

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE* (SSBM)
TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA
IBU *POST SECTIO CAESAREA* DI
RS X DENPASAR**



SKRIPSI

NI WAYAN PURNITI

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE* (SSBM)
TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA
IBU *POST SECTIO CAESAREA* DI
RS X DENPASAR**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh :

**NI WAYAN PURNITI
A1223032**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2025**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Wayan Purniti

NIM : A1223032

Jurusan : Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) terhadap Kualitas Tidur pada Ibu *Post Sectio Caesarea* di RS X Denpasar

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, Desember 2024



Ni Wayan Purniti

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH *SLOW STROKE BACK MASSAGE* (SSBM)
TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA
IBU *POST SECTIO CAESAREA* DI
RS X DENPASAR**


Diajukan Oleh :

**NI WAYAN PURNITI
A1223032**

Badung, 11 Februari 2025

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0801058701

Pembimbing II



Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb., M.Keb
NIDN. 0801019503

**Mengetahui
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua**



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0808068701

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA
KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN SEKOLAH TINGGI
ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI**

Badung, 18 Februari 2025

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji



Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M.Kes
NIDN. 0825068901

Sekretaris Penguji



Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0801058701

Anggota Penguji

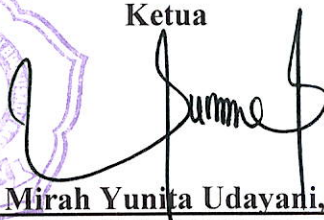


Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb., M.Keb
NIDN. 0801019503

Mengetahui

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan

Ketua



Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0808068701

BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN

Skripsi, Desember 2024

Ni Wayan Purniti

Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) terhadap Kualitas Tidur pada Ibu *Post Sectio Caesarea* (SC) di RS X Denpasar

(xvi halaman + 69 halaman + 3 tabel + 3 gambar + 12 lampiran)

ABSTRAK

Ketidaknyamanan pasca operasi pada ibu *post SC* akan menimbulkan berbagai dampak salah satunya penurunan kualitas tidur. Penurunan kualitas tidur pada ibu *post-partum* dapat berkontribusi dalam peningkatan stress ibu dan lebih rentan terhadap suasana hati yang dapat berakhir pada depresi *post-partum*. Penatalaksanaan yang dapat dilakukan dengan pemberian terapi non-farmakologi salah satunya *Slow Stroke Back Massage* (SSBM). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh SSBM terhadap kualitas tidur pada ibu *post SC* di RS X Denpasar.

Penelitian ini menggunakan metode *pra experiment* dengan *one-group pre-posttest design*. Teknik sampling menggunakan *non-probability sampling* yaitu *accidental sampling*. Sampel dalam penelitian berjumlah 32 responden.

Analisis yang digunakan adalah *wilcoxon sign rank test*. Hasil analisis menunjukkan nilai *p-value* $0,008 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh SSBM terhadap kualitas tidur pada ibu *post SC* di RS X Denpasar.

Bidan diharapkan dapat memberikan intervensi SSBM pada ibu *post SC* sebagai upaya dalam meningkatkan kualitas tidur dan meningkatkan derajat kesehatan ibu nifas.

Kata kunci: kualitas tidur, post SC, SSBM

Daftar pustaka: 41 (2015-2024)

**BINA USADA BALI BACHELOR'S DEGREE OF MIDWIFERY PROGRAM AND
MIDWIFERY PROFESSIONAL**

Thesis, December 2024

Ni Wayan Purniti

The Effect of Slow Stroke Back Massage (SSBM) on Sleep Quality in Post-Cesarean Section (SC) Mothers at X Denpasar Hospital

(xvi pages + 69 pages + 3 tables + 3 figures + 12 appendices)

ABSTRACT

Postoperative discomfort in post-SC mothers will cause various impacts, one of which is decreased sleep quality. Decreased sleep quality in post-partum mothers can contribute to increased maternal stress and be more susceptible to moods that can end in post-partum depression. Management that can be done by providing non-pharmacological therapy, one of which is Slow Stroke Back Massage (SSBM). The purpose of this study was to determine the effect of SSBM on sleep quality in post-SC mothers at RS X Denpasar.

