



---

## **TERAPI KOMPLEMENTER MASASE PUNGGUNG TERHADAP QUALITY OF LIFE PASIEN DM LANSIA**

**Agnes Permatasari Waruwu\*, Yuniwira Susanti Hulu, Dion Heryanto Simarmata, Herni Bulolo, Muhammad Ayyub, Chrismis NovalindaGinting**

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Jl. Danau Singkarak, Gg. Madrasah, Sei Agul, Medan Barat, Kota Medan Sumatera Utara 20117, Indonesia

\*[agneswaruwu28@gmail.com](mailto:agneswaruwu28@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Tujuan dilakukan percobaan ini untuk membuktikan adanya pengaruh terapi masase punggung terhadap peningkatan quality of life pasien DM pada lansia. Teknik dalam percobaan ini disebut Pre-Eksperimen dengan metode One Grup. Menggunakan teknik Purposive Sampling sebanyak 31 responden dimana akan dilakukan observasi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Intervensi dilakukan selama 2 minggu. Berdasarkan hasil terjadinya peningkatan Quality of life pada pasien DM dengan p-value kecil 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ), dapat dinyatakan  $H_0$  di tolak.

Kata kunci: diabetes melitus; masase punggung; quality of life

### **COMPLEMENTARY BACK MASSAGE THERAPY FOR QUALITY OF LIFE ELDERLY PATIENTS**

#### **ABSTRACT**

*The purpose of this experiment was to prove the effect of back massage therapy on improving the quality of life of DM patients in the elderly. The technique used for this experiment is called Pre-Experiment with the One Group method. Using the purposive sampling technique as many as 31 respondents will be observed before and after the intervention. The intervention was carried out for 2 weeks. In the Wilcoxon Signed Rank Test Pre-test and post-test, the p-esteem test esteem is more modest than 0.05 ( $0.000 < 0.05$ ), so it very well may be deciphered that  $H_0$  is dismissed, there is a distinction between the personal satisfaction pretest and post-test*

*Keywords: back massage; diabetes mellitus; quality of life*

### **PENDAHULUAN**

Diabetes Melitus (DM) adalah kumpulan masalah yang heterogen yang digambarkan oleh peningkatan kadar glukosa darah atau hiperglikemia a (Sari et al., 2020) Gangguan diabetes mellitus yang sering dialami adalah stroke, penyakit jantung koroner, neuropati (gangguan saraf), gagal ginjal, dan kaki diabetik yang dapat berupa ulkus, kontaminasi dan (Hardika, 2018). Penyakit kronis seperti diabetes melitus rentan terhadap gangguan fungsi yang dapat menyebabkan kegagalan pada mata, ginjal, saraf, jantung dan pembuluh darah. Gangguan fungsi yang terjadi karena sekresi dan kerja insulin atau keduanya (Lathifah, 2017).

Prevalensi WHO paling tinggi di Timur Tengah dan beberapa negara Afrika Utara, dengan pertengahan 15,2% (kisaran interkuartil 8,8- 20,0%), diikuti oleh Asia Tenggara (tengah 15,0%; wilayah 9,6-18, 3%), Barat Pasifik (10,3% tengah; wilayah 4,5-20,3%), Amerika Selatan dan Tengah (11,2% menengah; kisaran 7,1-16,6%), Afrika Sub-Sahara (10,8% tengah; wilayah 8,5-13,1%) dan Amerika Utara dan Karibia (tengah 7,0%; wilayah 6,5-11,9%). Kesamaan GDM yang paling berkurang dan keragaman terluas dalam pervasive terlihat di Eropa (tengah 6,1%; wilayah 1,8-31,0 (McIntyre et al., 2019). Menurut penelitian

(Nova Rita, 2018) Frekuensi diabetes mellitus di Indonesia adalah 7,6 juta orang dengan diabetes mellitus, Sumatera Barat menempati urutan ketiga, secara terpisah 1,5% dan 0,4%. Indonesia merupakan negarapenderita diabetes melitus terbesar ke-4 sesudah India, Amerika Serikat dan Brazil, dengan perkiraan 8,4 juta orang dan 21,3 juta (Nurlinawati et al., 2018).

