stres Berdasarkan Pernikahan.....	61
Tabel 20 Hasil Analisa Tingkat Stres berdasarkan Faktor Genetik	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep	31
Gambar 2. Rancangan Penelitian	37
Gambar 3. Alur Kerangka Kerja	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	80
Lampiran 2. Rancangan Anggaran Biaya	81
Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden	82
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan	83
Lampiran 5. Prosedur <i>Slow Stroke Back Massage</i> untuk Pasien Stres	87
Lampiran 6. Instrumen Pengumpulan Data <i>Perceived Stress Scale</i> (PSS).....	90