



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN TERAPI *SWEDISH MASSAGE* TERHADAP GANGGUAN
RASA NYAMAN PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS SINDANGKASIH KABUPATEN CIAMIS**

SEVINA SUSANTI

NIM. P2.06.20.6.25.077

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**PENERAPAN TERAPI *SWEDISH MASSAGE* TERHADAP
GANGGUAN RASA NYAMAN PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINDANGKASIH
KABUPATEN CIAMIS**

SEVINA SUSANTI

NIM. P2.06.20.6.25.077

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya yang telah memberikan kesehatan kepada hambanya. Sholawat serta salam tidak lupa panjatkan kepada nabi Muhammad SAW. kepada keluarganya, sahabatnya dan kepada kita selaku umatnya. Alhamdulillah penulis telah menyelesaikan penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Terapi *Swedish Massage* Terhadap Gangguan Rasa Nyaman Pada Lansia dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sindangkasih Kabupaten Ciamis”.

Dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini penulis banyak sekali mendapat dorongan, bantuan, arahan, dan bimbingan dari berbagai pihak sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat terselesaikan dengan baik. Untuk itu dengan rasa tulus dan kerendahan hati, penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis baik dalam moril, materil maupun spiritual, selama penyusunan karya ilmiah akhir ini. Maka dari itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.An., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Jiwa., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Ida Rosdiana, M.Kep., Ns., Sp.Kep., MB. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

4. Ibu Kusmiyati., S.Kp., M.Kes. selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga serta pikiran untuk memberikan bimbingan, arahan serta motivasi dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
5. Seluruh staff pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.
6. Kepala Puskesmas dan CI Puskesmas Sindangkasih Kabupaten Ciamis, yang telah membantu dan memberikan bimbingan selama pengumpulan data untuk bahan kajian Karya Ilmiah yang akan dilakukan.
7. Kepada Bapak Dedi Susanto dan Ibu Atikah Maulina tercinta, saya mengucapkan terima kasih yang tulus atas doa, kasih sayang, dukungan, dan pengorbanan yang tak ternilai. Tanpa bimbingan dan cinta kalian, pencapaian ini tidak akan sampai pada titik ini.
8. Para sahabat yang selalu memberikan dukungan dan motivasi dalam proses membuat Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
9. Seluruh teman-teman Angkatan 3 Program Studi Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang selalu memberikan semangat dan dukungan serta bersama – sama berjuang melewati 2 semester di tahap profesi ini.
10. Semua pihak yang yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners dalam hal moral, tenaga, maupun spiritual, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang. Semoga Karya Ilmiah Akhir Ners ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca dalam proses pendidikan ke arah yang lebih baik lagi, terima kasih.

Tasikmalaya, 11 Juni 2026

Yang Membuat Pernyataan,

Penulis

PENERAPAN TERAPI SWEDISH MASSAGE TERHADAP GANGGUAN RASA NYAMAN PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SINDANGKASIH KABUPATEN CIAMIS