Salah satu perawatan non- farmakologis yang sedang berlangsung adalah perawatan gosok punggung untuk menyeimbangkan ketegangan peredaran darah untuk mencegah keterikatan kardiovaskular dan bekerja pada kepuasan (Rasdini et al., 2021). Gosok adalah gosok punggung yang menghidupkan aliran darah dan pencernaan di jaringan, uleni memiliki banyak manfaat untuk semua kerangka organ tubuh (Septiari & Restuning, 2017). Beberapa strategi perawatan gosok punggung yang mungkin dilakukan adalah gosok leher, gosok kepala, gosok punggung, dan gosok punggung slow stroke (Septiari & Restuning, 2017).

Gosok punggung adalah perawatan dengan menggosok punggung secara halus pada jaringan yang bertujuan untuk memberikan dampak fisiologis, terutama pada sistem vaskular, padat, dan sensorik tubuh (Lestari, 2021). Beberapa teknik terapi pijat yang dapat dilakukan adalah pijat leher, pijat kepala, pijat punggung, dan terapi pijat punggung slow stroke (Septiari & Restuning, 2017). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan stres dan kecemasan pada seseorang, yaitu: lingkungan sosial, hilangnya otonomi sehingga menjadi ketergantungan dan membutuhkan bantuan orang lain, keterpisahan dari teman dan keluarga, masalah keuangan, tidak adanya data, bahaya penyakit yang lebih serius. terlebih lagi, masalah klinis (Shahi and Ali, 2017).

Kepuasan pribadi adalah pandangan individu tentang masalah medisnya yang mempengaruhi kesejahteraan umum dalam pelaksanaan pekerjaan dan kapasitas aktual serta kondisi tubuh (Roifah, 2016). Penilaian kepuasan pribadi menunjukkan bahwa tidak hanya penting untuk mengobati efek samping pertumbuhan ganas secara ideal, tetapi juga dapat digunakan sebagai data tambahan dalam menilai hasil pengobatan (Putri, 2017). Menurut penelitian (Lestari, 2021) Kepuasan pribadi adalah ide yang sangat luas, yang mempengaruhi kesejahteraan aktual individu, status mental, tingkat ketergantungan, koneksi sosial, keyakinan individu dan asosiasi dengan bagian alami yang signifikan.

Mengingat konsekuensi dari persepsi di lapangan terlacak informasi pasien DM hingga 31 orang. Konsekuensi dari pertemuan tersebut menunjukkan bahwa pasien di panti jompo sering mengalami penurunan kepuasan pribadi pada pasien DM di Yayasan Guna Budi Bakti Medan. Pasien DM dapat menyebabkan penurunan kepuasan pribadi yang disebabkan oleh beberapa hal, salah satunya adalah rasa gugup terhadap infeksi yang dihadapinya. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepuasan pribadi pasien DM, yaitu dengan melakukan pengobatan gosok punggung, khususnya pada tangan, bahu, leher, dan punggung. Sebab para ilmuwan terpicat mengarahkan penelitian tentang dampak perawatan gosok punggung integral terhadap kepuasan pribadi pasien DM di usia lanjut.

Diabetes Melitus (DM) adalah kumpulan masalah yang heterogen yang digambarkan oleh peningkatan kadar glukosa darah atau hiperglikemia a (Sari et al., 2020) Gangguan diabetes mellitus yang sering dialami adalah stroke, penyakit jantung koroner, neuropati (gangguan saraf), gagal ginjal, dan kaki diabetik yang dapat berupa ulkus, kontaminasi dan (Hardika, 2018). Penyakit kronis seperti diabetes melitus rentan terhadap gangguan fungsi yang dapat menyebabkan kegagalan pada mata, ginjal, saraf, jantung dan pembuluh darah. Gangguan fungsi yang terjadi karena sekresi dan kerja insulin atau keduanya (Lathifah, 2017).

Prevalensi WHO paling tinggi di Timur Tengah dan beberapa negara Afrika Utara, dengan pertengahan 15,2% (kisaran interkuartil 8,8- 20,0%), diikuti oleh Asia Tenggara (tengah 15,0%; wilayah 9,6-18, 3%), Barat Pasifik (10,3% tengah; wilayah 4,5-20,3%), Amerika Selatan dan Tengah (11,2% menengah; kisaran 7,1-16,6%), Afrika Sub-Sahara (10,8% tengah; wilayah 8,5-13,1%) dan Amerika Utara dan Karibia (tengah 7,0%; wilayah 6,5-11,9%). Kesamaan GDM yang paling berkurang dan keragaman terluas dalam pervasive terlihat di Eropa (tengah 6,1%; wilayah 1,8-31,0 (McIntyre et al., 2019)). Menurut penelitian (Nova Rita, 2018) Frekuensi diabetes mellitus di Indonesia adalah 7,6 juta orang dengan diabetes mellitus, Sumatera Barat menempati urutan ketiga, secara terpisah 1,5% dan 0,4%. Indonesia merupakan negarapenderita diabetes melitus terbesar ke-4 sesudah India, Amerika Serikat dan Brazil, dengan perkiraan 8,4 juta orang dan 21,3 juta (Nurlinawati et al., 2018).

