

## Asuhan keperawatan pada lansia dengan insomnia menggunakan terapi relaksasi: warm footbath dan massase terapeutik = Nursing care in elderly with insomnia through relaxation therapy warm footbath and therapeutic massage

Miranti Nur Fitriana, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20459748&lokasi=lokal>

---

Abstrak

**ABSTRAK**

Proses penuaan dan masalah kesehatan perkotaan dapat menyebabkan penurunan fungsi tidur pada lansia. Karya ilmiah ini bertujuan untuk mendapatkan analisis asuhan keperawatan pada lansia dengan insomnia melalui terapi relaksasi: warm footbath dan massase terapeutik di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Ciracas. Intervensi terapi relaksasi warm footbath dan massase terapeutik dilakukan selama 30-45 menit setiap hari selama lima minggu. Hasil karya ilmiah ini menunjukkan bahwa skor Insomnia Rating Scale dan Pittsburgh Sleep Quality Index menurun setelah dilakukan intervensi pada tiga klien selama 18 kali pada klien kelolaan, 16 kali pada klien resume pertama, dan 9 kali pada klien resume kedua. Pemberi pelayanan di panti dapat menerapkan intervensi terapi relaksasi warm footbath dan massase terapeutik sebagai upaya dalam mengatasi masalah insomnia pada lansia yang dilakukan setiap hari secara rutin pada malam hari saat lansia akan tidur.

---

**ABSTRACT**

The process of aging and urban health problems cause the decline of the sleep function in elderly. This study aims to analyze nursing care in elderly with insomnia through relaxation therapy warm footbath and therapeutic massage at Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Ciracas. The intervention was held for 30 45 minutes once per day during the five weeks. The results of this study showed that score of the Insomnia Rating Scale and Pittsburgh Sleep Quality Index decreased after 18 times interventions for main patients, 16 times interventions for main resume patients, and 9 times interventions for second resume patients. Service providers in nursing home can apply relaxation therapy everyday with warm footbath and therapeutic message when elderly will go to bad as a program to overcome the problem of the insomnia in elderly.