

SKRIPSI

PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA

PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI KLINIK PRATAMA

dr. DIDIK SULASMONO KECAMATAN ROGOJAMPI

KABUPATEN BANYUWANGI

TAHUN 2023



Oleh :

I PUTU LANANG PARTHAYASA

NIM : 201802021

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI

ILMU KESEHATAN BANYUWANGI

BANYUWANGI

2023

SKRIPSI
PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA
PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI KLINIK PRATAMA
dr. DIDIK SULASMONO KECAMATAN ROGOJAMPI
KABUPATEN BANYUWANGI
TAHUN 2023

Untuk memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi S-1 Keperawatan STIKes Banyuwangi



Oleh :

I PUTU LANANG PARTHA YASA

NIM : 201802021

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI
ILMU KESEHATAN BANYUWANGI
BANYUWANGI
2023

PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya tulis ilmiah saya sendiri, dan saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya ini yang ber judul :

PENGARUH *FOOT MESSAGE* TERHADAP KUALITAS TIDUR

PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI KLINIK

PRATAMA dr. DIDIK SULASMONO KECAMATAN

ROGOJAMPI KABUPATEN BANYUWANGI

TAHUN 2023

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar – benarnya .

Banyuwangi, 2023
Yang membuat pernyataan

I Putu Lanang Partha Yasa
201802021

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi berjudul :
PENGARUH *FOOT MESSAGE* TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI KLINIK PRATAMA dr. DIDIK SULASMONO
KECAMATAN ROGOJAMPI KABUPATEN
BANYUANGI TAHUN 2023

I Putu Lanang Partha Yasa
201802021

Skripsi telah disetujui
Pada tanggal, 2023

Oleh
pembimbing 1


Ns. Rudiyanto, S.Kep.,M.Kep.
NIDN. 0717129101

Pembimbing 2


Ns. Akhmad Yanuar F., S.Kep.,M.Kep
NIDN. 0720019004

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Keperawatan


Ns. Sholihin, S.Kep.,M.Kep
NIDN. 723118302

LEMBAR PENGESAHAN
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :
PENGARUH *FOOT MESSAGE* TERHADAP KUALITAS
TIDURPADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI
KLINIK PRATAMA dr. DIDIK SULASMONO
KECAMATAN ROGOJAMPI KABUPATEN
BANYUWANGI TAHUN 2023

Diajukan oleh :

I Putu Lanang Partha Yasa
201802021

Telah diuji dihadapan tim penguji pada
Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi
Pada tanggal, 2023

TIM PENGUJI

Penguji I	: Ninis I., M.Kep., Sp.Kep An	
Penguji II	: Annisa Nur N., S.Kep., Ns., M.Kep	
Penguji III	: Ns. Akhmad Yanuar F., S.Kep., M.Kep	

Mengetahui,
Ketua
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

DR.H. Soekardjo
NUPN : 9907159603

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas semua berkat dan hidayat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ **Pengaruh *Foot Massage* Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama dr. Didik Sulasmono Kecamatan Rogojampi Kabupaten Banyuwangi Tahun 2023**”, dapat terselesaikan dengan baik.

1. DR. H. Soekardjo selaku Ketua STIKES Banyuwangi yang telah member kesempatan dan fasilitas kepada penulis untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Ilmu keperawatan di STIKES Banyuwangi
2. Ns. Sholihin, S.Kep., M.Kep selaku ketua Prodi S1 keperawatan stikes banyuwangi yang telah memberikan kesempatan dan dorongan kepada penulis untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Keperawatan di STIKES Banyuwangi.
3. Ns. Rudiyanto, S.Kep., M.Kep dan Ns. Akhmad Yanuar F., S.Kep., M.Kep Selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan kepada penulis sehingga dapan menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepada kedua orang tua tercinta terkasih, Ketiga kakak dan kakak ipar saya yang tak henti- hentinya selalu mendoakan dan memotivasi untuk senantiasa bersemangat dan tak mengenal kata putus asa, terima kasih atas segala dukungannya dalam segi moral maupun material.
5. Teman dan sahabat seperjuangan mahasiswa angkatan 2019 Prodi S1 Keperawatan STIKES Banyuwangi, dan seluruh pihak yang membantu menyelesaikan proposal ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan atas segala amal baik yang telah diberikan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dalam penulisan, penyusunan, atau penyajian materi. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca sebagai bahan penyempurnaan skripsi ini dan semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak.