Sevina Susanti¹, Kusmiyati²

¹Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Tasikmalaya, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding Author : Sevina Email: sevinasusanti@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Lansia merupakan kelompok usia yang mengalami proses penuaan yang ditandai dengan penurunan fungsi fisiologis dan peningkatan kerentanan terhadap berbagai penyakit degeneratif, salah satunya hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang sering dialami oleh lansia dan dapat menimbulkan berbagai keluhan fisik, seperti sakit kepala, nyeri tengkuk, rasa tidak nyaman, dan ketegangan otot yang berdampak pada aktivitas sehari-hari serta kualitas hidup. Landasan teori penelitian meliputi konsep dasar lansia, konsep hipertensi, konsep gangguan rasa nyaman, dan konsep *Swedish Massage* sebagai terapi komplementer. *Swedish Massage* merupakan teknik pijatan yang terdiri atas lima gerakan, yaitu *effleurage*, *petrissage*, *friction*, *tapotement*, dan *vibration* yang dilakukan pada area punggung serta ekstremitas atas dan bawah. Teknik ini dapat meningkatkan relaksasi, memperbaiki sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, dan meningkatkan kenyamanan pada lansia hipertensi. Oleh karena itu, *Swedish Massage* dapat dijadikan salah satu intervensi nonfarmakologis untuk mengurangi gangguan rasa nyaman pada lansia dengan hipertensi. **Tujuan:** Memberikan gambaran asuhan keperawatan serta penerapan *Swedish Massage* terhadap gangguan rasa nyaman pada lansia dengan hipertensi. **Metode:** Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada dua lansia hipertensi yang mengalami gangguan rasa nyaman melalui proses asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Intervensi *Swedish Massage* diberikan sesuai prosedur selama periode penelitian, sedangkan evaluasi dilakukan menggunakan indikator luaran gangguan rasa nyaman berdasarkan SLKI. **Hasil:** Setelah diberikan *Swedish Massage*, kedua responden menunjukkan peningkatan status kenyamanan yang ditandai dengan berkurangnya keluhan pusing, rasa gelisah, nyeri tengkuk, mudah lelah, serta membaiknya pola tidur. Tubuh responden juga terasa lebih rileks dan ketegangan otot berkurang. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan indikator status kenyamanan pada kedua responden sehingga masalah gangguan rasa nyaman mengalami perbaikan. Selain itu, terjadi penurunan tekanan darah pada kedua responden. Tekanan darah klien 1 menurun dari 172/105 mmHg menjadi 139/68 mmHg, sedangkan tekanan darah klien 2 menurun dari 195/98 mmHg menjadi 142/89 mmHg. **Kesimpulan:** Penerapan *Swedish Massage* mampu membantu mengurangi gangguan rasa nyaman pada lansia hipertensi melalui efek relaksasi, penurunan ketegangan otot, dan peningkatan rasa nyaman. Intervensi ini dapat digunakan sebagai terapi nonfarmakologis yang mendukung asuhan keperawatan pada lansia dengan hipertensi. **Rekomendasi:** *Swedish Massage* dapat dijadikan salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam penatalaksanaan gangguan rasa nyaman pada lansia hipertensi serta dapat diterapkan secara mandiri oleh keluarga setelah mendapatkan edukasi dari tenaga kesehatan.

Kata Kunci: *Gangguan Rasa Nyaman, Hipertensi, Lansia, Swedish Massage.*

THE IMPLEMENTATION OF SWEDISH MASSAGE THERAPY TO IMPROVE COMFORT IN ELDERLY PATIENTS WITH HYPERTENSION AT THE SINDANGKASIH COMMUNITY HEALTH CENTER WORKING AREA, CIAMIS REGENCY

Sevina Susanti¹, Kusmiyati²

¹Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Tasikmalaya, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding Author : Sevina Email: sevinasusanti@gmail.com

ABSTRACT

Background: Older adults are an age group that experiences the aging process, characterized by a decline in physiological functions and an increased susceptibility to various degenerative diseases, one of which is hypertension. Hypertension is a non-communicable disease commonly experienced by older adults and can cause various physical complaints, such as headaches, neck pain, discomfort, and muscle tension, which may affect daily activities and quality of life. The theoretical framework of this study includes the basic concepts of older adults, hypertension, impaired comfort, and Swedish Massage as a complementary therapy. Swedish Massage is a massage technique consisting of five movements, namely effleurage, petrissage, friction, tapotement, and vibration, which are performed on the back and the upper and lower extremities. This technique can promote relaxation, improve blood circulation, reduce muscle tension, and enhance comfort in older adults with hypertension. Therefore, Swedish Massage can be used as a non-pharmacological intervention to reduce impaired comfort in older adults with hypertension. **Objective:** To describe nursing care and the implementation of Swedish Massage for impaired comfort in elderly patients with hypertension. **Methods:** This study employed a qualitative descriptive method with a case study approach involving two elderly patients with hypertension who experienced impaired comfort. The nursing care process included assessment, nursing diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. Swedish Massage was administered according to the established procedure, and outcomes were evaluated using comfort status indicators based on the Indonesian Nursing Outcomes Standards (SLKI). **Results:** Following the implementation of Swedish Massage, both participants showed improved comfort status, characterized by reduced complaints of dizziness, restlessness, neck pain, fatigue, and improved sleep patterns. The participants also reported feeling more relaxed with reduced muscle tension. Evaluation results indicated improvements in comfort status indicators in both participants, suggesting that the impaired comfort problem had improved. In addition, a decrease in blood pressure was observed in both participants. Participant 1's blood pressure decreased from 172/105 mmHg to 139/68 mmHg, while Participant 2's blood pressure decreased from 195/98 mmHg to 142/89 mmHg. **Conclusion:** The implementation of Swedish Massage was effective in reducing impaired comfort among elderly patients with hypertension through relaxation effects, decreased muscle tension, and enhanced comfort. This intervention can be used as a non-pharmacological therapy to support nursing care for elderly patients with hypertension. **Recommendation:** Swedish Massage may be considered a non-pharmacological nursing intervention for managing impaired comfort in elderly patients with hypertension and can be independently practiced by family members after receiving appropriate education from healthcare professionals.

