



PENGARUH TERAPI FOOT MASSAGE TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN TB PARU

Kristina L Silalahi*, Wiliam Peres Zalukhu, Efi Karianita Ndruru, Fitri Ayu Natalia Aritonang
Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Jl. Sekip Jl. Sikambing, Simpang, Sei Putih Timur I, Medan Petisah, Medan, Sumatera Utara 20111, Indonesia
*kristinasilalahi@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

Penyakit tuberkulosis paru ini juga dapat mengancam kehidupan penderitanya dan dapat menimbulkan perubahan emosional dan perilaku yang lebih luas, seperti ansietas, syok, marah, dan menarik diri. Permasalahan seperti inilah yang dapat mengakibatkan gangguan pada pola istirahat pada penderitanya termasuk akan terjadi gangguan pola tidur penderita tuberkulosis paru. Terapi foot massage merupakan perlakuan yang dapat merangsang jaringan kulit dengan sentuhan dan tekanan lembut, memberikan sensasi yang menyenangkan bagi pasien setelah dilakukan terapi foot massage memiliki efek peningkatan kualitas tidur. Adapun yang menjadi tujuan penelitian pengaruh terapi foot massage terhadap kualitas tidur pasien tuberkulosis paru di RSUD Royal Prima Medan. Jenis Penelitian adalah penelitian eksperimen semu dengan menggunakan rancangan one group pre-test dan post-test design yaitu kelompok dimana subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi. Populasi adalah pasien yang mengalami tuberkulosis paru. Teknik pengambilan sampel "accidental sampling" yaitu suatu metode penentuan sampel dengan mengambil responden yang kebetulan ada di suatu tempat penelitian sebanyak 30 orang. Hasil penelitian menjelaskan bahwa ada pengaruh terapi foot massage terhadap kualitas tidur pasien tuberkulosis paru di Rumah Sakit Royal Prima Medan dengan nilai Pvalue 0,016 dan Z -3,950.

Kata kunci: foot massage; kualitas tidur; tuberkulosis paru

THE EFFECT OF FOOT MASSAGE THERAPY ON THE SLEEP QUALITY OF PULMONARY TB PATIENTS

ABSTRACT

Pulmonary tuberculosis can also threaten the sufferer's life and can cause wider emotional and behavioral changes, such as anxiety, shock, anger and withdrawal. Problems like this can cause disturbances in the rest patterns of sufferers, including disturbances in the sleep patterns of pulmonary tuberculosis sufferers. Foot massage therapy is a treatment that can stimulate skin tissue with gentle touch and pressure, providing a pleasant sensation for the patient after foot massage therapy has the effect of improving sleep quality. The research objective is the effect of foot massage therapy on the sleep quality of pulmonary tuberculosis patients at RSUD Royal Prima Medan. This type of research is quasi-experimental research using a one group pre-test and post-test design, namely groups where subjects are observed before intervention is carried out. The population is patients who experience pulmonary tuberculosis. The sampling technique "accidental sampling" is a method of determining samples by taking 30 respondents who happen to be at a research location. The results of the research explain that there is an effect of foot massage therapy on the sleep quality of pulmonary tuberculosis patients at Royal Prima Medan Hospital with a P value of 0.016 and Z -3.950.

Key words: foot massage; sleep quality; pulmonary tuberculosis

PENDAHULUAN

Penderita tuberkulosis paru sering mengalami gangguan psikologis akibat penyakit yang dideritanya, masalah psikologis yang sering dialami diantaranya cemas, stres dan depresi. Penyakit tuberkulosis paru ini juga dapat mengancam kehidupan penderitanya dan dapat menimbulkan perubahan emosional dan perilaku yang lebih luas, seperti ansietas, syok, marah, dan menarik diri. Gangguan seperti inilah yang dapat mengakibatkan gangguan pada pola istirahat pada penderitanya termasuk akan terjadi gangguan pola tidur penderita tuberkulosis paru (Andika, 2016). Selain hal tersebut diatas, penderita tuberkulosis paru juga sering mengalami gangguan pola tidur dikarenakan batuk dan sesak napas yang dialaminya sebagai tanda dan gejala tuberkulosis paru tersebut.