Banyuwangi, 2023

I Putu Lanang Partha Yasa
201802021



ABSTRAK
PENGARUH TERAPI FOOT MASSAGE TERHADAP KUALITAS TIDUR
PADA PASIEN DIABETES TIPE 2 DI KLINIK PRATAMA
dr. DIDIK SULASMONO KECAMATAN ROGOJAMPI
KABUPATEN BANYUWANGI TAHUN 2023

Oleh: I Putu Lanang Partha Yasa

Kualitas tidur adalah sebuah kepuasan dari pengalaman tidur, yang berintegrasi pada aspek tidur permulaan, pengaturan tidur, kuantitas tidur dan perasaan segar saat bangun tidur. pasien dengan kondisi penyakit kronik seperti Diabetes tipe 2 akan lebih sering mengalami insomnia. Gangguan – gangguan tidur yang terjadi pada penderita diabetes tipe 2 akan menyebabkan penurunan pada kualitas tidurnya. Penurunan kualitas tidur pada pasien diabetes tipe 2 diatasi dengan terapi non farmakologi yaitu terapi foot massage. Tujuan penelitian ini mengidentifikasi pengaruh *foot massage* terhadap kualitas tidur pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Klinik Pratama dr. Didik Sulasmono Kecamatan Rogojampi Kabupaten Banyuwangi Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quas iexperiment design* dengan jenis rancangan *one grup pre-post test design* sebanyak 18 responden dengan teknik *consecutive sampling* dengan menggunakan uji statistic Uji *Wilcoxon Test*. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*). Hasil penelitian ini sebelum dan sesudah dilakukan penelitian menunjukkan bahwa dari 18 responden sebelum dilakukan intervensi sebagian besar responden mengalami tingkat kualitas tidur yang buruk 13 orang (72,22%) dan setelah dilakukan intervensi sebagian besar responden mengalami tingkat kualitas tidur yang baik 12 orang (66,67%). Penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Test* dengan SPSS 26 for windows diperoleh nilai p value 0,000 ($\alpha < 0,05$) artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat diartikan ada pengaruh yang signifikan terapi *foot massage* terhadap kualitas tidur pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Klinik Pratama dr. Didik Sulasmono Kecamatan Rogojampi Kabupaten Banyuwangi Tahun 2023. Masalah penurunan kualitas tidur pada pasien diabetes tipe 2 adalah masalah serius yang harus segera diatasi. Terapi non farmakologi merupakan alternative yang dapat dipilih yaitu, dengan pemberian terapi foot massage. Sehingga dengan pemberian terapi *foot massage* dapat mengurangi ketegangan otot, mengurangi rasa sakit pada kaki dan menciptakan perasaan rileks dan dapat menjadi solusi terhadap permasalahan gangguan tidur pada pasien diabetes tipe 2.

Kata Kunci : Kualitastidur, Foot Massage, Diabetes tipe 2.

ABSTRACT
THE EFFECT OF FOOT MASSAGE THERAPY ON SLEEP QUALITY
IN TYPE 2 DIABETES PATIENTS AT PRIMARY CLINIC
Dr. DIDIK SULASMONO KECAMATAN ROGOJAMPI
KABUPATEN BANYUWANGI IN 2023

By: I Putu Lanang Partha Yasa

Sleep quality is a satisfaction from the sleep experience, which integrates the aspects of sleep onset, sleep regulation, sleep quantity and feeling fresh when waking up. Patients with chronic diseases such as type 2 diabetes will experience insomnia more often. Sleep disorders that occur in type 2 diabetes sufferers will cause a decrease in sleep quality. Decreased sleep quality in type 2 diabetes patients is treated with non-pharmacological therapy, namely foot massage therapy. The aim of this study was to identify the effect of foot massage on sleep quality in type 2 diabetes mellitus patients at the Primary Clinic dr. Didik Sulasmono Kecamatan Rogojampi Kabupaten Banyuwangi in 2023. This research uses a quasi-experimental research design with a one group pre-post test design of 18 respondents with a consecutive sampling technique using the Wilcoxon Test statistical test. Data were collected using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire sheet. The results of this study before and after the research showed that of the 18 respondents before the intervention, the majority of respondents experienced poor levels of sleep quality, 13 people (72.22%) and after the intervention, the majority of respondents experienced good levels of sleep quality, 12 people (66.67%). This study used the Wilcoxon Test with SPSS 26 for Windows, obtained a p value of 0.000 ($\alpha < 0.05$), meaning that H_0 was rejected and H_a was accepted, so it can be interpreted that there is a significant influence of foot massage therapy on sleep quality in type 2 diabetes mellitus patients in Primary Clinic Dr. Didik Sulasmono Kecamatan Rogojampi Kabupaten Banyuwangi in 2023. The problem of decreased sleep quality in type 2 diabetes patients is a serious problem that must be addressed immediately. Non-pharmacological therapy is an alternative that can be chosen, namely, by providing foot massage therapy. So by providing foot massage therapy it can reduce muscle tension, reduce pain in the feet and create a feeling of relaxation and can be a solution to the problem of sleep disorders in type 2 diabetes patients.

