

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Skripsi, Juli 2024

Nurhafizah

Pengaruh Terapi Totok Punggung Dengan *Ginger Aromatherapy* (TOPGAR) Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Di Rumah Sehat Nou Pekanbaru

Xii + 45 + 9 Tabel + 2 Skema + 12 Lampiran

ABSTRAK

Kolesterol berlebihan merupakan faktor risiko utama untuk penyakit pembuluh darah seperti, hiperkolesterolemia, hiperlipidemia, jantung koroner, hipertensi, serta stroke. Salah satu tindakan alternatif yang dapat dilakukan untuk mengurangi kadar kolesterol yang tinggi yaitu dengan melakukan terapi totok punggung yang dikombinasikan dengan *ginger aromatherapy*. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi totok punggung dengan *ginger aromatherapy* terhadap penurunan kadar kolesterol di Rumah Sehat NOU Pekanbaru. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah metode *quasi eksperimen* dengan pre dan post pada kelompok intervensi. Sampel penelitian ini berjumlah 19 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *Convenience sample* atau *Accidental sampling*. Sebelum dilakukan intervensi kadar kolesterol responden akan diukur menggunakan *Nesco Multicheck*, intervensi dilakukan 1 kali selama 60 menit. Setelah dilakukan intervensi kadar kolesterol kembali diukur menggunakan *Nesco Multicheck*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat (*paired t-test*). Hasil rata-rata kadar kolesterol sebelum dilakukan intervensi 252,37 dengan standar deviasi 24,146, sedangkan rata-rata kadar kolesterol setelah dilakukan intervensi 215,11 dengan standar deviasi 26,501. Hasil bivariat didapatkan p-value 0,001 ($<0,05$) dengan selisih rata-rata kadar kolesterol pre-test dan post-test 37,263. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terapi totok punggung dengan *ginger aromatherapy* efektif untuk menurunkan kadar kolesterol darah. Terapi totok punggung dapat menjadi alternatif terapi komplementer untuk mengurangi kolesterol.

Kata kunci :Totok Punggung, *Ginger Aromatherapy*, Kolesterol
Referensi :27 (2019-2023)

**NURSING PROGRAM
FACULTY OF NURSING
INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Research, July 2024

Nurhafizah

The Effect Of Back Rub Therapy With Ginger Aromatherapy (TOPGAR) On Reducing Cholesterol Levels At Nou Healthy House Pekanbaru

xii + 45 + 9 Tables + 2 Schemes + 12 Appendices

ABSTRACT

Excessive cholesterol is a major risk factor for vascular diseases such as hypercholesterolemia, hyperlipidemia, coronary heart disease, hypertension, and stroke. One of the alternative actions that can be done to reduce high cholesterol levels is by doing back rub therapy combined with ginger aromatherapy. The purpose of this study was to determine the effect of back rub therapy with ginger aromatherapy on reducing cholesterol levels at Rumah Sehat NOU Pekanbaru. This research is a quantitative research. The research design used is quasi experimental method with pre and post in the intervention group. The sample of this study amounted to 19 people using Convenience sampling technique or Accidental sampling. Before the intervention, the respondent's cholesterol level will be measured using Nesco Multicheck, the intervention is carried out once for 60 minutes. After the intervention, cholesterol levels were measured again using Nesco Multicheck. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis (paired t-test). The average cholesterol level before the intervention was 252.37 with a standard deviation of 24.146, while the average cholesterol level after the intervention was 215.11 with a standard deviation of 26.501. Bivariate results obtained p-value 0.001 (<0.05) with a difference in average pre-test and post-test cholesterol levels of 37.263. The results of the study can be concluded that back rub therapy with ginger aromatherapy is effective for lowering blood cholesterol levels. Back rub therapy can be an alternative complementary therapy to reduce cholesterol.

Keywords : Back Rub, Ginger Aromatherapy, Cholesterol
Reference : 27 (2019-2023)