Ada berbagai jenis terapi yang dapat dijalani penderita tuberkulosis paru yaitu terapi medis (farmakologi) dan terapi non farmakologi (pengobatan alternatif). Salah satu terapi non farmakologis yang ada adalah terapi foot massage, terapi ini merupakan salah satu terapi alternatif yang dapat dipilih mampu memberikan efek relaksasi dari pijatan yang dilakukan dan memberikan rasa nyaman pada pasien (Pertiwi, 2019). Terapi foot massage membantu pasien memberikan rasa nyaman, menurunkan tingkat kecemasan. Dari pijatan yang dilakukan memberikan perasaan rileks, mengurangi tekanan mental, dan mampu meningkatkan kapasitas untuk berpikir jernih. Pada aspek emosional, pijatan mendorong sistem saraf parasimpatis dan cabang sistem otonom yang mengatur tindakan relaksasi dan meningkatkan pola istirahat pada penderita (Berman, 2016). Terapi foot massage merupakan perlakuan yang dapat merangsang jaringan kulit dengan sentuhan dan tekanan lembut, memberikan sensasi yang menyenangkan bagi pasien setelah dilakukan terapi foot massage memiliki efek peningkatan kualitas tidur (Agung et al., 2021).

Sunaryo & Nuraida (2020) dalam penelitian menjelaskan bahwa setelah dilakukan intervensi pijat kaki dalam waktu 5 menit memberikan hasil bahwa pasien akan terjadi peningkatan kenyamanan karena tekanan darah menurun, sesak berkurang dan pasien menjadi lebih rileks sehingga pasien dapat menikmati tidur malamnya dengan baik. Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia dimana kepentingannya sama dengan kebutuhan dasar lainnya, orang yang sedang sakit membutuhkan waktu tidur yang lebih banyak dari biasanya demi proses mempercepat kesembuhannya. Tidur merupakan kebutuhan dasar manusia dan memiliki efek mendalam dalam perkembangan otak, pemulihan tubuh, fungsi kognitif, status psikologis, fungsi fisik, pemulihan, peningkatan kualitas organ tubuh dan kualitas hidup pasien. Gangguan tidur seperti kurang tidur kronis dan pola tidur menyimpang memberikan kontribusi untuk pengembangan dan perkembangan penyakit kardiovaskuler serta bagian paru dan pernapasan (Endang, 2018).

Indonesia merupakan salah satu negara yang mempunyai beban penderita tuberkulosis diantara 8 negara terbesar yaitu India (27%), China (9%), Indonesia (8%), Filipina (6%), Pakistan (5%), Nigeria (4%), dan Afrika Selatan (3%). Jumlah kasus penderita tuberkulosis di Indonesia pada tahun 2020 ditemukan sebanyak 566.623 kasus, meningkat bila dibandingkan pada tahun 2021 kasus penderita tuberkulosis yang ditemukan sebesar 446.732 kasus. Sumatera Utara menempati posisi ke-6 Provinsi se-Indonesia untuk kasus TB paru (22.169 kasus). Sedangkan di tahun 2022 TBC Indonesia capai rekor tertinggi, 969 ribu dengan tingkat kematian 93 ribu per tahun. Edy Rahmayadi mengatakan pentingnya menekan angka TB Paru karena tidak sedikit balita yang terinfeksi kuman *Mycobacterium tuberculosis*. Di tahun 2021 menurut data Kemenkes 9,7% kasus TBC terjadi pada anak-anak 0-14 tahun (Kemenkes, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Robby, dkk (2022) menjelaskan bahwa dengan dilakukannya terapi foot massage dapat meningkatkan kualitas tidur pada pasien tuberkulosis paru yang mengalami gangguan pada pola tidurnya selama menjalani terapi. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Perdani & Setiyani, (2021) bahwa kualitas tidur pasien setelah mendapatkan terapi foot massage meningkat kualitas tidur pasien, dimana peningkatan kualitas tidur tersebut mencakup jumlah jam tidur yang lebih lama, frekuensi bangun yang lebih sedikit. Berdasarkan data yang diperoleh pada saat peneliti melakukan survey awal adalah penderita tuberkulosis paru rata-rata mengalami gangguan tidur, hal ini dikarenakan pasien sering mengalami batuk dan berkeringan kepanasan pada saat malam hari. Pasien juga sering mengalami sesak sehingga posisi tidur juga berubah. Hal seperti ini sangat mengganggu pasien ketika istirahat atau tidur pada saat malam harinya. Peneliti juga mendapat informasi bahwa pasien belum pernah mendapatkan terapi foot massage pada saat menjalani terapi atau pengobatan tuberkulosis paru. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “pengaruh terapi foot massage terhadap kualitas tidur pasien tuberkulosis paru di Rumah Sakit Royal Prima Medan.