Salah satu perawatan non- farmakologis yang sedang berlangsung adalah perawatan gosok punggung untuk menyeimbangkan ketegangan peredaran darah untuk mencegah keterikatan kardiovaskular dan bekerja pada kepuasan (Rasdini et al., 2021). Gosok adalah gosok punggung yang menghidupkan aliran darah dan pencernaan di jaringan, uleni memiliki banyak manfaat untuk semua kerangka organ tubuh (Septiari & Restuning, 2017). Beberapa strategi perawatan gosok punggung yang mungkin dilakukan adalah gosok leher, gosok kepala, gosok punggung, dan gosok punggung slow stroke (Septiari & Restuning, 2017).

Gosok punggung adalah perawatan dengan menggosok punggung secara halus pada jaringan yang bertujuan untuk memberikan dampak fisiologis, terutama pada sistem vaskular, padat, dan sensorik tubuh (Lestari, 2021). Beberapa teknik terapi pijat yang dapat dilakukan adalah pijat leher, pijat kepala, pijat punggung, dan terapi pijat punggung slow stroke (Septiari & Restuning, 2017). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan stres dan kecemasan pada seseorang, yaitu: lingkungan sosial, hilangnya otonomi sehingga menjadi ketergantungan dan membutuhkan bantuan orang lain, keterpisahan dari teman dan keluarga, masalah keuangan, tidak adanya data, bahaya penyakit yang lebih serius. terlebih lagi, masalah klinis (Shahi and Ali, 2017).

Kepuasan pribadi adalah pandangan individu tentang masalah medisnya yang mempengaruhi kesejahteraan umum dalam pelaksanaan pekerjaan dan kapasitas aktual serta kondisi tubuh (Roifah, 2016). Penilaian kepuasan pribadi menunjukkan bahwa tidak hanya penting untuk mengobati efek samping pertumbuhan ganas secara ideal, tetapi juga dapat digunakan sebagai data tambahan dalam menilai hasil pengobatan (Putri, 2017). Menurut penelitian (Lestari, 2021) Kepuasan pribadi adalah ide yang sangat luas, yang mempengaruhi kesejahteraan aktual individu, status mental, tingkat ketergantungan, koneksi sosial, keyakinan individu dan asosiasi dengan bagian alami yang signifikan.

Mengingat konsekuensi dari persepsi di lapangan terlacak informasi pasien DM hingga 31 orang. Konsekuensi dari pertemuan tersebut menunjukkan bahwa pasien di panti jompo sering mengalami penurunan kepuasan pribadi pada pasien DM di Yayasan Guna Budi Bakti Medan. Pasien DM dapat menyebabkan penurunan kepuasan pribadi yang disebabkan oleh beberapa hal, salah satunya adalah rasa gugup terhadap infeksi yang dihadapinya. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepuasan pribadi pasien DM, yaitu dengan melakukan pengobatan gosok punggung, khususnya pada tangan, bahu, leher, dan punggung. Sebab para ilmuwan terpicat mengarahkan penelitian tentang dampak perawatan gosok punggung integral terhadap kepuasan pribadi pasien DM di usia lanjut.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimen* dengan metode *one group pre-test dan post- test design*. Populasi dan sampel sebanyak 31 orang penderita DM tipe II menggunakan metode *purposive sampling* dan dilakukan observasi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Terapi masase punggung 2 kali dengan lama waktu 10 menit, kegiatan tersebut diselesaikan dua kali setiap minggunya di panti tersebut. Penelitian dimulai bulan Maret tahun 2022. Sampel merupakan jumlah bagian dari karakteristik yang dimiliki populasi tersebut Sugiyono, (2018). Metode pengambilan sampel dengan teknik *total sampling* yaitu penentuan sampel dengan mengambil semua anggota populasi sebagai responden kemudian diteliti dan diambil kesimpulan dari hasil penelitian tersebut. Pengumpulan data dengan melakukan metode pengobatan masase punggung untuk yang lama dilakukan dua kali dengan rentang waktu 10 menit dalam waktu yang cukup lama, kegiatan tersebut dilakukan 2 kali setiap minggunya. Pengukuran *Quality of life* dilakukan dengan menggunakan standar pengukuran kuesioner *WHOQOL* sebelum dan sesudah melakukan tindakan masase punggung pada Lansia. Alat yang di butuhkan pada penelitian ini adalah alat pengukuran tekanan darah (sphygmomanometer, stetoskop), bantal, selimut, baby oil, dan handuk kecil.

