

ABSTRAK

Kesehatan lansia saat ini menimbulkan masalah yang penting di bidang kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis. Fenomena yang terjadi di masyarakat banyaknya lansia yang mengalami gangguan tidur yang mengakibatkan perubahan dalam kuantitas dan kualitas pola istirahat yang menyebabkan rasa tidak nyaman. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan masase kaki pada Ny.L dengan diagnosa medis insomnia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di Yayasan Hargo Dedali Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan jenis penelitian deksriptif dalam bentuk studi kasus studi kasus melalui asuhan keperawatan pada satu pasien dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur dan melakukan pengkajian, diagnosa, rencana tindakan, tindakan keperawatan dan evaluasi. Metode pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan observasi.

Hasil penelitian setelah diberikan intervensi keperawatan berupa terapi masase kaki selama 1x sehari durasi 20 menit dari tanggal 10 – 12 mei 2022 didapatkan insomnia menurun. Hasil pengkajian sebelum dilakukan intervensi didapatkan lansia berusia 71 tahun di Yayasan Hargo Dedali ditemukan mengeluh kesulitan tidur, sering terbangun pada malam hari, lama tidur malam 2-3 jam, mata tampak sayu, sering menguap, tampak gelisah dan kelelahan, kurang konsentrasi, dan skor ISI (Insomnia Severity Indeks) dengan jumlah 29 (insomnia berat). Setelah diberikan intervensi Ny.L mengatakan sudah bisa tidur, badan rasanya lebih tenang, nyaman dan skor ISI (Insomnia Severity Indeks) dengan jumlah 20 (insomnia ringan)

Kesimpulan Studi kasus menunjukkan bahwa terapi masase kaki dapat menjadi terapi alternatif untuk mengatasi gangguan pola tidur pada lansia insomnia di Panti Werdha Hargo dedali Surabaya.

Kata Kunci : Gangguan pola tidur, Insomnia, Masase kaki