METODE

Penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen semu dengan menggunakan rancangan one group pre-test dan post-test design yaitu kelompok dimana subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi setelah dilakukan suatu intervensi yaitu terapi foot massage. Pada penelitian yang menjadi populasinya adalah pasien yang mengalami tuberkulosis paru di Rumah Sakit Umum Royal Prima Medan. Besar sampel yang diambil dalam penelitian ini mengacu pada teknik accidental sampling yaitu suatu metode penentuan sampel dengan mengambil responden yang kebetulan ada disuatu tempat penelitian. Jumlah sampel dalam penelitian ini diperkirakan sebanyak 30 orang. Data ini berdasarkan perkiraan jumlah pasien yang dirawat inap pada tiap bulannya. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)

HASIL

Bab ini akan menjelaskan tentang hasil penelitian dengan judul penelitian pengaruh terapi foot massage terhadap kualitas tidur pasien tuberkulosis paru di Rumah Sakit Royal Prima Medan. Penelitian ini dilakukan kurang lebih 2 minggu. Berikut penjelasan hasil penelitian yang disajikan dalam bentuk tabel dan narasi dari setiap variabel yang telah diteliti:

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Penderita Tuberkulosis Paru (n=30)

| Karakteristik | f | % |
|---------------|----|------|
| Usia | | |
| 30-39 Tahun | 5 | 16.6 |
| 40-49 Tahun | 10 | 33.3 |
| 50-59 Tahun | 9 | 33.1 |
| 60-69 Tahun | 6 | 20.0 |
| Gender | | |
| Laki-Laki | 11 | 36.4 |
| Perempuan | 19 | 63.6 |

Dari tabel diatas menunjukkan karakteristik usia responden diketahui dengan rentang usia 40-49 tahun sebanyak 5 responden, rentang usia 50-59 tahun sebanyak 10 responden, rentang usia 60-69 tahun sebanyak 9 respondenn. Pada karakteristik gender dengan laki-laki sebanyak 11 responden bagitu juga dengan perempuan sebanyak 14 responden

Tabel 2.

Distribusi frekuensi kualitas tidur sebelum dan setelah pelaksanaan terapi foot massage pada pasien tuberculosis paru (n=30)

| Kualitas Tidur | Sebelum | | Setelah | |
|----------------|---------|----|---------|------|
| | f | % | f | % |
| Baik | 6 | 20 | 26 | 86,7 |
| Buruk | 24 | 80 | 4 | 13,3 |

Berdasarkan tabel ini dapat dijelaskan bahwa sebelum dilakukannya foot massage didapatkan mayoritas kualitas tidur responden pada kategori buruk sebanyak 24 orang (80%) dan minoritas kualitas tidur responden berada pada kategori baik sebanyak 6 orang (20%). Sedangkan setelah dilakukan terapi foot massage didapatkan peningkatan kualitas tidur dimana mayoritas kualitas tidur pada kategori baik sebanyak 26 orang (86,7%) dan minoritas kualitas tidur responden pada kategori buruk sebanyak 4 orang (13,3%)

Tabel 3.

