

## Pengaruh terapi shiatsu modifikasi terhadap kecemasan kualitas tidur dan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kota Depok = Effect of modification on shiatsu therapy towards anxiety quality of sleep and blood pressure on older persons with hypertension at Depok

Sukmah Fitriani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20415693&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Terapi shiatsu modifikasi bersifat nonfarmakologis. Penelitian ini bertujuan mengukur pengaruh terapi shiatsu modifikasi sebanyak 8 kali terhadap tingkat kecemasan, kualitas tidur serta tekanan darah sistolik dan diastolik. Penelitian ini menggunakan disain quasi experiment pre dan post-test. Besar sampel 56 responden, dipilih dengan stratified random sampling dan purposive sampling yang dibagi menjadi menjadi kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Hasil menunjukkan penurunan rata-rata nilai kecemasan sebesar 5,5, gangguan kualitas tidur sebesar 2,36, tekanan darah sistolik sebesar 29,65 mmHg dan diastolik 17.5 mmHg ( $p = 0.000; 0.000; 0.000$ ). Latihan ini direkomendasikan sebagai salah satu intervensi keperawatan pada lansia hipertensi di komunitas.

.....Modification on shiatsu therapy is non pharmacological. This study aimed to measure effect of modification on shiatsu therapy toward anxiety level, quality of sleep, systolic and diastolic blood pressure. A quasi-experimental design with pre and post-test between treatment and control groups was applied. Samples were selected by stratified random sampling and purposive sampling. The treatment group was provided by intervention for 8 times. Results showed decrease of anxiety average 5.5, quality of sleep 2.36 and systolic blood pressure 29.65 mmHg and diastolic 17.5 mmHg ( $p = 0.000; 0.000; 0.000$ ). It is recommended to provide this exercise as nursing intervention at community