

LITERATUR REVIEW
PENGARUH MELUKAT TERHADAP PENURUNAN STRES
TAHUN 2020



Oleh :

PUTU RATIH KARTIKA DEWI APRILLIANTI
NIM. P07120216069

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2020

LITERATUR REVIEW

**PENGARUH MELUKAT TERHADAP PENURUNAN STRES
DI UPT. KESMAS GIANYAR I
TAHUN 2020**

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

Oleh :

**PUTU RATIH KARTIKA DEWI APRILLIANTI
NIM. P07120216069**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2020**

**LEMBAR PERSETUJUAN
LITERATUR REVIEW DENGAN JUDUL:**

**PENGARUH MELUKAT TERHADAP PENURUNAN STRES
TAHUN 2020**

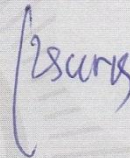
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



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

Pembimbing Pendamping



I Nengah Sumirta, SST., S.Kep, Ns.M.Kes
NIP. 196502251986031002

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I.D.P.G Putra Yasa, S.Kp, M.Kep, Sp.MB
NIP.197108141994021001

**LEMBAR PENGESAHAN
LITERATUR REVIEW DENGAN JUDUL:**

**PENGARUH MELUKAT TERHADAP PENURUNAN STRES
TAHUN 2020**

TELAH DIUJI OLEH TIM PENGUJI :

PADA HARI : SELASA

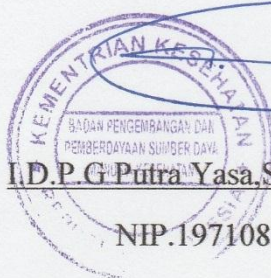
TANGGAL : 02 JUNI 2020

TIM PENGUJI :

1. I Gusti Ayu Harini, SKM., M.Kes (Ketua) (.....)
NIP. 196412311985032011
2. I Wayan Candra, S.Pd.,S.kep.,Ns.,M.Si (Anggota I) (.....)
NIP. 196510081986031001
3. I Gede Widjanegara.,SKM.,M.Fis (Anggota II) (.....)
NIP. 195805201979101001

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**


I.D.P.G Putra Yasa, S.Kp.M.Kep.Sp.MB
NIP.197108141994021001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putu Ratih Kartika Dewi Aprillianti
NIM : P07120216069
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2020
Alamat : Jl. Pulau Moyo No. 33A Pedungan, Denpasar
Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Literatur riviw dengan judul Pengaruh Melukat Terhadap Penurunan Stres Pada Pasien Hipertensi adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Literatur Riview 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, Mei 2020

Yang membuat pernyataan



Putu Ratih Kartika Dewi Aprillianti

NIM. P07120216069

**THE EFFECT OF MELUKAT
ON REDUCING STRESS LEVELS**

ABSTRACT

Background: Impaired processes and poor thinking ability can cause stress. Stress that is felt will disturb and cause physiological, emotional, cognitive, and behavioral reactions. Stress can be overcome by doing melukat. melukat is a physical cleansing and cleansing of the body that can provide peace of mind, soul, and freshness to the body so that it can reduce stress.

Purpose: This review literature aims to find out whether there is an influence of the melukat to reduce stress in studies.

Method: Journal search was carried out through three databases namely Garuda Portal, Google Scholar and Researchgate. The journals that are sought are in the form of research reports / scientific journals, reviews and books that deal with melukat, which discusses the effectiveness of painting for reducing stress.

Result: melukat is an inner cleansing and cleansing that can provide peace of mind, soul and body. Water as a source of holy water, which is believed to have the miracle of the healing energy of water by the Balinese people, through the medium of water and pancoran water. It is believed that the healing effect both physically and psychologically has worked.

Conclusion: melukat can provide peace of mind, soul and freshness to the body and it is believed that this ritual can provide healing effects both physically and psychologically. So it has an effect on reducing stress

Keywords: Ideologi Melukat, Melukat Wayang, Melukat Perspektif Air, Stress.