Prosedur terapi komplementer masase punggung dengan mengikuti langkah berikut: siapkan alat dan bahan, prosedur pelaksanaannya yaitu info consent, pengarahan dalam mengisi kuesioner *pengukuran quality of life* di lakukan setelah *post- test*, ukur tekanan darah pasien terlebih dahulu, berikutnya melakukan Tindakan terapi komplementer masase punggung yang pertama tuang baby oil di bagian belakang punggung, letakkan tangan anda di sisi kanan dan kiri tulang dengan teknik *effleurage*, kemudian gosok dari bawah punggung dengan melingkar antara ibu jari sampai ke bahu selama 10 menit, akhiri.

## HASIL

Tabel 1.  
Distribusi frekuensi karakteristik responden di Panti Jompo

Karakteristik Responden	f	%
Umur		
61-66 tahun	4	12,9
67-72 tahun	8	25,8
73-78 tahun	10	32,3
79-84 tahun	5	16,1
85-90 tahun	4	12,9
Jenis kelamin		
Laki-laki	14	45,2
Perempuan	17	54,8
Pendidikan		
SD	16	51,6
SMP	9	29,0
SMA	5	16,1
S1	1	3,2

Tabel 3 rentang umur responden di ketahui 61-90 tahun. Mayoritas responden berada pada rentang umur 73-78 tahun (32,3 %), dan minoritas beradapada 61-66 tahun (12,9 %) dan 85-90 tahun (12,9 %). Pada karakteristik jenis kelamin menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada perempuan sebanyak 17 responden (54,8 %), dan minoritas responden berada pada laki-laki sebanyak 14 responden (45,2 %). Pada karakteristik Pendidikan mayoritas

responden terletak pada tingkat tamat SD berjumlah 15 responden (51,6%), dan minoritas responden terletak pada tingkat S1 sebanyak 1 responden (3,2%).

Tabel 2.  
Distribusi frekuensi tingkat *quality of life* responden sebelum dilakukan Tindakan intervensi masase punggung

Hasil ukur <i>Quality of life</i>	<i>Pre-test</i>	
	f	%
0-20 Sangat Buruk	4	12,9
21-40 Buruk	26	83,9
41-60 Sedang	1	3,2
61-80 Baik	0	0
81-100 Sangat baik	0	0

Tabel 2 Distribusi frekuensi tingkat *quality of life* responden *pre-test* (sebelum) tindakan masase punggung mayoritas responden *quality of life* buruk sebanyak 26 responden (83,9%), dan minoritas responden *quality of life* baik dan sangat baik sebanyak 0 (0%).

Tabel 3.  
Distribusi frekuensi tingkat *quality of life* responden sesudah dilakukan tindakan intervensi masase punggung

Hasil ukur <i>Quality of life</i>	<i>Post-test</i>	
	f	%
0-20 Sangat Buruk	0	0
21-40 Buruk	0	0
41-60 Sedang	1	3,2
61-80 Baik	24	77,4
81-100 Sangat Baik	6	19,4

Tabel 3 Distribusi frekuensi tingkat *quality of life* responden *post-test* (sesudah) tindakan masase punggung mayoritas di dapatkan Hasil Analisa Bivariat *quality of life* baik sebanyak 24 responden (77,4%), dan minoritas responden *quality of life* buruk dan sangat buruk sebanyak 0 (0%).

Tabel 4.  
Hasil Uji Normalitas Data Responden dan Pengaruh Terapi Komplementer Masase Punggung Terhadap Peningkatan *QualityOf Life* Pasien DM

Variabel	Hasil Sig. ( <i>Shapiro-Wilk</i> )	Kriteria Normal	Keterangan
<i>Quality of life Pre</i>	0.000	$p > 0,05$	Tidak berkontribusi normal
<i>Quality of life post</i>	0.003		Tidak berkontribusi normal

Pada uji normalitas (*Test Of Normality*), teknik metode *Shapiro- Wilk* tidak berkontribusi normal maka tidak dapat dilakukan uji *t-test*. Dengan hal tersebut uji alternatif adalah nonparametik (*uji Wilcoxon SignedRank Test*) biasanya 95%.