Keywords: Sleep quality, Foot Massage, Type 2 Diabetes.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	v
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR LAMBANG	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	5
1.3. Tujuan Masalah.....	5
1.3.1. Tujuan Umum.....	5
1.3.2. Tujuan Khusus.....	5
1.4. Manfaat Penelitian	5
1.4.1. Manfaat Teoritis	5
1.4.2. Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1. Konsep Diabetes Melitus Tipe 2	8
2.2. Konsep Kualitas Tidur	15
2.3. Konsep Foot Massage	22
2.4. Tabel Sintesis	33
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL	41

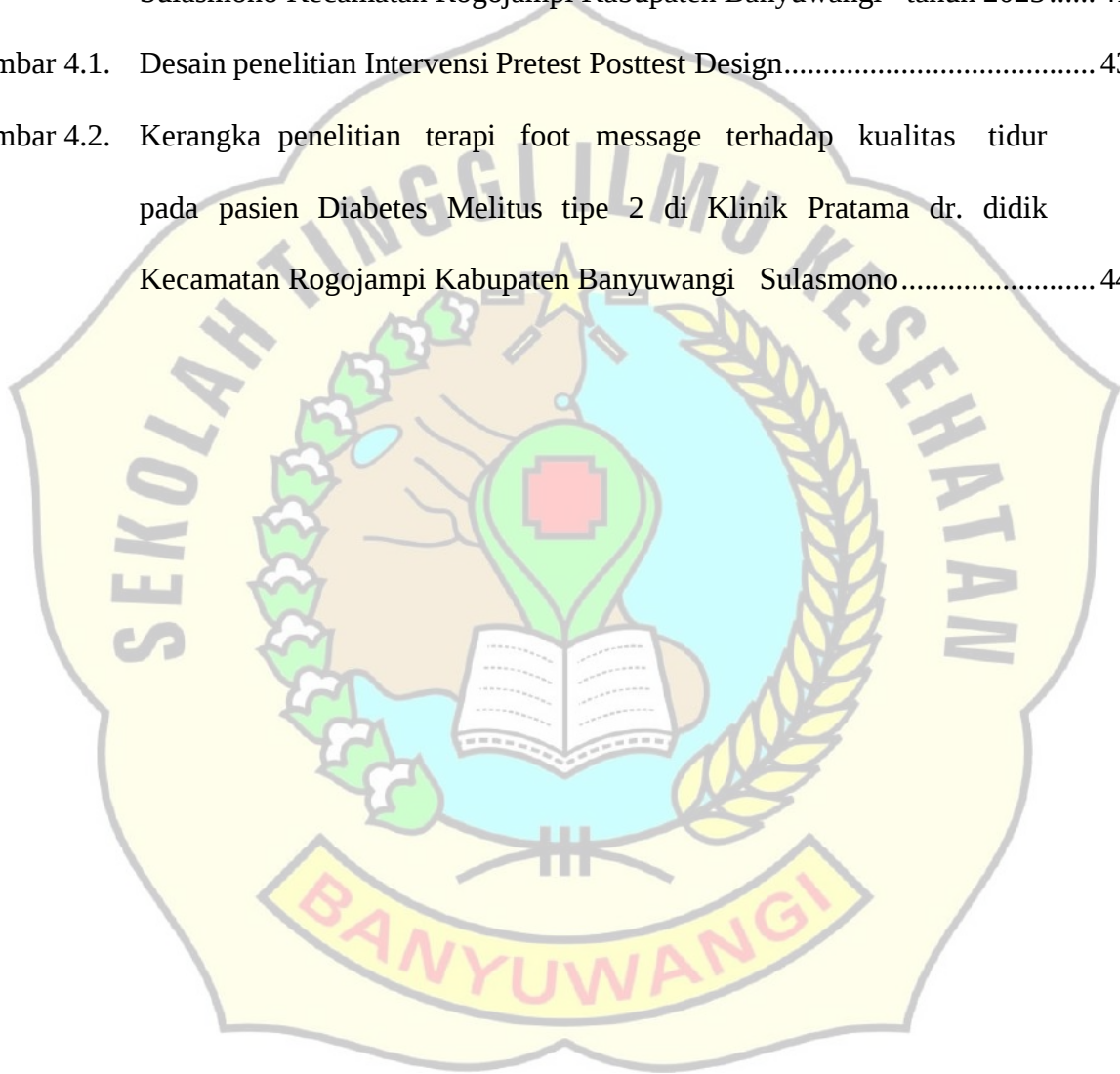
3.1. Kerangka Konseptual dan Hipotesis Penelitian	41
3.1.1 Kerangka Konseptual	41
3.1.2 Hipotesis Penelitian.....	42
BAB IV METODE PENELITIAN	43
4.1. Desain Penelitian.....	43
4.2. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	45
4.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	46
4.4 Variabel Penelitian	47
4.5 Definisi Operasional.....	47
4.6 Tempat dan Waktu Penelitian	50
4.7 Instrumen Penelitian.....	50
4.8 Proses Pengambilan Data	51
4.9 Pengolahan Data dan Analisa Data	52
4.10 Etika Penelitian	55
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	72
5.1 Hasil dan Data Umum Penelitian	72
5.2 Data Khusus	74
5.3 Pembahasan Hasil Penelitian	76
BAB VI PENUTUP	85
6.1 Kesimpulan	85
6.2 Saran	85
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN.....	89