Pengaruh Terapi Foot Massage Terhadap Kualitas Tidur Pasien Tuberkulosis Paru (n=30)

| Variabel | f | Mean | Z | Pvalue |
|------------------------|----|------|--------|--------|
| Kualitas Tidur Sebelum | 30 | 14.5 | -3,950 | 0,016 |
| Kualitas Tidur Setelah | 30 | 5.25 | | |

Berdasarkan uji Wilcoxon di dapatkan bahwa ada pengaruh terapi foot massage terhadap kualitas tidur pasien tuberculosis paru di Rumah Sakit Royal Prima Medan dengan nilai Pvalue 0,016 dan Z -3,950.

Tabel 4.

Pengaruh Terapi Foot Massage Terhadap Kualitas Tidur Pasien Tuberkulosis Paru

| Variabel | f | Mean | Z | Pvalue |
|------------------------|----|------|--------|--------|
| Kualitas Tidur Sebelum | 30 | 14.5 | -3,950 | 0,016 |
| Kualitas Tidur Setelah | 30 | 5.25 | | |

Berdasarkan uji Wilcoxon di dapatkan bahwa ada pengaruh terapi foot massage terhadap kualitas tidur pasien tuberculosis paru di Rumah Sakit Royal Prima Medan dengan nilai Pvalue 0,016 dan Z -3,950

Tabel 5.

Pengaruh Terapi Foot Massage Terhadap Kualitas Tidur Pasien Tuberkulosis Paru

| Variabel | f | Mean | Z | Pvalue |
|------------------------|----|------|--------|--------|
| Kualitas Tidur Sebelum | 30 | 14.5 | -3,950 | 0,016 |
| Kualitas Tidur Setelah | 30 | 5.25 | | |

Berdasarkan uji Wilcoxon di dapatkan bahwa ada pengaruh terapi foot massage terhadap kualitas tidur pasien tuberculosis paru di Rumah Sakit Royal Prima Medan dengan nilai Pvalue 0,016 dan Z -3,9

PEMBAHASAN

Kualitas tidur penderita Tuberklosis Paru sebelum dan sesudah dilakukannya terapi foot massage Hasil penelitian menjelaskan bahwa sebelum dilakukannya foot massage didapatkan mayoritas kualitas tidur responden pada kategori buruk sebanyak 24 orang dan minoritas

kualitas tidur responden berada pada kategori baik sebanyak 6 orang. Sedangkan setelah dilakukan terapi foot massage didapatkan peningkatan kualitas tidur dimana mayoritas kualitas tidur pada kategori baik sebanyak 26 orang dan minoritas kualitas tidur responden pada kategori buruk sebanyak 4 orang.

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia dimana kepentingannya sama dengan kebutuhan dasar lainnya, orang yang sedang sakit membutuhkan waktu tidur yang lebih banyak dari biasanya demi proses mempercepat kesembuhannya. Tidur merupakan kebutuhan dasar manusia dan memiliki efek mendalam dalam perkembangan otak, pemulihan tubuh, fungsi kognitif, status psikologis, fungsi fisik, pemulihan, peningkatan kualitas organ tubuh dan kualitas hidup pasien. Gangguan tidur seperti kurang tidur kronis dan pola tidur menyimpang memberikan kontribusi untuk pengembangan dan perkembangan penyakit kardiovaskuler serta bagian paru dan pernapasan (Endang, 2018). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Salmiah, dkk (2019) tentang pengaruh foot massage dengan mendengarkan MURROTAL AL-QUR'AN terhadap kualitas tidur pasien di ruang ICU RSUD Sayang Cianjur. Hasil penelitian menjelaskan bahwa ada pengaruh foot massage terhadap kualitas tidur pasien.

