

# **PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE***

**(Studi di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin)**

**SKRIPSI**

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat  
untuk memperoleh derajat Sarjana Keperawatan  
Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat

Diajukan Oleh  
Ernita Yulia Sari  
2010913120007



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
BANJARBARU**

**Desember, 2023**

**Karya Tulis Ilmiah**

**PENGARUH FOOT MASSAGE TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR  
PASIE*n* CONGESTIVE HEART FAILURE**

**(Studi di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin)**

Dipersiapkan dan disusun oleh

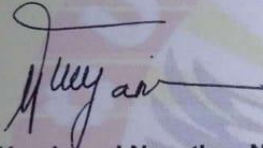
**Ernita Yulia Sari**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal 22 Desember 2023

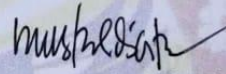
**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing Utama

Anggota Dewan Penguji Lain

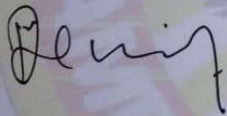


**Tina Handayani Nasution, Ns., M.Kep**

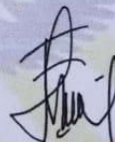


**Novi Mustahdiati Nasri, Ns., M.Kep**

Pembimbing Pendamping



**Devi Rahmayanti, Ns., M.Imun**



**Fitri Ayatul Azliha, Ns., M.Kep**

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



**Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D**

Koordinator Program Studi Keperawatan

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan sebelumnya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 22 Desember 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Ernita', with a horizontal line underneath it.

Ernita Yulia Sari

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Pengaruh Foot Massage Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pasien Congestive Heart Failure (Studi Di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin)” tepat pada waktunya.

Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagai syarat guna memperoleh derajat Sarjana Keperawatan di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Dalam Kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Dr. dr. Istiana, M.Kes dan Koordinator Program Studi Keperawatan Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian ini.

Kedua dosen pembimbing Tina Handayani Nasution, Ns., M.Kep dan Devi Rahmayanti, Ns., M.Imun yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.

Kedua dosen penguji Novi Mustahdiati Nasri, Ns., M.Kep dan Fitri Ayatul Azlina, Ns., M.Kep yang memberikan kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi semakin baik.

Rekan penelitian, serta semua pihak atas sumbangan pikiran dan bantuan yang telah diberikan. Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari sempurna, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, 22 Desember 2023



Penulis

## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillah Robbil Alamin*, segala puji dan syukur serta terimakasih penulis panjatkan kehadiran *Allah SWT*. Tuhan penguasa seluruh semesta alam atas segala karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Sebagai ungkapan terimakasih, Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini penulis persembahkan Kepada:

1. Kedua Orang Tua saya tersayang ( Mahpus & Noor Sari) yang merupakan orang tua hebat yang selalu menjadi penyemangat saya sebagai sandaran terkuat dari kerasnya dunia. Orang tua yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang yang penuh cinta dan selalu memberikan masukan dan motivasi, Terima kasih selalu berjuang untuk kehidupan saya, Terimakasih untuk semua doa dan dukungan Abah dan Mama sehingga saya dapat berada dititik ini. Sehat selalu dan Hiduplah lebih lama lagi, Abah dan mama harus selalu ada disetiap perjalanan dan pencapaian dalam hidup saya. Saya sayang kalian
2. Suami tersayang (Muhammad Danil Fadillah) seseorang yang tak kalah penting kehadirannya. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup saya. Berkontribusi banyak dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini, baik tenaga, waktu maupun materi kepada saya. Terimakasih telah menjadi rumah, pendamping dalam segala hal yang menemani, mendukung bahkan menghibur dalam kesedihan, mendengar keluh kesah dan memberi semangat untuk tetap bertahan dan pantang menyerah. Semoga Allah SWT selalu membuat rumah tangga kita menjadi keluarga yang SAMAWA. Amiin
3. Para sahabat genk penghuni surga (Danil, Ainah, Novita, Tedi, Rayhan, Iky), antek-antek mermaid (NJ, Icha) dan winner (Lia, Sita, Nj, Karini, Lisa) yang merupakan sahabat terbaik dalam hidup ku dari SMP-Seterusnya. Terimakasih telah menjadi pendengar dan motivator terbaik bagi wanita banyak omong ini. Terimakasih juga sudah menjadi penyemangat bagi saya untuk tetap tahan kuliah hehe.

