



SKRIPSI

PENGARUH *HOT STONE MASSAGE* TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PETANI YANG MENGALAMI *LOW BACK PAIN* (LBP) DI PUSKESMAS LOJEJER, WULUHAN, JEMBER

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan

Oleh:
Annisa Eka Adhitya Wardhani
NIM 21.1101.1088

**PROGRAM STUDI S1-ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2025**

SKRIPSI

PENGARUH *HOT STONE MASSAGE* TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PETANI YANG MENGALAMI *LOW BACK PAIN* (LBP) DI PUSKESMAS LOJEJER, WULUHAN, JEMBER

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan



Oleh:
Annisa Eka Adhitya Wardhani
NIM 21.1101.1088

**PROGRAM STUDI S1-ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2025**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

PENGARUH *HOT STONE MASSAGE* TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PETANI YANG MENGALAMI *LOW BACK PAIN* (LBP) DI PUSKESMAS LOJEJER, WULUHAN, JEMBER

Annisa Eka Adhitya Wardhani
NIM 21.1101.1088

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1-Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muahmmadiyah Jember

Jember, 10 Juni 2025

Pembimbing I


Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked
NPK. 19671216 1 0704448

Pembimbing II


Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes.
NPK. 19790416 1 0305358

PENGESAHAN

PENGARUH *HOT STONE MASSAGE* TERHADAP TINGKAT NYERI PADA PETANI YANG MENGALAMI *LOW BACK PAIN* (LBP) DI PUSKESMAS LOJEJER, WULUHAN, JEMBER

Annisa Eka Adhitya Wardhani
NIM 21.1101.1088

Dewan Penguji Ujian Sidang Skripsi pada Program Studi S1-Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 10 Juni 2025

Penguji,

- | | | |
|---------------|---|---------|
| 1. Ketua | : <u>Dr. Ns. Cipto Susilo, S.Kep., S.Pd, M.Kep</u>
NPK. 19700715 1 9305382 | (.....) |
| 2. Penguji I | : <u>Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked</u>
NPK. 19671216 1 0704448 | (.....) |
| 3. Penguji II | : <u>Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes.</u>
NPK. 19790416 1 0305358 | (.....) |

Mengetahui,
Dekan


Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom
NPK. 19880303 1 1703821

PENGUJI SKRIPSI

Dewan Penguji Ujian Akhir Skripsi pada Program Studi S1-Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 10 Juni 2025

Penguji I



Dr. Ns. Cipto Susilo, S.Kep., S.Pd, M.Kep
NPK. 1970071519305382

Penguji II



Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked
NPK. 19671216 1 0704448

Penguji III



Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes.
NPK. 1979041610305358

PERNYATAAN ORISINALITAS



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Karimata No. 49 Jember 68121 Jawa Timur Indonesia
Kotak Pos 104 Telp. (0331) 336728 Fax 337967

Website : <http://www.unmuhjember.ac.id> email : kantorpusat@unmuhjember.ac.id



SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Annisa Eka Adhitya Wardhani
NIM : 2111011088
Tempat, tanggal lahir : Jember, 6 Oktober 2001
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Dusun Kepel RT 003/RW 024 Desa Ampel Kecamatan Wuluhan, Kabupaten Jember
Jurusan/Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah, dengan Judul di bawah ini :

Pengaruh *Hot Stone Massage* terhadap Tingkat Nyeri pada Petani yang Mengalami *Low Back Pain* (LBP) di Puskesmas Lojejer, Wuluhan Jember

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 10 Juni 2025

Yang membuat pernyataan,



(Annisa Eka Adhitya Wardhani)
NIM. 2111011088

LEMBAR PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur tiada henti kami panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya yang tak terhingga, sehingga karya ini dapat terselesaikan dengan baik. Setiap langkah, setiap tantangan, hingga setiap keberhasilan dalam proses penyusunan karya ini tidak akan mungkin tercapai tanpa izin dan kekuatan dari-Nya.

Persembahan tulus dari peneliti dari lubuk hati terdalam dengan segala kerendahan hati dipersembahkan kepada:

1. Kedua orang tua tercinta, Ayahanda Davies Eko Pramono, ST dan Ibunda Supinah, SE yang tiada pernah berhenti mengalirkan doa-doa tulus, semangat juang, dan kasih sayang yang tak bertepi. Terima kasih atas segala bentuk dukungan baik secara materi maupun secara batin, kepercayaan, dan kesabaran tak pernah surut. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan keberkahan dan kesehatan.
2. Seluruh keluarga yang selalu memberikan dukungan moral, keceriaan, dan iringan doa yang menjadi bagian tak terpisahkan dari perjalanan ini.
3. Yang terhormat Bapak Dosen Pembimbing, bapak Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked serta bapak Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes yang dengan penuh kesabaran, keikhlasan, dan profesionalisme telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing, mengarahkan, serta memberikan ilmu yang sangat berharga dalam proses penyelesaian karya ini. Setiap masukan, kritik membangun, dan motivasi dari Bapak/Ibu menjadi bekal yang tak ternilai harganya. Terima kasih atas dedikasi dan bimbingan yang tak kenal lelah.