Menurut hasil pengamatan peneliti terhadap hasil penelitian adalah sebelum dilakukannya foot massage terhadap penderita tuberkulosis paru ditemukan mayoritas kualitas tidur pasien buruk, hal ini karena pada penderita TB Paru sering mengalami gangguan tidur. Faktor penyebab gangguan tidur ini karena tanda dan gejala dari proses perjalanannya penyakitnya seperti batuk dan berkeringat di malam hari. Berdasarkan tanya jawab peneliti terhadap penderita TB Paru terkait apa saja yang menyebabkan kualitas tidur responden buruk, diperoleh informasi bahwa penderita TB Paru sering terganggu jam tidurnya di malam hari karena batuk yang tidak henti-henti disertai dengan rasa panas pada dada serta sering berkeringat sehingga harus sering mengganti baju. Keadaan seperti sangat sering sekali dialami oleh penderita TB Paru pada umumnya. Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian ini adalah kebanyakan penderita TB Paru mengalami gangguan tidur, hal ini dikarenakan adanya tanda dan gejala dari kondisi penyakit yang dialaminya. Gangguan tidur ini akan mempengaruhi kualitas tidur penderita, untuk itu diperlukan suatu cara untuk mengatasi masalah gangguan kualitas tidur tersebut.

Ada banyak cara yang bisa dilakukan untuk mengatasi gangguan masalah tidur tersebut salah satunya adalah dengan memberikan berbagai macam cara atau terapi untuk mengatasinya. Salah satunya adalah terapi non farmakologi yang jauh dari efek farmako dan aman untuk penderita, terapi ini adalah terapi foot massage. Pengaruh Terapi Foot Massage terhadap Kualitas Tidur Pasien Tuberkulosis Paru di Rumah Sakit Royal Prima Medan Berdasarkan uji Wilcoxon di dapatkan bahwa ada pengaruh terapi foot massage terhadap kualitas tidur pasien tuberkulosis paru di Rumah Sakit Royal Prima Medan dengan nilai Pvalue 0,016 dan Z - 3,950. Terapi foot massage membantu pasien memberikan rasa nyaman, menurunkan tingkat kecemasan. Dari pijatan yang dilakukan memberikan perasaan rileks, mengurangi tekanan mental, dan mampu meningkatkan kapasitas untuk berpikir jernih. Pada aspek emosional, pijatan mendorong sistem saraf parasimpatis dan cabang sistem otonom yang mengatur tindakan relaksasi dan meningkatkan pola istirahat pada penderita (Berman, 2016)

Terapi foot massage merupakan perlakuan yang dapat merangsang jaringan kulit dengan sentuhan dan tekanan lembut, memberikan sensasi yang menyenangkan bagi pasien setelah dilakukan terapi foot massage memiliki efek peningkatan kualitas tidur (Agung et al., 2021). Sunaryo & Nuraida (2020) dalam penelitian menjelaskan bahwa setelah dilakukan intervensi pijat kaki dalam waktu 5 menit memberikan hasil bahwa pasien akan terjadi peningkatan

kenyamanan karena tekanan darah menurun, sesak berkurang dan pasien menjadi lebih rileks sehingga pasien dapat menikmati tidur malamnya dengan baik. Penelitian yang dilakukan oleh Robby, dkk (2022) menjelaskan bahwa dengan dilakukannya terapi foot massage dapat meningkatkan kualitas tidur pada pasien tuberkulosis paru yang mengalami gangguan pada pola tidurnya selama menjalani terapi. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Perdani & Setiyani, (2021) bahwa kualitas tidur pasien setelah mendapatkan terapi foot massage meningkat kualitas tidur pasien, dimana peningkatan kualitas tidur tersebut mencakup jumlah jam tidur yang lebih lama, frekuensi bangun yang lebih sedikit. Hasil penelitian dengan judul pengaruh terapi foot massage terhadap kualitas tidur pasien tuberkulosis paru di Rumah Sakit Royal Prima Medan. Peneliti berasumsi bahwa terapi foot massage yang dilakukan pada penderita TB Paru dapat meningkatkan kualitas tidur. Hal ini dikarenakan terapi foot massage ini dapat memberikan dampak relaksasi pada pasien sehingga pasien dapat tidur dengan baik.. menggambarkan hasil yang lebih maksimal.