This study used a pre-experimental method with a one-group pre-posttest design. The sampling technique used non-probability sampling, namely accidental sampling. The sample in the study amounted to 32 respondents. The analysis used was the Wilcoxon sign rank test.

The results of the analysis showed a p-value of $0.008 < 0.05$, so it can be concluded that there is an effect of SSBM on sleep quality in post-SC mothers at RS X Denpasar.

Midwives are expected to be able to provide SSBM interventions to post-SC mothers as an effort to improve sleep quality and improve the health of postpartum mothers.

Keywords: post SC, sleep quality, SSBM

Bibliography: 41 (2015-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, Karena berkat rahmat dan karuniaNya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* (SSBM) terhadap Kualitas Tidur pada Ibu *Post Sectio Caesarea* di RS X Denpasar” tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan sejak awal sampai terselesainya skripsi ini, untuk itu dengan segala hormat dan kerendahan hati, peneliti menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, SE, MM., selaku ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program studi sarjana ilmu kebidanan.
2. Bdn. Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb., selaku ketua program studi kebidanan program sarjana STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti penelitian dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana kebidanan pada program studi kebidanan program sarjana.
3. Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M.Kes., selaku penguji utama yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini

4. Bdn. Ni Made Risna Sumawati, S.SiT., M.Kes., selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini
5. Bd. Ni Putu Yunita Sri Lestari, S.Keb., M.Keb., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini
6. dr. I Made Yudi Artawan, MM., selaku direktur RS X Denpasar yang telah mengizinkan untuk melakukan penelitian.
7. Keluarga tercinta atas doa, dukungan mental, maupun material dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman mahasiswa di Stikes Bina Usaha Bali dan semua pihak yang penulis tidak dapat sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih kurang sempurna. Oleh sebab itu, peneliti sangat mengharapkan segala kritik dan saran yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Badung, Desember 2024

Peneliti

Ni Wayan Purniti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. Pelayanan Kebidanan	5
2. Masyarakat	5

3. Institusi Pendidikan	5
4. Pengembangan Ilmu Kebidanan	6
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Kajian Teoritis	10
1. <i>Sectio Caesarea</i>	10
2. Kualitas Tidur	15
3. <i>Slow Stroke Back Massage</i> (SSBM)	26
B. Kajian Empiris	29
C. Kerangka Teori	33
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESA DAN DEFINISI	
OPERASIONAL VARIABEL.....	34
A. Kerangka Konsep	34
B. Hipotesis	34
C. Definisi Operasional Variabel	35
BAB IV METODE PENELITIAN	37
A. Rancangan Penelitian	37
B. Populasi dan Sampel	37
1. Populasi	37
2. Sampel	38
3. Cara Pemilihan Sampel	39
C. Tempat Penelitian	40
D. Waktu Penelitian	40

E. Etika Penelitian	40
F. Alat Pengumpulan Data	43
1. Instrumen Penelitian	43
G. Prosedur Pengumpulan Data	44
1. Prosedur Administrasi	44
2. Prosedur Teknis	45
H. Pengolaan Data	47
I. Rencana Analisis Data	49
1. Analisis Univariat	49
2. Analisis Bivariat	49
BAB V HASIL PENELITIAN	50
A. Tempat dan Waktu Penelitian	50
B. Analisis Univariat	51
C. Analisis Bivariat	51
BAB VI PEMBAHASAN	53
A. Intepretasi Penelitian	53
1. Kualitas Tidur sebelum Pemberian <i>Slow Stroke Back Massage</i> .	53
2. Kualitas Tidur sesudah Pemberian <i>Slow Stroke Back Massage</i> ..	55
3. Pengaruh <i>Slow Stroke Back Massage</i> (SSBM) Terhadap Kualitas Tidur Pada Ibu <i>Post Sectio Caesarea</i>	58
B. Keterbatasan Penelitian	62
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	62
BAB VII PENUTUP	64