Keywords: Comfort Disturbance, Hypertension, Elderly, Swedish Massage

DAFTAR ISI

KARYA ILMIAH AKHIR NERS	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan.....	7
D. Manfaat.....	7
BAB II TINJAUAN LITERATUR.....	9
A. Konsep Dasar Lansia.....	9
B. Konsep Dasar Hipertensi	17
1. Pengertian	17

2.	Klasifikasi Hipertensi	18
3.	Patofisiologi	20
4.	Etiologi	21
5.	Tanda dan Gejala.....	24
6.	Komplikasi.....	26
7.	Penatalaksanaan	27
8.	WOC (<i>Way Of Cause</i>)	30
C.	Konsep Swedish Massage	31
1.	Pengertian	31
2.	Jenis-Jenis <i>Swedish Massage</i>	31
3.	Manfaat.....	34
4.	Indikasi dan Kontra Indikasi.....	35
5.	Prosedur terapi Swedish Massage	36
D.	Konsep Asuhan Keperawatan	38
1.	Pengkajian.....	38
2.	Diagnosa Keperawatan	42
3.	Intervensi Keperawatan	46
4.	Implementasi Keperawatan.....	52
5.	Evaluasi Keperawatan	53
E.	Kerangka Teori	54
BAB III GAMBARAN KASUS.....		55
A.	Lokasi Penelitian.....	55
B.	Resume Asuhan Keperawatan Pasien 1 dan Pasien 2	55
1.	Pengkajian.....	55

2. Rumusan diagnosa Keperawatan	60
3. Intervensi Keperawatan	62
4. Implementasi Keperawatan.....	64
5. Evaluasi Keperawatan	66
C. Gambaran Pelaksanaan Tindakan <i>Swedish Massage</i>	69
D. Gambaran Respon Atau Perubahan Gangguan Rasa Nyaman Pada Lansia Dengan Hipertensi Yang Dilakukan Tindakan <i>Swedish Massage</i>	70
E. Gambaran Perubahan Kesenjangan Pada Kedua Pasien Setelah Dilakukan Penerapan Terapi <i>Swedish Massage</i> terhadap Gangguan Rasa Nyaman pada Lnasia Hipertensi	71
BAB IV PEMBAHASAN.....	73
A. Gambaran Asuhan Keperawatan	73
B. Gambaran Pelaksanaan Tindakan Terapi <i>Swedish Massage</i>	86
C. Gambaran Respon Perubahan Setelah Dilakukan Terapi Pijat <i>Swedish Massage</i>	90
D. Kesenjangan Kedua Pasien Setelah Dilakukan Terapi Pijat <i>Swedish Massage</i>	93
E. Keterbatasan Karya Ilmiah	97
F. Implikasi Tindakan Keperawatan	98
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	99
A. Kesimpulan	99
B. Saran	101

LAMPIRAN	109
----------------	-----

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 <i>Way Of Cause</i>	30
Bagan 2.2 Kerangka Teori	54

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Skala Ukur Intervensi Keperawatan.....	47
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan	47
Tabel 3.1 Pengkajian pada klien I dan klien II.....	56
Tabel 3.2 Data Fokus Hasil Pengkajian	56
Tabel 3.3 Diagnosa Keperawatan	61
Tabel 3.4 Interevnsi Keperawatan	62
Tabel 3.5 Implementasi Keperawatan Pasien 1 dan 2	64
Tabel 3.6 Evaluasi keperawatan	66
Tabel 3.7 Gambaran Pelaksanaan Tindakan Swedish Massage Pasien 1 dan 2....	69
Tabel 3.8 Gambaran Perkembangan Rasa Nyaman Pada Lansia Dengan Hipertensi	70
Tabel 3. 9 Gambaran Kesenjangan status kenyamanan kedua pasien.....	71
Tabel 3.10 Perkembangan Tekanan Darah Sebelum dan Setelah Penerapan terapi Swedish Massage.....	72

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik <i>Effleurage</i>	32
Gambar 2.2 Teknik <i>Petrissage</i>	32
Gambar 2.3 Teknik <i>Vibration</i>	33
Gambar 2.4 Teknik <i>Friction</i>	33
Gambar 2.5 Teknik <i>Tapotement</i>	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Bimbingan KIAN.....	110
Lampiran 2 Permohonan Menjadi Responden	112
Lampiran 3 Lembar Kuesioner.....	114
Lampiran 4 SOP <i>Swedish Massage</i>	116
Lampiran 5 <i>Leaflet</i> Hipertensi.....	117
Lampiran 6 Dookumentasi Penelitian.....	118