SIMPULAN

Ada pengaruh terapi foot massage terhadap kualitas tidur pasien tuberkulosis paru di Rumah Sakit Royal Prima Medan dengan nilai Pvalue 0,016 dan Z -3,950.

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda mulia et al., (2014). pengaruh foot massage terhadap kualitas tidur pada pasien chf (Congestive Heart Failure) di ruang HCU cempaka 2 RSUD dr. Adnaan wd payakumbuh.
- Adam Ginting, Dameria. (2020). Pengaruh Foot Massage Terhadap Kualitas Tidur Pasien
- Afianti., Mardhiyah. (2017). Pengaruh Foot Massage terhadap Kualitas Tidur Pasien di Ruang ICU.
- Afianti, N., Mardhiyah, A. (2022). Pengaruh Foot Massage terhadap Kualitas Tidur Pasien di Ruang ICU. Jurnal Keperawatan Padjadjaran, 5(1). doi:<https://doi.org/10.24198/jkp.v5i1.353>.
- Brunner, & Suddarth. (2015). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah (12th ed.). EGC.
- Cahyanti, F. Handayani, S. Mardhiati, R. (2018). Characteristic Relation With Coronary Heart Disease Symptoms. ARKAVI, 2(1), 133–142. Carpenito, L. . (2000). Diagnosa Keperawatan (Jakarta : EGC (ed.); 6th ed.).
- Defrita, D. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Pasien ALO ec NSTEMI dengan Earplugs and Eye mask Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien di Ruangan Cardiovascular Care Unit (CVCU) RSUP DR. M. Djamil. Skripsi, Padang: Universitas Andalas.
- Malekshahi, F., Aryamanesh, F., & Fallahi, S. (2018). The effects of massage therapy on sleep quality of patients with endstage renal disease undergoing hemodialysis. Sleep and Hypnosis, 20, 91-95.
- Naikwadi. (2020). Effectiveness of Foot Massage on Quality of Sleep among Patients with Hypertension.
- Pedram, Razi., Ad. (2018). The Effect of Foot Reflexology Massage on Sleep Quality in Women With Type 2 Diabetes; a Clinical Study

- Rambod. (2019). The effect of foot reflexology on fatigue, pain, and sleep quality in lymphoma patients: A clinical trial.
- Samarehfecri. (2020). Effect of Foot Reflexology on Pain, Fatigue, and Quality of Sleep after Kidney Transplantation Surgery: A Parallel Randomized Controlled Trial.
- Sarisoy. (2020). The effect of foot massage on peripheral neuropathy-related pain and sleep quality in patients with nonhodgkin's lymphoma.
- Tussolihah, M., & Hidayat, F. R. (2018). Analisa Praktek Klinik Keperawatan pada Pasien Coronary Artery Disease (CAD) NON STEMI dengan Intervensi Inovasi Terapi Pijat Kaki terhadap Kualitas Tidur di Ruang Intensive Cardiac Care Unit (ICCU) RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda Tahun 2018.
- Ujeng, U., & Ningrum, N. (2020). Aktivitas Terapi Foot Massage Dan Hand Massage Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Chf Di Ruang Icu Rsud 45 Kuningan Tahun 2019. *Journal of Nursing Practice and Education*, 1(1).
- Unal, K. S., & Akpinar, R. B. (2016). The effect of foot reflexology and back massage on hemodialysis patients' fatigue and sleepquality. *Complementary therapies in clinical practice*, 24, 139- 144.
- Wuisan, Y. S. (2019). Pengaruh foot massage terhadap kualitas tidur pada pasien di ruangan intensif RSUD dr H. MM Dunda Limbo