A. Simpulan	64
B. Saran	64

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Variabel	36
Tabel 5.1	Kualitas Tidur pada Pasien Post Sectio Caesarea (SC) Sebelum dan Sesudah Pemberian Slow Stroke Back Massage (SSBM) di RS X Denpasar	51
Tabel 5.2	Hasil Analisis Pengaruh Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Kualitas Tidur pada Ibu Post Sectio Caesarea di RS X Denpasar	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori	33
Gambar 3.1	Kerangka Konsep	34
Gambar 4.1	Model Rancangan Penelitian	37

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 : Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 : Surat Uji Etik Penelitian
- Lampiran 5 : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 6 : Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 7 : Lembar Permohonan Responden
- Lampiran 8 : Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9 : Instrumen Penelitian
- Lampiran 10 : Master Tabel
- Lampiran 11 : Hasil Uji Statistik
- Lampiran 12 : Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

ASI	: Air Susu Ibu
CBT	: <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>
CKD	: <i>Chronic Kidney Disease</i>
EEG	: <i>Elektroensefalografi</i>
IC	: <i>Informed Consent</i>
IMD	: Inisiasi Menyusui Dini
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
KIE	: Komunikasi, Informasi dan Edukasi
KPD	: Ketuban Pecah Dini
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
PSQS	: <i>Postpartum Sleep Quality Scale</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
RS	: Rumah Sakit
SC	: <i>Sectio Caesarea</i>
SKI	: Survei Kesehatan Indonesia
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
SSBM	: <i>Slow Stroke Back Massage</i>
TV	: Television
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR PUSTAKA

- Anninah. (2020). *Pengaruh Slow Stroke Back Massage Terhadap Kualitas Tidur Ibu Post Sectio Caesarea di RS. Bhayangkara Bengkulu. Jurnal Keperawatan Raflesia*, 2(1), 41–50. Diambil dari <https://jurnal.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id/index.php/jkr>
- Anuhgera. (2020). *Terapi Alternatif Pengurangan Rasa Nyeri dan Kecemasan melalui Slow Stroke Back Massage (SSBM) pada Inpartu Kala I Fase Aktif. Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 2(2), 211–218.
- Aspiani, R. Y. (2024). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Ayuningtyas, D. (2023). *Etika Kesehatan pada Persalinan Melalui Sectio Caesarea Tanpa Indikasi Medis. JURNAL MKMI*, 14(1), 9–16. Diambil dari <https://media.neliti.com/media/publications/238447-etika-kesehatan-pada-persalinan-melalui-2cb2a22b.pdf>
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Bali*. Denpasar. Diambil dari <https://www.diskes.baliprov.go.id/profil-kesehatan-provinsi-bali>
- Fatimah, D. (2020). *Pengaruh Slow Stroke Back Massage terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 11(1). Diambil dari <https://jurnalmadanimedika.ac.id>
- Fresia, S. (2021). *Efektivitas Penerapan Teknik Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Penurunan Nyeri Kepala pada Pasien Hipertensi di Ruang Garuda Rumah Sakit Dr. Esnawan Antariksa Jakarta. Jurnal Keperawatan dan Kedirgantaraan*, 1(1), 1–4. Diambil dari <https://repositoryjurnalmedia.ac.id>
- Galimy, R. (2015). *Insomnia in The Elderly: an Update and Future Challenges. G GERONTOL*, 5 (3), 231–247.
- Hasanah, N. (2021). *Pengaruh Slow Stroke Back Massage Terhadap Kualitas Tidur: Literature Review. Borneo Student Research (BSR)Research*, 3(1), 493–504. Diambil dari <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/2596/1031>
- Hermawan, I. W. (2024). *Efektivitas Slow Stroke Back Massage Terhadap Tekanan Darah dan Kualitas Tidur Penderita Hipertensi. Medical Journal of Nusantara (MJN)*, 3(2), 113–122.
- Hidayat, A. A. A. (2015). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia (Edisi 2)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Huang. (2021). *Comparing The Effects of Music and Exercise with Music for Older Adults with Insomnia. Applied Nursing Research*, 3(2), 104–110. Diambil dari <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>
- Januarto, A. K. (2022). *Seksio Sesarea: Panduan Klinis*. Jakarta: Pengurus Pusat

Perkumpulan Obsterti dan Ginekologi Indonesia.