4. Sahabat saya dikampus (Nor Ariyani & Putri Aprilia) yang telah menemani saya selama proses perkuliahan hingga sekarang. Terimakasih sahabat yang selalu menemani, mendukung dan memotivasi saya ketika sedang dititik terendah. Terimakasih juga sudah menemani saya menembus hujan dan panas demi mengambil data.
5. Sahabat saya yang bore dan tempat mengeluh (Melati jayusman). Makasih sudah menemani saya hingga SD-Sekarang. Terima kasih telah menjadi tempat saya mengeluh dan menjadi penyemangat terbaik. Terima kasih juga sudah mau menemani proses saya mencari responden dan mau di ajak berhujan-hujan dari BJB-BJM-BJB.
6. Kucing saya tercinta (Moci) yang suda menemaniku revisian hingga larut begadang.
7. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri, Ernita Yulia Sari karena telah mampu atas kerja keras dan berjuang sampai sejauh ini dan mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan karya tulis ilmiah ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian Ernita yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

## ABSTRAK

### PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* (STUDI DI RUANG ALAMANDA RSUD ULIN BANJARMASIN)

Sari, Ernita Yulia

**Latar Belakang:** Pasien *congestive heart failure* sering mengeluhkan gejala seperti sesak nafas, kelelahan, mulut kering, mengantuk pada siang hari dan sulit untuk tertidur, hal ini menyebabkan kualitas tidur pasien menjadi terganggu. Gangguan kualitas tidur dapat diatasi dengan intervensi *foot massage* dikarenakan mudah dilakukan, biaya relatif sedikit dan memiliki manfaat seperti membuat tubuh menjadi rileks dan menurunkan insomnia.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh *foot massage* terhadap kualitas tidur pasien *congestive heart failure* di ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *quasi eksperimental* dengan *one group pre and post test without control design* dan teknik *Concecutive Sampling*. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 15 orang. Responden akan diukur kualitas tidurnya menggunakan kuesioner RCSQ dan responden diberikan intervensi *foot massage* selama 2 hari dengan durasi 20 menit.

**Hasil:** Pre-test menunjukkan bahwa semua responden penelitian sebanyak 15 orang (100%) memiliki kualitas tidur buruk dan post-test mayoritas responden sebanyak 13 orang (86,7%) memiliki kualitas tidur baik. sehingga *foot massage* berpengaruh terhadap kualitas tidur pasien dengan p-value 0,001 ( $\alpha=0,005$ ).

**Diskusi:** Terdapat perubahan kualitas tidur sebelum dan sesudah *foot massage*. *Foot massage* menghasilkan efek relaksasi yang dapat memberikan rasa nyaman pada tubuh serta meningkatkan kualitas tidur.

**Kata Kunci:** *Congestive Heart Failure*, Kualitas Tidur, *Foot Massage*

## **ABSTRACT**

### **THE EFFECT OF FOOT MASSAGE ON IMPROVING THE SLEEP QUALITY OF CONGESTIVE HEART FAILURE PATIENTS (STUDY IN THE ALAMANDA ROOM ULIN RSUD BANJARMASIN)**

**Sari, Ernita Yulia**

**Background:** *Patients with congestive heart failure often complained symptom like congested breath , tiredness , mouth dry , sleepy during the day day and hard For asleep , This cause sleep quality the patient becomes disturbed . Sleep quality disorders can be overcome with foot massage intervention because it is easy to do, costs relatively little and has benefits such as relaxing the body and reducing insomnia.*

**Objective :** *To determine the effect of foot massage on the sleep quality of congestive heart failure patients in the Alamanda room at Ulin Hospital, Banjarmasin.*

**Method:** *This research uses a quasi- experimental design with one group pre and post test without control design and Consecutive Sampling technique. The number of samples used was 15 people. Respondents will have their sleep quality measured using the RCSQ questionnaire and respondents will be given foot massage intervention for 2 days with a duration of 20 minutes.*