PENGARUH MELUKAT TERHADAP PENURUNAN STRES

ABSTRAK

Latar Belakang : Gangguan proses dan kemampuan berfikir yang tidak baik bisa menyebabkan stres. Stres yang dirasa akan mengganggu dan menimbulkan reaksi fisiologis, emosi, kognitif, maupun perilaku. Stres dapat diatasi dengan melakukan melukat. Melukat merupakan pembersihan dan penyucian diri secara lahir batin yang dapat memberikan ketenangan pikiran, jiwa, dan kesegaran bagi tubuh sehingga dapat menurunkan stres.

Tujuan : Literatur review ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh melukat terhadap penurunan stres pada penelitian-penelitian.

Metode : Penelusuran jurnal dilakukan melalui tiga *database* yaitu Portal Garuda, Google Scholar Dan *Researchgate*. Jurnal yang dicari berupa laporan hasil penelitian/jurnal ilmiah, review dan buku yang membahas mengenai melukat, yang membahas mengenai keefektifan melukat terhadap penurunan stres.

Hasil : Melukat merupakan pembersihan dan penyucian diri secara lahir batin yang dapat memberikan ketenangan pikiran, jiwa dan tubuh. Air sebagai sumber air suci, yang diyakini memiliki kemukjizatan energi penyembuhan air oleh masyarakat bali, melalui media air kelebutan dan pancoran. Jika diyakini efek penyembuhan baik secara fisik dan psikis sudah bekerja.

Kesimpulan : Melukat dapat memberikan ketenangan pikiran, jiwa dan kesegaran bagi tubuh dan diyakini ritual ini dapat memberikan efek penyembuhan baik secara fisik dan psikis. Sehingga berpengaruh dalam penurunan stres.

Kata kunci : Ideologi Melukat, Melukat Wayang, Melukat Perspektif Air, Stres.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan Literatur Review dengan judul “Pengaruh Melukat Terhadap Penurunan Stres” tepat pada waktunya. Literatur review ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha peneliti sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH., selaku Direktur Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan S.Tr.Kep di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar.
2. Bapak I Dw. Pt. Gd. Putra Yasa, S.Kp.,M.Kep.Sp.,MB selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Literatur review ini.
3. Ibu N.L.K Sulisnadewi, M.Kep,Ns.Sp.Kep.An, selaku Ketua Prodi DIV Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Literatur review ini.
4. Bapak I Wayan Candra, S.Pd.,S.kep.,Ns.,M.Si, selaku pembimbing utama yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan Literatur review ini.
5. Bapak I Nengah Sumirta, SST., S.Kep, Ns. M.Kes, selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan Literatur review ini.
6. Bapak dan Ibu pembimbing mata ajar Keperawatan Riset yang telah memberikan ilmu yang dapat digunakan dalam penyusunan Literatur review ini.

7. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan ilmu yang dapat digunakan dalam penyusunan Literatur review ini.
8. Mahasiswa angkatan tahun 2016 S.Tr.Kep Keperawatan Poltekkes Denpasar yang banyak memberikan masukan dan dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan Literatur review ini.
9. Bapak I Made Surasnata, Amd.Kep dan Ibu Ni luh Putu Priasni selaku orang tua peneliti yang telah memberikan dorongan moral maupun material dalam menyelesaikan Literatur review ini.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Literatur review ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Denpasar, Mei 2020

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
GAMBAR TABEL	xii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan umum	3
2. Tujuan khusus.....	3
D. Manfaat Penelitian	4
1. Manfaat teoritis.....	4
2. Manfaat praktis.....	4
E. Metode Literatur Riview	4
1. Kriteria inklusi.....	4
2. Strategi pencarian	4
 BAB II HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil	6
B. Pembahasan.....	21
1. Mengidentifikasi Hubungan Usia Terhadap Tingkat Stres	21
2. Mengidentifikasi Hubungan Jenis Kelamin Terhadap Tingkat Stres.....	21
3. Mengidentifikasi Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Melakukan Melukat.	21
4. Menganalisis hasil penelitian terhadap penurunan stress.....	23

Table 1	23
Hasil Pengaruh Melukat Terhadap Penurunan Stres	23
BAB III SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	32
B. Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA	34
LAMPIRAN	

GAMBAR TABEL

No	Judul	Halaman
1	Tabel 1 : Hasil Analisis Pengaruh Melukat Terhadap Penurunan Stres	23