Tabel 5.  
Perbandingan uji *Wilcoxon signedrank test pre-test* dan *post-test* masase punggung pada pasien DM

Variabel	X ±SD		Z	P value	Keputusan
	sebelum	Sesudah			
<i>Quality oflife</i>	±7.526 27.31	±5.858 76.24	4.861	0.000	Ho di tolak

Hasil uji tersebut di dapatkan pasien dm lansia dengan nilai Z senilai 4.861 dengan nilai *P-value* =0.000. Dengan demikian *p-value* lebih sederhana dari 0,05 ( $0,000 < 0,05$ ), sehingga sangat baik dapat diuraikan Ho ditolak, adaketidaksamaan antara kepuasan pribadi *quality of life* Sebelum dilakukan.

## PEMBAHASAN

Adapun hasil dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh terapi komplementer masase punggung terhadap peningkatan *quality of life* pasien DM sebelum dilakukan tindakan masase punggung (*pre-test*) terdapat responden yang tingkat *quality of life* rendah dengan frekuensi buruk sebanyak 26 responden. Dan setelah di lakukan Tindakan masase punggung (*post-test*) terdapat peningkatan *quality of life* dengan frekuensi baik sebanyak 24 responden, yang didapatkan berdasarkan alat ukur *quality of life* menggunakan lembar kuesioner *WHOQOL*.

Adapun manfaat dari masase punggung terhadap peningkatan *quality of life* pasien yaitu mengurangi rasa cemas dan meningkatkan status Kesehatan sehingga tubuh lebih rileks dan tindakan masase punggung tingkat *quality of life* responden berdasarkan tingkat pengukuran menggunakan alat ukur kuesioner di ketahui masih sangat buruk, dan setelah dilakukan Tindakan masase punggung selama 2 minggu dengan interval 2x seminggu didapatkan hasil *quality of life* responden sangat baik, produktif, dalam melakukan terapi masase punggung.

Penelitian ini menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan dengan rentang usia 73-78 tahun mengalami penurunan kualitas hidup pasien DM pada lansia. Penelitian sama dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuli Wahyuni, dkk). Faktor judi seperti kegemukan, tidak adanya aktivitas fisik seperti aktivitas, usia, dan latar belakang yang ditandai dengan DM selama kehamilan menyebabkan tingginya frekuensi DM pada wanita (Prawitasari, 2019). Menurut penelitian (Sartika Wulandari, Thomas Ari Wibowo, 2020) variabel pertaruan seperti berat badan, tidak adanya pekerjaan nyata seperti gerakan, usia, dan fondasi yang digambarkan oleh DM selama kehamilan menyebabkan kekambuhan DM yang tinggi pada wanita.

Hal ini juga dikatakan oleh Lubis dan Saraswati, (2018), unsur pertaruan seperti kegemukan tidak adanya pekerjaan nyata seperti tindakan, usia, dan dasar yang dijelaskan oleh DM selama kehamilan menyebabkan tingginya kekambuhan DM pada wanita. Penurunan Kualitas Hidup pasien DM dipengaruhi oleh beberapa variabel yang berhubungan dengan kepuasan pribadi individu dengan diabetes, khususnya usia, orientasi, tingkat pelatihan, status keuangan, status perkawinan, elemen klinis dan variabel mental, untuk lebih spesifik. ketegangan. Variabel-variabel ini dapat memiliki efek pesimis dan mempengaruhi kepuasan pribadi individu dengan diabetes (Kadang et al., 2021). Mengidentifikasi manfaat masase punggung, antara lain mengurangi ketegangan dan memberikan kelonggaran pada pasien lansia.