**Results:** *Pre-test showed that all 15 research respondents (100%) had poor sleep quality and post-test the majority of respondents, 13 people (86.7%) had good sleep quality, so foot massage had an effect on the patient's sleep quality with a p-value of 0.001 ( $\alpha=0.005$ ).*

**Discussion:** *There are changes in sleep quality before and after foot massage . Foot massage produces a relaxing effect that can provide a feeling of comfort to the body and improve sleep quality.*

**Keywords:** Congestive Heart Failure, Sleep Quality, Foot Massage



## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang .....	1
1.2    Rumusan Masalah.....	6
1.3    Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1    Tujuan Umum .....	6
1.3.2    Tujuan Khusus.....	7
1.4    Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1    Manfaat Bagi Penelitian Selanjutnya .....	7
1.4.2    Manfaat Bagi Responden.....	7
1.4.3    Manfaat Bagi Rumah Sakit .....	7
1.5    Keaslian Penelitian .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
2.1 <i>Congestive Heart Failure</i> .....	9
2.1.1    Pengertian <i>Congestive Heart Failure</i> .....	9
2.1.2    Klasifikasi <i>Congestive Heart Failure</i> .....	9
2.1.3    Etiologi <i>Congestive Heart Failure</i> .....	12
2.1.4    Patofisiologi <i>Congestive Heart Failure</i> .....	13
2.1.5    Manifestasi Klinis <i>Congestive Heart Failure</i> .....	14
2.1.6    Komplikasi <i>Congestive Heart Failure</i> .....	16
2.1.7    Penatalaksanaan <i>Congestive Heart Failure</i> .....	16
2.2    Tidur.....	17
2.2.1    Definisi Tidur .....	17

2.2.2	Fisiologis Tidur.....	18
2.2.3	Tahapan Tidur.....	19
2.2.4	Siklus Tidur.....	19
2.2.5.	Fungsi Tidur .....	20
2.2.6	Kualitas Tidur .....	21
2.2.7	Faktor yang mempengaruhi kualitas Tidur .....	22
2.2.8	Gangguan Masalah Kebutuhan Tidur .....	24
2.2.9	Penatalaksanaan Gangguan Tidur .....	26
2.2.10	Instrumen Pengukuran Kualitas Tidur PSQI .....	26
2.3	Terapi <i>Foot Massage</i> .....	28
2.3.1	Definisi <i>Foot Massage</i> .....	28
2.3.2	Manfaat <i>Foot Massage</i> .....	28
2.3.3	Durasi <i>Foot Massage</i> .....	29
2.3.4	Kontraindikasi <i>Foot Massage</i> .....	29
2.3.5	Prosedur <i>Foot Massage</i> .....	30
2.3.6	Efektivitas <i>Foot Massage</i> terhadap Kualitas Tidur.....	34
2.4	Kerangka Teori.....	35
<b>BAB III KERANGKA KONSEP .....</b>		<b>36</b>
3.1	Kerangka Konsep.....	36
3.2	Hipotesis.....	39
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>		<b>40</b>
4.1.	Rancangan Penelitian.....	40
4.2.	Populasi dan Sampel.....	41
4.2.1.	Populasi .....	41
4.2.2.	Sampel .....	41
4.3.	Instrumen Penelitian.....	42
4.4.	Variabel Penelitian.....	43
4.5.	Definisi Operasional.....	44
4.6.	Prosedur Penelitian .....	46
4.6.1.	Tahap Persiapan .....	46
4.6.2.	Tahap Pelaksanaan .....	47
4.7.	Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	49