- Jurch, S. . (2024). *Clinical Massage Therapy: Assessment and Therapy of Orthopedic Condition*. New York: McGraw-Hill.
- Kamalah, R. (2021). *Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III*. *Jurnal Bidan Pintar*, 2(1), 186–198. Diambil dari <http://ojs.unikkediri.ac.id/index.php/jubitar/article/view/1650>
<https://doi.org/10.51771/jdn.v1i2.66>
- Kemenkes RI. (2021). *Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Marmi. (2024). *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas "Peuperium Care."* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Masthura, S. (2022). *Pengaruh Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Kualitas Tidur Pasien Post Operasi Sectio Caesarea*. *Jurnal Aceh Merdeka*, 6(1), 54–60. Diambil dari <http://jurnal.abulyatama.ac.id/index.php/acehmedika/article/view/2888/1143>
- Melastuti, E. (2022). *Pengaruh Terapi Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Kualitas Tidur pasien Post Operasi di RSI Sultan Agung Semarang*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 4(2), 159–168.
- Mubarak, I. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Orchida, T. (2023). *Penerapan Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) yang Menjalani Hemodialisis di Rsud Dr. Moewardi*. *Jurnal OSADHAWEDYAH*, 1(4), 266–274.
- Petit, L. (2018). *Non-Pharmacological Management of Primary and Secondary Insomnia Among Older People: Review of Assessment Tools and Treatments*. *Journal of Pharmacy Practice and Research*, 3 (2), 19–25.
- Potter & Perry. (2017). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan* (7 ed.). Jakarta: EGC.
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P., & Hall, A. (2020). *Fundamentals of Nursing*. Canada: Elsevier Health Sciences.
- Rahmawati, E. M. (2024). *Intervensi Slow Stroke Back Massage Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea*. *HIJP: Health Information Jurnal Penelitian*, 16(1). Diambil dari <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1118/1565>
- Rasjidi, I. (2019). *Manual Seksio Sesarea & Laparotomi Kelainan Adneksa*.

Jakarta: CV. Sagungseto.

- Ratrika, S. (2020). *Intervensi Non Farmakologi untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Postpartum: Kajian Literatur*. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 2(3), 59–69. Diambil dari <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs>
- Sari, D. P. (2022). *Sleep Quality of Post Sectio Caesarea Mothers with the ERACS Method*. *The 16th University Research Colloquium 2022 Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan*, 285–291. Diambil dari <https://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/2444/2405>
- SKI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Smyth, C. (2017). *The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*. New York: Hartford Institute for Geriatric Nursing.
- Snyder, M. (2017). *Complementary Alternative Therapies in Nursing*. New York: Springer Publishing Company Inc.
- Sormin, S. (2022). *Penerapan Teknik Slow Stroke Back Massage (SSBM) Terhadap Penurunan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Tk II Putri Hijau Medan Tahun 2021*. *Jurnal Keperawatan Flora*, 15(1), 65–73. Diambil dari <https://jurnal.stikesflora-medan.ac.id/index.php/jkpf>
- Sudiana, W. (2022). *Efektifitas Minuman Karbohidrat untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea*. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(1), 12–18. Diambil dari <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jrkn>
- Sudijanto, D. A. (2022). *Terapi Slow Stroke Back Massage terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Chronic Kidney Disease (CKD) yang Menjalani Hemodialisis*. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1219–1229. Diambil dari <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3451>
- Sugiono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. (Alfabeta CV, Ed.). Bandung.
- Sulistianingrum, A. (2024). *Gambaran Kenyamanan dan Kualitas Tidur pada Pasien Pasca Operasi*. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(6), 2825–2834.
- Sulistiyawati, A. (2015). *Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Surya, D. O. (2022). *Efektifitas Terapi Slow Stroke Back Massage Terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi*. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(4), 120–123. Diambil dari <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>
- Yunita. (2024). *Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Cugung Lalang*. *Journal Of Midwifery*, 12(1), 92–97.

Yunus, M. A. (2023). *Pengaruh Terapi SSBM (Slow Stroke Back Massage) terhadap Kualitas Tidur pada Lansia di Panti Werda Asuhan Bunda Cabang Jawa Barat. Jurnal Online Keperawatan Rajawali, 1(1), 67–78.* Diambil dari <https://ojs.rajawali.ac.id>