

## ABSTRAK

Lansia seringkali mengalami nyeri punggung bawah atau *low back pain* (LBP). LBP menyebabkan nyeri kronis yang berdampak pada kemampuan dalam bekerja, fungsi psikososial, tingkat aktivitas, dan kualitas hidup pada lansia. *Massage pillow* merupakan bantal pijat elektrik yang mengadopsi berbagai teknik pemijatan yaitu pijat terapeutik, pijat Swedia, *slow stroke back massage*, *massage effleurage*, *back massage*, dan *trigger point massage*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan terapi *massage pillow* pada lansia *low back pain* dengan masalah keperawatan nyeri kronis.

Penelitian deskriptif ini menggunakan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian berjumlah 2 lansia yang mengalami LBP dengan masalah keperawatan nyeri kronis di Berbek Badongan RT 02 RW 06 Waru Sidoarjo. Terapi *massage pillow* diberikan dengan 2 metode, metode pertama yaitu 2 sesi/hari dengan durasi 10 menit/sesi. Metode kedua yaitu 1 sesi/hari dengan durasi 20 menit/sesi. Kedua metode dilakukan selama 5 hari. Evaluasi skala nyeri menggunakan *numerical rating scale*.

Kedua subjek mengalami nyeri seperti ditusuk-tusuk di punggung bawah ketika beraktivitas. Ny. M mengalami skala nyeri 4/10 berdurasi hingga 1 jam. Ny.LS mengalami skala 5/10 berdurasi 3-5 menit. Diagnosa keperawatan yaitu nyeri kronis dengan intervensi terapi *massage pillow*. Hasil evaluasi akhir skala nyeri pada Ny.M yaitu 0/10 dan 2/10 pada Ny.LS. Kedua subjek juga mengalami peningkatan kekuatan fisik dalam beraktivitas.

Terapi *massage pillow* terbukti mampu menurunkan intensitas nyeri pada lansia penderita LBP dengan masalah keperawatan nyeri kronis. Terapi *massage pillow* juga mampu meningkatkan kemampuan aktivitas pada lansia penderita LBP yang mengalami nyeri kronis.

**Kata Kunci:** *Massage pillow, Lansia, Low Back Pain*