4. Bapak Dosen penguji, bapak Dr. Ns. Cipto Susilo, S.Kep., S.Pd, M.Kep dan seluruh Dosen dan civitas akademika di Fakultas Ilmu Kesehatan, terima kasih atas ilmu, bimbingan, dan inspirasi yang telah diberikan selama masa studi. Setiap perkuliahan dan diskusi telah membentuk pemahaman dan pola pikirku.
5. Sahabat-sahabat seperjuangan dan seluruh teman-teman angkatan 2021 Fakultas Ilmu Kesehatan, yang telah sedikit banyak membantu serta saling mendukung satu sama lain, mengisi hari-hari perkuliahan dengan tawa, canda, dan semangat kebersamaan.
6. Almamater tercinta, Universitas Muhammadiyah Jember sebagai wujud bakti dan kontribusi kecil dari salah satu civitas akademika-nya. Semoga karya ini dapat memberikan sedikit manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan masyarakat.

Semoga segala jerih payah dan pengorbanan yang telah diberikan menjadi amal jariyah yang berbuah pahala di sisi Allah SWT. Karya ini dipersembahkan dengan segenap cinta dan harapan agar dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan terutama dibidang kesehatan untuk menjadi pembelajaran dan inspirasi kedepannya.

MOTTO

Tidak ada pegangan yang lebih kuat daripada kalimat

*“Allah Ta’ala berfirman: **Aku sesuai persangkaan hamba-Ku. Aku bersamanya ketika ia mengingat-Ku. Jika ia mengingat-Ku saat bersendirian, Aku akan mengingatnya dalam diri-Ku. Jika ia mengingat-Ku di suatu kumpulan, Aku akan mengingatnya di kumpulan yang lebih baik daripada pada itu (kumpulan malaikat).**”* – (HR. Bukhari dan Muslim)

Dengan demikian, jangan jadikan tugas akhir skripsi ini sebagai ujian yang besar, yang terus untuk dieluh-eluhkan. Berprasangka baiklah kepada Tuhanmu dan yakin bahwa semua bisa dilalui dengan baik dan diwaktu yang tepat menurut-Nya, terus berdoa dan berusaha! – (Annisa AW)

"Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri."

(QS Ar -Rad 11)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh *Hot Stone Massage* terhadap Tingkat Nyeri pada Petani yang Mengalami *Low Back Pain* (LBP) di Puskesmas Lojejer, Wuluhan, Jember”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana di Program Studi S1-Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh banyaknya keluhan *low back pain* (LBP) dikalangan petani yang sering kali mengganggu produktivitas dan kualitas hidup mereka. Melalui penelitian ini, penulis berharap dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kesehatan dan terapi fisik.

Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Hanafi, M. Pd selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Yth. Ibu Ns. Sri Wahyuni Adriani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Yth. Ibu Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Yth. Bapak Dr. Wahyudi Widada, S.Kp., M.Ked, selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penelitian ini.

5. Yth. Bapak Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes, selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi selama proses penelitian ini.
6. Kepada keluarga, khususnya orang tua saya yang selalu memberikan dukungan moral dan material tanpa henti.
7. Seluruh civitas akademika Universitas Muhammadiyah Jember, terutama Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan.
8. Rekan-rekan yang telah memberikan semangat, dukungan dan bantuan selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Partisipan, yaitu para petani di wilayah kerja Puskesmas Lojejer yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca, khususnya dalam memahami pengaruh *hot stone massage* terhadap *low back pain* (LBP). Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang konstruktif sangat diharapkan untuk perbaikan di masa mendatang. Akhir kata, semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat dan dunia akademis.

Jember, 9 Juni 2025

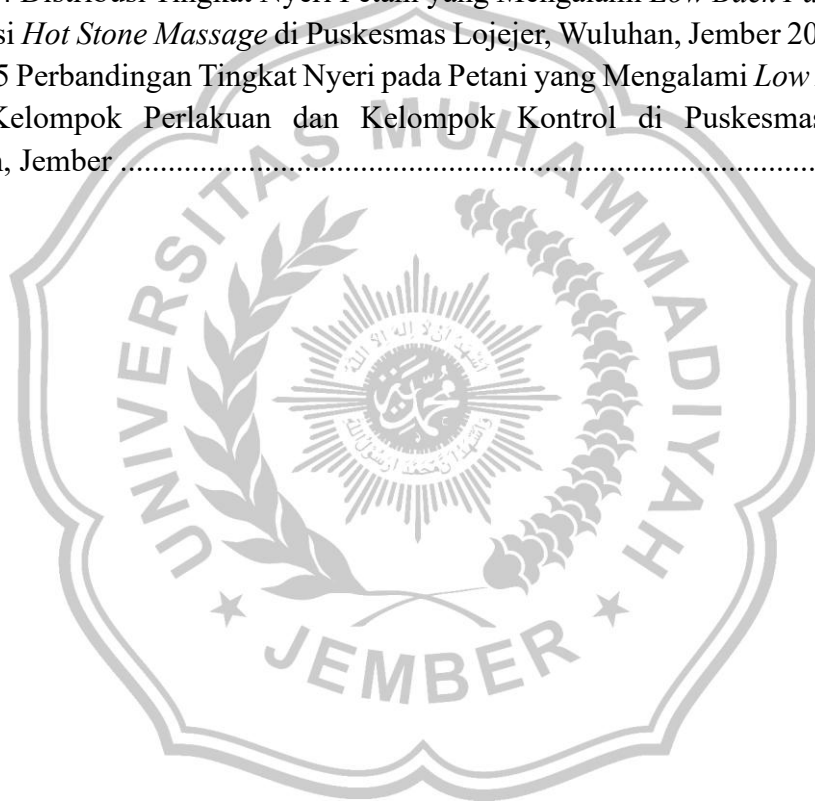
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN	ii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep <i>Low Back Pain</i>	8
B. Konsep <i>Hot Stone Massage</i>	16
C. Konsep Nyeri	21
D. Konsep Teori Keperawatan	25
E. Penelitian Terkait	27
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	31
A. Kerangka Konsep	31
B. Hipotesis Penelitian	31
BAB IV METODE PENELITIAN	32
A. Desain Penelitian	32
B. Populasi, Sampel, Besar Sampel dan Teknik Sampling	32

