

**SKRIPSI**  
**PENGARUH TERAPI *SWEDISH MASSAGE* DALAM MENURUNKAN**  
**TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA**  
**PUSKESMAS ANDALAS KOTA PADANG 2024**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan**  
**Pendidikan Strata S-1 Keperawatan**



**Oleh :**

**ELVIYANTI SAMONGILAILAI**  
**1810105097**

**PROGAM STUDI KEPERAWATAN**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG**  
**TAHUN 2024**

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama lengkap : Elviyanti Samongilailai  
NIM : 1810105097  
Tempat/ Tanggal lahir : Sibai, 09 September 1999  
Tahun Masuk : 2018  
Program Studi : Keperawatan  
Nama Pembimbing Akademik : Ns.Diana Arianti, M.Kep  
Nama Pembimbing I : Ns.Diana Arianti, M.Kep  
Nama Pembimbing II : Meyi Yanti, M.KM

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh Terapi *Swedish Massage* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024”**.

Apabila suatu nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat dalam penulisan Skripsi, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2024



20  
METERAL  
TEMPEL  
8CA07ALX352122364

( Elviyanti Samongilailai )



## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama Lengkap : Elviyanti Samongilailai  
NIM : 1810105097  
Program Studi : S-1 Keperawatan  
Judul proposal : Pengaruh Terapi *Swedish Massage* Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024

Telah diperiksa dan disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil Skripsi Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

Padang, September 2024

**Pembimbing I**



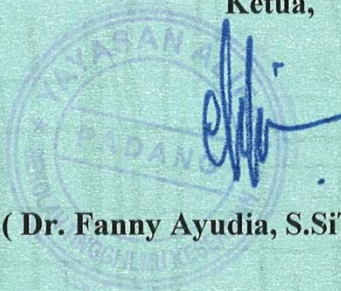
( Ns. Diana Arianti, M.Kep )

**Pembimbing II**



(Meyi Yanti, M.KM)

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah  
Ketua,**



( Dr. Fanny Ayudia, S.SiT, M.Biomed )



## PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Elviyanti Samongilailai  
Nim : 1810105010  
Program Studi : S1- Keperawatan  
Judul : Pengaruh Terapi *Swedish Massage* dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang 2024

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil Skripsi pada Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

## DEWAN PENGUJI

Pembimbing I  
**Ns. Diana Arianti, M.Kep**

(  )

Pembimbing II  
**Meyi Yanti, M.KM**

(  )

Penguji I  
**Ns. Helmanis Suci, M.Kep**


(  )

Penguji II  
**Ns. Tomi Jepisa, M.Kep**

(  )

Disahkan Oleh

Ketua STIKes Alifah

(  )  
**( Dr. Fanny Ayudia, S.SiT, M.Biomed )**



## SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG

Skripsi, September 2024

Elviyanti Samongilailai

### **Pengaruh Terapi Swedish Massage Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2024**

xiii + 54 Halaman + 5 Tabel + 2 Gambar + 5 lampiran

#### ABSTRAK

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2024 menunjukkan jumlah populasi lansia sebanyak 72.889 jiwa dan Puskesmas Andalas mempunyai peringkat tertinggi dengan jumlah lansia mencapai 6.234 jiwa. Perubahan yang dialami lansia adalah adanya perubahan fisik, psikologi, maupun psikososial menimbulkan masalah salah satunya adalah kecemasan. Terdapat salah satu teknik massage yang dapat menurunkan tingkat kecemasan yaitu teknik *swedish massage therapy* yang sering digunakan untuk mengatasi kelelahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Swedish Massage Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia di Puskesmas Andalas Kota Padang

Jenis penelitian ini bersifat *eksperimen* dengan desain penelitian *pretest and posttest design*. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik *purposive sampling*. Data yang digunakan adalah data primer yaitu dengan melakukan wawancara kepada responden, analisis data secara univariat dan bivariate menggunakan uji *t test paired*.

Hasil penelitian tingkat kecemasan pada lansia sebelum diberikan *Swedish massage* adalah kategori sedang (56.3%). Tingkat kecemasan pada lansia sesudah diberikan *Swedish massage* adalah kategori ringan (56.3%). Berdasarkan hasil uji *t test paired* didapatkan penurunan rata-rata tingkat kecemasan pada lansia sebelum dan setelah diberikan *Swedish massage* didapatkan nilai *P-value* 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Pemberian *Swedish Massage* terhadap kecemasan pada lansia di Puskesmas Andalas Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Pemberian *Swedish Massage* terhadap kecemasan pada lansia. Diharapkan peneliti selanjutnya untuk meneliti terapi lain yang dapat menurunkan kecemasan pada lansia.

**Daftar Pustaka : 14 (2017 – 2021)**

**Kata Kunci : Terapi Swedish Massage, Kecemasan dan Lansia**

**ALIFAH PADANG HEALTH SCIENCES HIGH SCHOOL**

*Scribition, Sept 2024*

**Elviyanti Samongilailai**

***The Effect of Swedish Massage Therapy in Reducing Anxiety Levels in the Elderly at the Andalas Health Center, Padang City in 2024***

***xiii + 54 Pages + 5 Tables + 2 Figures + 5 attachments***

**ABSTRACT**

*In Southeast Asia, the elderly population is 8% or around 142 million people. The number of elderly people in 2024 was 9.1%, there will be an increase in 2030 by 11.37%, it is estimated that by 2050 the elderly population will increase threefold. The changes experienced by the elderly are physical, psychological and psychosocial changes that cause problems, one of which is anxiety. There is one massage technique that can reduce anxiety levels, namely the Swedish massage therapy technique which is often used to overcome fatigue. This study aims to determine the effect of Swedish massage therapy in reducing anxiety levels in the elderly at the Andalas Health Center, Padang City.*

*This type of research is experimental with a pretest and posttest research design. The sample in this research was taken using a purposive sampling technique. The data used is primary data, namely by conducting interviews with respondents, univariate and bivariate data analysis using the paired t test.*

*The results of research on the level of anxiety in the elderly before being given Swedish massage was in the medium category (56.3%). The level of anxiety in the elderly after being given Swedish massage was in the mild category (56.3%). Based on the results of the paired t test, it was found that there was a decrease in the average level of anxiety in the elderly before and after being given Swedish massage, with a P-value of 0.000, so it can be concluded that there is an effect of giving Swedish Massage on anxiety in the elderly at the Andalas Community Health Center in 2024*

*Based on the results of this research, it can be concluded that there is an influence of giving Swedish Massage on anxiety in the elderly. It is hoped that future researchers will examine other therapies that can reduce anxiety in the elderly.*

***Bibliography : 14 (2017 – 2021)***

***Keywords : Swedish Massage Therapy, Anxiety and the Elderly***