4.7.1.	Teknik pengumpulan Data .....	49
4.7.2.	Teknik Pengolahan Data .....	49
4.8.	Cara Analisis Data .....	50
4.9.	Tempat dan waktu penelian .....	51
4.10.	Etika Penelitian .....	51
<b>BAB V</b>	<b>HASIL PENELITIAN</b> .....	<b>53</b>
5.1	Analisis Univariat .....	53
5.1.1	Karakteristik Pasien Di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin Menurut Usia 53 .....	
5.1.2	Karakteristik Pasien Di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin Menurut Jenis Kelamin .....	54
5.1.3	Karakteristik Pasien Di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin Menurut Lama Hari Rawat .....	54
5.1.4	Karakteristik Pasien Di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin Menurut Penyebab Gangguan Tidur .....	55
5.1.5	Kualitas Tidur Sebelum Dan Sesudah Terapi <i>Foot Massage</i> .....	55
5.2	Analisis Bivariat .....	56
5.2.1	Pengaruh <i>Foot Massage</i> Terhadap Kualitas Tidur Pasien <i>Congestive Heart Failure</i> Di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin .....	56
<b>BAB VI</b>	<b>PEMBAHASAN</b> .....	<b>57</b>
6.1.	Karakteristik Demografi Pasien Congestive Heart Failure Di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin .....	57
6.1.1.	Usia .....	57
6.1.2.	Jenis Kelamin .....	58
6.1.3.	Lama Hari Rawat .....	59
6.2.	Kualitas Tidur Responden Sebelum diberikan <i>Foot Massage</i> .....	59
6.3.	Kualitas Tidur Pasien Sesudah diberikan <i>Foot Massage</i> .....	61
6.4.	Pengaruh <i>Foot Massage</i> Terhadap Kualitas Tidur .....	63
6.5.	Keterbatasan Penelitian .....	66
<b>BAB VII</b>	<b>PENUTUP</b> .....	<b>67</b>
7.1.	Kesimpulan .....	67
7.2.	Saran .....	67
	<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>69</b>
	<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>75</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Patofisiologis Gagal Jantung .....	14
Gambar 2.2 Tahapan Siklus Tidur Orang Dewasa .....	20
Gambar 2.3 Kerangka Teori Pengaruh <i>Foot Massage</i> Terhadap Kualitas Tidur Pasien <i>Congestive Heart Failure</i> .....	35
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Pengaruh <i>Foot Massage</i> Terhadap Kualitas Tidur Pasien <i>Congestive Heart Failure</i> Di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin .....	38
Gambar 4. 1 Skema Rancangan Penelitian .....	40

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tanda dan Gejala Gagal Jantung.....	15
Tabel 2. 2 Langkah-langkah <i>Foot Massage</i> .....	33
Tabel 4. 1 Kisi-kisi Kuesioner <i>The Richards Campbell Sleep Questionnaire</i> (RCSQ). .....	42
Tabel 4. 2 Definisi Operasional Kualitas Tidur Pasien .....	44
Tabel 5. 1 Karakteristik pasien berdasarkan usia di ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin (n=15).....	53
Tabel 5. 2 Karakteristik pasien berdasarkan jenis kelamin di ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin (n=15).....	54
Tabel 5. 3 Karakteristik pasien berdasarkan lama hari rawat di ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin (n=15) .....	54
Tabel 5. 4 Karakteristik pasien berdasarkan penyebab gangguan tidur pasien di ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin (n=15).....	55
Tabel 5. 5 Karakteristik pasien berdasarkan kualitas tidur sebelum dan sesudah terapi <i>foot massage</i> di ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin (n=15)	55
Tabel 5. 6 Pengaruh <i>Foot Massage</i> Terhadap Kualitas Tidur Pasien <i>Congestive Heart Failure</i> Di Ruang Alamanda RSUD Ulin Banjarmasin (n=15) .....	56

## DAFTAR SINGKATAN

AHA	: <i>American Heart Association</i>
BSR	: <i>Bulbar Synchronizing Region</i>
CONGESTIVE HEART FAILURE	: <i>Congetive Heart Failure</i>
CRF	: <i>Corticotropin Releasing Factor</i>
EKG	: <i>Elektrokardiogram</i>
EGFR	: <i>Epidermal Growth Factor Receptor</i>
ICU	: <i>Intensive Care Unit</i>
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
NYHA	: <i>New York Heart Association</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
POMC	: <i>Proopiodmelanocortin</i>
PJB	: <i>Penyakit Jantung Bawaan</i>
RISKESDAS	: <i>Riset Kesehatan Dasar</i>
RSUd	: <i>Rumah Sakit Umum Daerah</i>
RSD	: <i>Rumah Sakit Daerah</i>
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
RAAS	: <i>Renin Angiotensin Aldosteron System</i>
RCSQ	: <i>The Richards Campbell Sleep Quesionnaire</i>
WHF	: <i>World Heart Federation</i>