DAFTAR TABEL

Tabel 2.4. Definisi operasional pengaruh foot message terhadap kualitas tidur pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di klinik pratama dr didik sulasmono Kecamatan Rogojampi Kabupaten Banyuwangi tahun 2023	33
Tabel 5.1 Distribusi responden berdasarkan usia pada pasien diabetes tipe 2 di Klinik Pratama dr. Didik Sulasmono.....	72
Tabel 5.2 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pada pasien diabetes tipe 2 di Klinik Pratama dr. Didik Sulasmono.....	73
Tabel 5.3 Distribusi responden berdasarkan tingkat pendidikan pada pasien diabetes tipe 2 di Klinik Pratama dr. Didik Sulasmono.....	73
Tabel 5.4 Distribusi responden berdasarkan tingkat pekerjaan pada pasien diabetes tipe 2 di Klinik Pratama dr. Didik Sulasmono.....	74
Tabel 5.5 distribusi kualitas tidur sebelum dan sesudah diberikan terapi foot massage pada pasien diabetes tipe 2 yang menjalani rawat inap di Klinik Pratama dr. Didik Sulasmono.....	74

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 3.1. Kerangka konseptual penelitian pengaruh foot message terhadap kualitas tidur pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Klinik Pratama dr didik Sulasmono Kecamatan Rogojampi Kabupaten Banyuwangi tahun 2023 41
- Gambar 4.1. Desain penelitian Intervensi Pretest Posttest Design..... 43
- Gambar 4.2. Kerangka penelitian terapi foot message terhadap kualitas tidur pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Klinik Pratama dr. didik Kecamatan Rogojampi Kabupaten Banyuwangi Sulasmono..... 44



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konseptual.....	41
Bagan 4.1 Kerangka Kerja.....	44



DAFTAR SINGKATAN

DM = Diabetes mellitus

WHO = *World health organization*

HPA = *Hipotalamus pituitary adreal*

RAS = *Reticular aktivaring*

NREW= *Non Rapid Eye Movement*

REM = *Rapid Eye Movement*

BSR = *Bulbar synchronizing Regional*

ACTH = *Hormon adreno kortikotropin*

HPA = *Hipo thalamus – pituitary adrenal*

KTT = *Kuesioner kualitas tidur*

PSQD = *Pittsburgh Sleep Quality Index*

SMH = *St. Mary Hospital*

KFGT = *Koesioner Faktor – faktor Gangguan Tidur*

APD = *Alat pelindung diri*

ICU = *Intensif care unit*

RSUD = *Rumah Sakit Umum Daerah*

SOP = *Standar Operasional Prosedur*

DAFTAR LAMBANG

% = Persen

- = Sampai

/ = Per

> = Lebih dari

< = Kurang Dari

X = Kali

= = Sama dengan

$\pm$ = Kurang lebih

α = Alfa

+ = Pertambahan

- = Pengurangan

$\geq$ = Lebih dari sama dengan

$\leq$ = Kurang dari sama dengan

Σ = Sigma

μ = Mikro



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	SOP <i>foot Massage</i>	89
Lampiran 2	Matrik Peyusunan Proposal Penelitian Dan Skripsi	91
Lampiran 3	Persetujuan Pengajuan Judul Skripsi.....	92
Lampiran 4	Surat Permohonan Data Awal Penelitian	93
Lampiran 5	Persetujuan Data Awal Penyusunan Proposal Penelitian	94
Lampiran 5	Lembar Permohonan Persetujuan Menjadi Responden.....	95
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Menjadi Responden (Informed Consent)	97
Lampiran 7	Kuesioner Pengkajian Kualitas Tidur	98
Lampiran 8	Keterangan Cara Skoring	101
Lampiran 9	Lembar Konsultasi Pembimbing 1.....	105
Lampiran 10	Lembar Konsultasi Pembimbing 2.....	109
Lampiran 11	Surat etik	112