

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH *FOOT MASSAGE*
TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN RAWAT INAP
DI RUMAH SAKIT PANTI RINI KALASAN YOGYAKARTA



C. HASTIN OKTAVIANI

202543015

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH *FOOT MASSAGE*
TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN RAWAT INAP
DI RUMAH SAKIT PANTI RINI KALASAN YOGYAKARTA



C. HASTIN OKTAVIANI

202543015

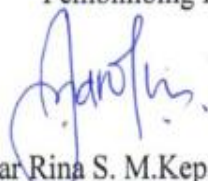
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH *FOOT MASSAGE*
TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN RAWAT INAP
DI RUMAH SAKIT PANTI RINI KALASAN YOGYAKARTA

Disusun Oleh:
C. Hastin Oktaviani
202543015

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan Dihadapan
Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Yogyakarta, 18 Agustus 2026

Pembimbing I,

Fransisca Anjar Rina S. M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B.
NIK. 201450003

Pembimbing II,

Suparmi, M.Kep., Sp.KMB.
NIK. 201550003

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : C. Hastin Oktaviani

NPM : 202543015

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian dengan judul:

**“Pengaruh *Foot Massage* Terhadap Kualitas Tidur Pasien Rawat Inap
di Rumah Sakit Panti Rini Kalasan Yogyakarta”**

Yang telah saya laksanakan bulan Mei 2026 sampai dengan Agustus 2026 seluruhnya merupakan hasil karya sendiri. Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Pernyataan keaslian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa ancaman dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 14 Agustus 2026



C. Hastin Oktaviani

"Apa pun yang kamu perbuat, perbuatlah dengan segenap hatimu seperti
untuk Tuhan dan bukan untuk manusia."

(Kolose 3:23)

SKRIPSI

PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN RAWAT INAP DI RUMAH SAKIT PANTI RINI KALASAN YOGYAKARTA

Disusun oleh:

C. Hastin Oktaviani

NPM 202543015

Telah dipertahankan dan diuji di depan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana
Pada Tanggal 14 Agustus 2026

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta


Yulia Wardani, MAN
NIK. 201450001

Penguji :

Ketua : MI. Ekatrina Wijayanti, Ns., MSN

Anggota : 1. Fransisca Anjar Rina S., M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B.

2. Suparmi, M.Kep., Sp.KMB

INTISARI

Nama : C. Hastin Oktaviani
NPM : 202543015
Judul : “Pengaruh *Foot Massage* Terhadap Kualitas Tidur Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Panti Rini Kalasan”
Tanggal Ujian : 14 Agustus 2026
Pembimbing : Fransisca Anjar Rina S. M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B. dan Sr. Lucilla Suparmi, M.Kep., Sp.KMB.
Jumlah Pustaka : 36 pustaka
Jumlah Halaman : xii, 60 halaman, 13 lampiran

Kualitas tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar yang berperan penting dalam proses penyembuhan pasien di rumah sakit. Gangguan kualitas tidur dialami pasien rawat inap akibat faktor lingkungan, kondisi penyakit, nyeri, maupun stres. Salah satu nonfarmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur adalah *foot massage*. Mekanisme *foot massage* untuk meningkatkan kualitas tidur melalui stimulasi saraf pada kaki yang mendorong pelepasan serotonin, dopamine dan endorfin sehingga mengaktifkan system saraf parasimpatis, meningkatkan vasodilatasi dan sirkulasi darah hingga memberikan efek relaksasi pada tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *foot massage* terhadap kualitas tidur pasien rawat inap di Rumah Sakit Panti Rini Kalasan Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan desain *quasi-experimental* dengan pendekatan *pre-test post-test non-equivalent control group design*. Sampel penelitian terdiri atas pasien rawat inap yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan *foot massage* selama 20 menit (10 menit tiap kaki) selama dua hari berturut-turut, sedangkan kelompok kontrol memperoleh perawatan rutin. Kualitas tidur diukur menggunakan Kuesioner Kualitas Tidur (KKT) sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian didapatkan mayoritas responden usia 40-59 tahun, perempuan, diagnosa penyakit dalam, lingkungan nyaman. Hasil analisis data dengan uji *Paired t test* diperoleh hasil *p value* $<0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan kualitas tidur yang bermakna sebelum dan sesudah pemberian *foot massage* kelompok intervensi, serta hasil uji *Independent t-test* menunjukkan terdapat perbedaan kualitas tidur kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah intervensi ($p < 0,05$). *Foot massage* dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi keperawatan nonfarmakologis yang aman, mudah dilakukan, dan efektif meningkatkan kualitas tidur pasien rawat inap. Rumah sakit diharapkan dapat mempertimbangkan penerapan *foot massage* sebagai bagian dari pelayanan keperawatan komplementer. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, waktu intervensi yang lebih panjang, serta mengendalikan faktor lain yang memengaruhi kualitas tidur.

