

**PENERAPAN PIJAT PUNGGUNG (*BACK MASSAGE*) TERHADAP
PENURUNAN SKALA NYERI
PADA LANSIA DENGAN
NYERI KRONIS**

KARYA TULIS ILMIAH



**NOVI NUR HIJRIYAH
NIM : 11025122084**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA
2025**

**PROGRAM STUDI D III KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

Karya Tulis Ilmiah, 2025
Novi Nur Hijriyah

Penerapan Pijat Punggung (*Back Massage*) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Lansia Dengan Nyeri Kronis

xix + 96 halaman + 8 tabel + 4 Gambar + 1 Bagan + 3 Grafik + 12 lampiran

ABSTRAK

Latar belakang Proses penuaan merupakan fenomena biologis yang disertai penurunan fungsi berbagai sistem tubuh, termasuk sistem muskuloskeletal. Kondisi ini sering kali menimbulkan keluhan nyeri kronis, terutama pada area punggung dan sendi, yang dapat mengganggu kemandirian dan kualitas hidup lansia. Pendekatan farmakologis dalam manajemen nyeri pada lansia memiliki keterbatasan, sehingga diperlukan intervensi non-farmakologis yang bersifat aman, nyaman, dan mudah diaplikasikan, salah satunya melalui pijat punggung (*back massage*). Tujuan Penelitian ini menjelaskan penerapan pijat punggung terhadap penurunan skala nyeri pada lansia dengan Nyeri Kronis di Panti Jompo Welas Asih, Tasikmalaya. Metode penelitian menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Tiga orang lansia di Panti Jompo Welas Asih, Tasikmalaya, dipilih berdasarkan kriteria inklusi. Intervensi pijat punggung dilakukan selama tiga hari berturut-turut, dengan durasi ± 15 menit per sesi menggunakan minyak zaitun. Skala nyeri diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri dari kategori sedang-berat menjadi ringan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pijat punggung dapat menjadi alternatif intervensi keperawatan mandiri dalam pengelolaan nyeri kronis pada lansia. Kesimpulan pijat punggung berpotensi menurunkan skala nyeri secara klinis pada lansia dengan nyeri kronis, serta dapat diterapkan sebagai bagian dari intervensi keperawatan non-farmakologis dalam perawatan geriatri.

Kata Kunci : Intervensi keperawatan, lansia, nyeri kronis, NRS, pijat punggung

**STUDY PROGRAM D III NURSING
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BAKTI TUNAS HUSADA UNIVERSITY**

*Work Write Scientific, 2025
Novi Nur Hijriyah*

Application of Back Massage to Reduce Pain Scale in Elderly with Chronic Pain

xix + 96 pages + 8 tables + 4 image + 1 Chart + 3 graphs + 12 appendices

ABSTRACT

Background behind The aging process is a biological phenomenon marked by a decline in the function of various body systems, including the musculoskeletal system. This condition often leads to complaints of chronic pain, particularly in the back and joints, which may interfere with the independence and quality of life of older adults. Pharmacological approaches to pain management in the elderly have certain limitations, thereby necessitating non-pharmacological interventions that are safe, comfortable, and easy to apply one of which is back massage. Objective This study aims to describe the application of back massage in reducing the pain scale in older adults with chronic pain at the Welas Asih Nursing Home, Tasikmalaya. Method study employed a descriptive design with a case study approach. Three elderly individuals at the Welas Asih Nursing Home, Tasikmalaya, were selected based of inclusion criteria. The back massage intervention was administered for three consecutive days, with each session lasting approximately 15 minutes using olive oil. Pain levels were assessed using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after the intervention. Result The results showed a reduction in pain levels findings suggest that back massage may serve as a viable independent nursing intervention in managing chronic pain among the elderly. Conclusion Back massage has the potential to clinically reduce pain scale in older adults with chronic the pain and can be incorporated as part of non-pharmacological nursing interventions in geriatric care.

Keywords : Back massage, chronic pain, elderly, NRS, nursing intervention