## SIMPULAN

Berdasarkan usia responden dalam kelompok intervensi di dapatkan bahwa responden berada pada rentang usia 61-90 tahun, pada jenis kelamin responden terbanyak merupakan perempuan, sedangkan pada Pendidikan terdapat responden terbanyak pada tingkat SD. Pada perlakuan masase punggung sebelum di lakukan tindakan (*pre-test*) di dapatkan hasil tingkat *quality of life* responden buruk, Hasil sesudah di lakukan tindakan (*post-test*) masase punggung pada responden terdapat hasil baik pada peningkatan *quality of life* pasien. Adapun Pengaruh terapi komplementer masase punggung terhadap peningkatan *quality of life* pasien DM yaitu membuat lebih rileks dan mengurangi rasa cemas pada lansia di panti jompo Guna Budi Bakti Medan tahun 2022.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hardika, B. D. (2018). Penurunan gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II melalui senam kaki diabetes. *Medisains*, 60–66. <https://doi.org/10.30595/medisains.v16i2.2759>
- Kadang, Y., Awal, M., Abdullah, T. M., Herman, & Rsuli, Z. (2021). *Faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe2 di Puskesmas Sudiang Raya*. 224–228.
- Lathifah, N. L. (2017). Hubungan durasi penyakit dan kadar gula darah dengan keluhan subyektif penderita diabetes melitus. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i22017.218-230>
- Lestari, elya hikmah. (2021). *Pengaru massage punggung terhadap nyeri pada lansia yang menderita hipertensi di Kelurahan Talang Jawa Kabupaten Oku Provinsi Sumatera Utara*.
- Lubis, S., & Saraswati, D. A. S. (2018). Pengaruh Massase Punggung dan alih baring Terhadap Kejadian dekubitus di Ruang ICU Rumah Sakit Graha Kedoya Jakarta Barat. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, 2, 184–190. <http://jurnal.stikesimcbintaro.ac.id/index.php/djs/article/view/56/45>
- McIntyre, H. D., Catalano, P., Zhang, C., Desoye, G., Mathiesen, E. R., & Damm, P. (2019). Gestational diabetes mellitus. *Nature Reviews Disease Primers*. <https://doi.org/10.1038/s41572-019-0098-8>
- Nova Rita. (2018). Hubungan faktor genetik dan pola makan dengan kejadian diabetes melitus pada lansia. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika*.
- Nurlinawati, Kamariyah, & Yuliana. (2018). Pengaruh senam kaki diabetes terhadap perubahan kadar gula darah pada penderita melitus di wilayah kerja Puskesmas Simpang Sungai Duren Kabupaten Muaro Jambi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi*, 1. [http://content.ebscohost.com/ContentServer.asp?EbscoContent=dGJyMNLe80Sep7Q4y9f3OLCmr1Gep7JSSky4Sa6WxWXS&ContentCustomer=dGJyMPGptk%2B3rLJNuePfgex43zx1%2B6B&T=P&P=AN&S=R&D=buh&K=134748798%0Ahttp://amg.um.dk/~media/amg/Documents/Policies and Strategies/S](http://content.ebscohost.com/ContentServer.asp?EbscoContent=dGJyMNLe80Sep7Q4y9f3OLCmr1Gep7JSSky4Sa6WxWXS&ContentCustomer=dGJyMPGptk%2B3rLJNuePfgex43zx1%2B6B&T=P&P=AN&S=R&D=buh&K=134748798%0Ahttp://amg.um.dk/~media/amg/Documents/Policies%20and%20Strategies/S)
- Prawitasari, D. S. (2019). Diabetes melitus dan antioksidan. *KELUWIH: Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 48–52. <https://doi.org/10.24123/kesdok.v1i1.2496>
- Putri, R. H. (2017). Kualitas hidup pasien kanker ginekologi yang menjalani terapi. *Jurnal*

*Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*. <https://doi.org/10.30604/jika.v2i1.34>

- Rasdini, I. A., Wedri, N. M., Rahayu, V. E. S., & Putrayasa, I. (2021). Pengaruh terapi komplementer massage punggung terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Smart Keperawatan*, 40–46. <https://doi.org/10.34310/jskp.v8i1.426>
- Roifah, I. (2016). Analisis hubungan lama menderita diabetes mellitus dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2, 7–13.
- Sari, P. I., Dwikora, & Kurniawati, D. N. (2020). Comparison of asmaul husna and benson relaxation on decreasing of pain among patients with post antebrachii operated at Public Hospital Sidoarjo. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 3(1), 6–11.
- Sartika Wulandari, Thomas Ari Wibowo, S. K. M. (2020). Pengaruh slow stroke back massage (SSBM) terhadap kecemasan pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Juanda Kota .... *Borneo Student Research (BSR)*, 2, 189–194. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/1525/774>
- Septiari, P., & Restuning, D. (2017). *Pengaruh terapi slow stroke back massage terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi derajat 1 di Panti Wreda Omega Semarang. 1.*