Kata kunci: *foot massage*, kualitas tidur, pasien rawat inap.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat-Nya sehingga laporan penelitian berjudul “Pengaruh *Foot Massage* Terhadap Kualitas Tidur Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Panti Rini Kalasan Yogyakarta” dapat disusun. Laporan penelitian ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian program Studi Sarjana Keperawatan di STIKes Panti Rapih Yogyakarta. Selama proses penyusunan laporan ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana dan Profesi Ners STIKes Panti Rapih Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan kegiatan akademik sehingga tersusunnya laporan penelitian ini.
2. dr Henry Widyanto Handoko S., M.B.A sebagai Direktur Rumah Sakit Panti Rini Yogyakarta yang telah memberikan izin.
3. Ibu Fransisca Anjar Rina S., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B. sebagai dosen pembimbing I yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan masukan yang membangun selama proses penyusunan laporan penelitian ini.
4. Sr. Lucilla Suparmi, M.Kep., Sp.KMB. sebagai dosen pembimbing II yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan masukan yang membangun selama proses penyusunan laporan penelitian ini.
5. Manajemen dan staf RS. Panti Rini Kalasan Yogyakarta atas izin dan kesempatan pelaksanaan penelitian.
6. Rekan sejawat yang telah memberikan dukungan selama proses penyusunan laporan penelitian ini.

Semoga penelitian ini memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu keperawatan dan bermanfaat bagi tenaga kesehatan serta pasien. Kami juga terbuka terhadap saran dan kritik untuk perbaikan di masa mendatang.

Yogyakarta, 14 Agustus 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
INTISARI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB 1: PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB 2: TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Tinjauan Teori	6
2.2 Kerangka Teori	20
2.3 Kerangka Konsep	21
2.4 Hipotesis Penelitian	21
BAB 3: METODE PENELITIAN.....	23
3.1 Desain Penelitian	23
3.2 Definisi Operasional	24
3.3 Populasi dan Sampel	25
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian	27
3.5 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	27
3.6 Pengolahan dan Analisa Data	30

3.7 Etika Penelitian.....	34
BAB 4: HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian	36
4.2 Hasil dan Pembahasan	38
4.3 Kelemahan dan Keterbatasan Penelitian	51
BAB 5: SIMPULAN DAN SARAN	52
5.1 Simpulan	52
5.2 Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Langkah melakukan <i>foot massage</i>	9
Gambar 2.2 Kerangka teori	20
Gambar 2.3. Kerangka konsep... ..	21
Gambar 3.1 Desain penelitian... ..	23

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional	24
Tabel 4.1 Karakteristik responden yang menjalani rawat inap.....	38
Tabel 4.2 Uji normalitas data kelompok intervensi	42
Tabel 4.3 Kualitas Tidur Kelompok Intervensi di Rumah Sakit Panti Rini	43
Tabel 4.4 Uji normalitas data kelompok kontrol	45
Tabel 4.5 Kualitas Tidur Kelompok Kontrol di Rumah Sakit Panti Rini	46
Tabel 4.6 Perbedaan kualitas tidur kelompok intervensi dan kelompok kontrol	48

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Ijin dan jawaban studi pendahuluan
- Lampiran 2 *Ethical clearance*
- Lampiran 3 Bukti persamaan persepsi
- Lampiran 4 Penjelasan penelitian dan persetujuan responden
- Lampiran 5 SOP *foot massage therapy*
- Lampiran 6 Kuesioner Kualitas Tidur
- Lampiran 7 Jadwal Penelitian
- Lampiran 8 Permohonan Ijin Pengambilan Data
- Lampiran 9 Jawaban Permohonan Ijin Pengambilan Data
- Lampiran 10 Bukti selesai mengambil data
- Lampiran 11 Bukti ijin menggunakan Kuesioner Kualitas Tidur (KKT)
- Lampiran 12 Rekapitulasi data penelitian
- Lampiran 13 *Output* analisis data