

ASUHAN KEPERAWATAN TERAPI *MASSAGE* PUNGGUNG PADA LANSIA DENGAN INSOMNIA

DI RUMAH PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA PUCANG GADING SEMARANG

Annisa Catur Guntari

Email : annisacaturguntari@gmail.com

ABSTRAK

Gangguan tidur yang sering terjadi pada lansia adalah insomnia. Insomnia adalah ketidak mampuan untuk tidur meskipun ada kemauan untuk tidur. Insomnia merupakan gejala maka perhatian yang harus diberikan yaitu, faktor biologis, emosional dan medis yang berperan. Berdasarkan hal tersebut, maka tujuan study kasus untuk memberikan terapi *massage* punggung terhadap lansia yang mengalami insomnia di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang. Metode yang digunakan *descriptive study kasus* dengan subyek pada penerapan ini adalah 3 klien lanjut usia yang mengalami insomnia, dengan jenis kelamin perempuan usai 60-74 tahun, teknik pemilihan klien menggunakan metode KSPBJ-IRS. Hasil penerapan studi kasus ini dengan menunjukan hasil skoring rata-rata 21 kategori insomnia ringan sebelum intervensi *massage* punggung. Setelah intervensi *massage* punggung hasil didapatkan hasil skor rata-rata 17 kategori tidak ada keluhan insomnia. Kesimpulan studi kasus ini menunjukkan bahwa *massage* punggung pada lansia dapat menurunkan gejala insomnia. Disarankan kepada pihak panti untuk melanjutkan aplikasi dan menyediakan peralatan yang mendukung *massage* punggung agar mendukung pelayanan keperawatan pada *massage* punggung.

Kata kunci: insomnia, lansia, *massage* punggung.

**ASUHAN KEPERAWATAN TERAPI *MASSAGE* PUNGGUNG PADA LANSIA
DENGAN INSOMNIA**

**DI RUMAH PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA PUCANG GADING
SEMARANG**

Annisa Catur Guntari

Email : annisacaturguntari@gmail.com

ABSTRAK

sleep disorders that often occur in the elderly are insomnia. Insomnia is the inability to sleep even though there is a willingness to sleep. Insomnia is a symptom, the attention that must be given is biological, emotional and medical factors that play a role. Based on this, the purpose of the case study is to provide back massage therapy for elderly who experience insomnia at the Pucang Gading Semarang Elderly Social Services Home. The method used in the descriptive case study with the subjects in this application were 3 elderly clients who experienced insomnia, with female sex over 60-74 years, client selection techniques using the KSPBJ-IRS method. The results of the application of this case study addressed the results of an average scoring of 21 categories of mild insomnia before the intervention of punggung massage. After the back massage intervention the results obtained an average score of 17 categories with no complaints of insomnia. Conclusion This case study shows that back massage in the elderly can reduce symptoms of insomnia. It was suggested to the institutions to continue the application and provide equipment that supports back massage to support nursing services in back massage.

Keywords: insomnia, elderly, back massage.