C. Definisi Operasional	34
D. Tempat dan Waktu Penelitian	35
E. Alat Pengumpulan Data	35
F. Prosedur Pengumpulan Data	37
G. Pengolahan Data	39
H. Analisis Data	41
I. Etika Penelitian	42
BAB V HASIL PENELITIAN	44
A. Data Umum	44
B. Data Khusus	45
BAB VI PEMBAHASAN	49
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil	49
B. Keterbatasan Penelitian	55
C. Implikasi Terhadap Pelayanan Keperawatan	56
BAB VII SIMPULAN DAN SARAN	57
A. Simpulan	57
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	64

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Perbedaan Intensitas Nyeri Menggunakan NRS	24
Tabel 4. 1 Desain Penelitian <i>Control Group Time Series</i>	32
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Usia Petani yang Mengalami LBP di Puskesmas Lojejer, Wuluhan, Jember	44
Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Petani yang Mengalami LBP di Puskesmas Lojejer	45
Tabel 5. 3 Distribusi Tingkat Nyeri Petani yang Mengalami <i>Low Back Pain</i> Sebelum Intervensi <i>Hot Stone Massage</i> di Puskesmas Lojejer, Wuluhan, Jember 2025	46
Tabel 5. 4 Distribusi Tingkat Nyeri Petani yang Mengalami <i>Low Back Pain</i> Setelah Intervensi <i>Hot Stone Massage</i> di Puskesmas Lojejer, Wuluhan, Jember 2025	46
Tabel 5. 5 Perbandingan Tingkat Nyeri pada Petani yang Mengalami <i>Low Back Pain</i> antara Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol di Puskesmas Lojejer, Wuluhan, Jember	47



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Penerapan Hot Stone Massage di Area Punggung	18
Gambar 2. 2 Titik-titik Lokasi Pemijatan	19
Gambar 2. 3 Titik Pemijatan Berdasarkan Kegunaan	19
Gambar 2. 4 Penilaian Skala Nyeri Menggunakan NRS	24
Gambar 2. 5 Konsep Teori Kenyamanan oleh Kolcaba	25
Gambar 2. 6 Konsep Teori Kenyamanan oleh Kolcaba diterapkan pada Petani yang Mengalami LBP	25
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian	31
Gambar 4. 1 Numeric Rating Scale	37



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Pernyataan Partisipan	65
Lampiran 2 Lembar Observasi	66
Lampiran 3 SOP <i>Hot Stone Massage</i>	67
Lampiran 4 SOP <i>Cold Stone Massage</i>	70
Lampiran 5 Data Penelitian	72
Lampiran 6 Uji Statistika	76
Lampiran 7 Dokumentasi	77
Lampiran 8 Lembar Konsultasi	78
Lampiran 9 Surat Studi Pendahuluan Instansi	79
Lampiran 10 Surat Rekomendasi BAKESBANGPOL	80
Lampiran 11 Surat Survei Pendahuluan Dinas Kesehatan	81
Lampiran 12 Surat Izin Penelitian Instansi	82
Lampiran 13 Surat Penelitian BAKESBANGPOL	83
Lampiran 14 Surat Penelitian Dinas Kesehatan	84
Lampiran 15 Surat Ijin Penelitian Puskesmas Lojejer	85
Lampiran 16 Surat Ijin Penelitian Desa Ampel	86
Lampiran 17 Surat Ijin Penelitian Desa Lojejer	87
Lampiran 18 Surat Ijin Penelitian Desa Tamansari	88
Lampiran 19 Surat Telah Penelitian Puskesmas Lojejer	89
Lampiran 20 Surat Telah Penelitian Desa Ampel	90
Lampiran 21 Surat Telah Penelitian Desa Lojejer	91
Lampiran 22 Surat Telah Penelitian Desa Tamansari	92