

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi Yang Berjudul

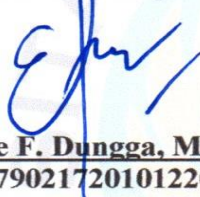
**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR  
HANGAT TERHADAP INSOMNIA PADA LANSIA DI LKS LU PANTI  
WERDA BERINGIN LIMBOTO KABUPATEN GORONTALO**

**OLEH**

**NURUL NIKEN KASIM  
NIM. 841417001**

**Telah diperiksa dan disetujui**

**Pembimbing I**



**dr. Elvie F. Dunga, M.Kes  
NIP. 197902172010122002**

**Pembimbing II**



**Ns. Nur Ayun R. Yusuf, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 9900981045**

**Mengetahui:**

**Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan**



**Yuniar M. Soeli, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Jiwa  
NIP 198506212008122003**

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi Yang Berjudul

**PENGARUH PEMBERIAN TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT TERHADAP INSOMNIA PADA LANSIA DI LKS LU PANTI WERDA BERINGIN LIMBOTO KABUPATEN GORONTALO**

**OLEH**

**NURUL NIKEN KASIM**

**NIM : 841 417 001**

**Telah dipertahankan didepan dewan penguji**

**Hari/Tanggal : Jumat, 07 Januari 2022**  
**Waktu : 15.00 WITA**

**Penguji**

1. dr. Elvie F. Dingga, M.Kes  
NIP. 197902172010122002
2. Ns. Nur Ayun R. Yusuf, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 9900981045
3. Ns. Ramang Said Hasan, S.Kep., M.Kep  
NIP. 197306071996031001
4. Ns. Nirwanto K. Rahim, S.Kep., M.Kep

1. ....  
2. ....  
3. ....  
4. ....

**Gorontalo, 07 Januari 2022**

**Dekan Fakultas Olahraga Dan Kesehatan**



**Prof. Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes**

**NIP. 196310011988032002**

## ABSTRAK

**Nurul Niken Kasim. 2021.** *Pengaruh Pemberian Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Insomnia Pada Lansia Di LKS LU Panti Werda Beringin Limboto Kabupaten Gorontalo.* Pembimbing I **dr. Elvie F. Dungga, M.Kes,** dan Pembimbing II **Ns. Nur Ayun R. Yusuf, S.Kep., M.Kep.**

Lansia merupakan individu yang sudah berusia 60 tahun atau lebih, lansia merupakan tahap akhir dalam fase kehidupan manusia, kelompok yang masuk dalam kategori lansia akan memasuki sebuah proses yang disebut *aging process* atau proses penuaan. Saat memasuki masa lansia ada beberapa perubahan yang terjadi, salah satunya adalah perubahan neurologis. Akibat dari penurunan jumlah neuron menyebabkan fungsi neurotransmitter juga berkurang, ketika fungsi neurotransmitter terganggu maka kualitas tidur pada lansia juga akan terganggu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap insomnia pada lansia di LKS LU Beringin Limboto Kabupaten Gorontalo.

Desain penelitian ini adalah *Pra-eksperimental* dengan pendekatan *one-group pre-post test design*. Populasi penelitian ini adalah lansia binaan LKS LU Beringin Limboto Kabupaten Gorontalo yang berjumlah 43 orang, sample berjumlah 18 orang dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Analisis data yang digunakan adalah uji wilcoxon, hasil penelitian didapatkan nilai *p Value* = 0,000 (<0,05), sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap insomnia pada lansia di LKS LU Beringin Limboto Kabupaten Gorontalo. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan atau referensi tambahan sebagai terapi yang digunakan untuk mengatasi insomnia yang dialami oleh lansia.

**Kata Kunci : Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat, Insomnia, Lansia**

## ABSTRACT

**Nurul Niken Kasim. 2021.** *The Effect of Foot Bath Therapy with Warm Water on Insomnia in the Elderly at LKS LU (Social Welfare Institution for the Elderly) Panti Werda Beringin Limboto, Gorontalo District.* The principal supervisor is **dr. Elvie F. Dungga, M.Kes.,** and the co-supervisor is **Ns. Nur Ayun R. Yusuf, S.Kep., M.Kep.**

The elderly are individuals who are 60 years old or more. This age is the final stage of human life. Individuals who fall into the elderly category will enter the aging process. They will experience several changes, one of which is neurological changes in which the number of neurons and the function of neurotransmitters is reduced, disrupting sleep patterns. This study aims to determine the effect of foot bath therapy with warm water on insomnia in the elderly at LKS LU (Social Welfare Institution for the Elderly) Panti Werda Beringin Limboto, Gorontalo Subdistrict.

The design of this study was pre-experimental with a one-group pretest-posttest approach. The population consisted of 43 elderly in LKS LU Panti Werda Beringin Limboto, Gorontalo District, of which 18 were taken as samples using a purposive sampling technique. Data were analyzed using the Wilcoxon test. The results show that  $p \text{ Value} = 0.000 (<0.05)$ , which means that there is an effect of foot bath therapy with warm water on insomnia in the elderly at LKS LU Panti Werda Beringin Limboto, Gorontalo District. The results of this study are expected to be an additional input or reference related to therapy to overcome insomnia in the elderly.

**Keywords: Foot Bath Therapy with Warm Water, Insomnia, Elderly**

