

## IMPLEMENTASI TERAPI *FOOT MASSAGE* PADA PASIN TUBERKULOSIS PARU DENGAN MASALAH GANGGUAN TIDUR DI RUMAH SAKIT TK II PUTRI HIJAU MEDAN

Citra Wana<sup>1</sup>, Deni Susyanti<sup>2</sup>, Handerman Vitu Gea<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Akademi Keperawatan Kesdam I/Bukit Barisan Medan, Indonesia

Email: [1citrasurebakti13@gmail.com](mailto:1citrasurebakti13@gmail.com)

### INFO ARTIKEL

**Riwayat Artikel:**

Received :05-11-2025

Revised :15-11-2025

Accepted :08-12-2025

**Keywords:** Pulmonary TB, Sleep Disturbance, Foot Massage, Sleep Quality

**DOI:**<https://doi.org/10.62335>

### ABSTRACT

*Pulmonary tuberculosis is a contagious disease directly caused by Mycobacterium tuberculosis, which is transmitted through the air (droplet nuclei). Pulmonary tuberculosis spreads from person to person through the air when coughing, sneezing, or spitting. Patients with pulmonary tuberculosis often experience sleep disturbances, which can affect the healing process and quality of life. One non-pharmacological intervention that can be used to improve sleep quality is foot massage therapy. This study aims to determine the effect of foot massage therapy on the sleep quality of pulmonary TB patients with disturbed sleep patterns. The research design used is descriptive with a case study approach. The subjects consisted of two pulmonary TB patients experiencing sleep disturbances at Tk II Putri Hijau Hospital, Medan. The foot massage intervention was administered for 15 minutes daily over three consecutive days. Data were collected through observations of sleep pattern changes before and after the intervention. The results showed that after the foot massage therapy, both patients experienced improved sleep quality. On the first day, patients still complained of difficulty sleeping and frequent awakenings. However, after the third day of intervention, the patients began to sleep more soundly, with increased sleep duration and reduced complaints such as fatigue. This therapy demonstrated a positive response as a form of non-pharmacological nursing intervention for pulmonary TB patients experiencing sleep disturbances. This study recommends that foot massage therapy be implemented*

*independently to improve sleep disturbances in pulmonary tuberculosis patients.*

#### **ABSTRAK**

Tuberkulosis paru merupakan penyakit menular yang langsung disebabkan oleh *mycobacterium* Tuberkulosis yang ditularkan melalui udara (*droplet nuclei*). Tuberkulosis paru menyebar dari orang ke orang melalui udara ketika batuk, bersin, atau meludah. Tuberkulosis paru sering mengalami gangguan tidur yang berdampak pada proses penyembuhan dan kualitas hidup. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur adalah terapi *foot massage*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *foot massage* terhadap kualitas tidur pasien TB paru dengan gangguan pola tidur. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan jenis studi kasus. Subjek penelitian terdiri dari dua pasien TB paru yang mengalami gangguan tidur di Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan. Intervensi *foot massage* diberikan selama 15 menit setiap hari selama tiga hari berturut-turut. Data dikumpulkan melalui observasi terhadap perubahan pola tidur sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi *foot massage*, kedua pasien mengalami peningkatan kualitas tidur. Pada hari pertama, pasien masih mengeluhkan sulit tidur dan sering terbangun. Namun, setelah intervensi hari ketiga, pasien mulai tidur lebih nyenyak, durasi tidur meningkat, serta keluhan seperti kelelahan berkurang. Terapi ini menunjukkan respon positif sebagai bentuk intervensi keperawatan nonfarmakologis pada pasien TB paru yang mengalami gangguan tidur. saran peneliti ini diharapkan dapat diterapkan secara mandiri dalam meningkatkan gangguan pola tidur pada pasien Tuberkulosis.

#### **PENDAHULUAN**

Tuberkulosis paru merupakan penyakit menular yang langsung disebabkan oleh *mycobacterium* Tuberkulosis yang ditularkan melalui udara (*droplet nuclei*). Tuberkulosis paru menyebar dari orang ke orang melalui udara ketika batuk, bersin, atau meludah, Tuberkulosis paru terjadi disetiap belahan dunia.(Rahmawati, 2022).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) Pada tahun 2017 Prevalensi angka terjadi Tuberkulosis paru cukup tinggi mulai dari luar sampai dalam negeri Secara global pada tahun 2016 terdapat 10,4 juta kasus insiden Tuberkulosis (CI 8,8 juta – 12, juta) yang serta dengan 120 kasus per 100.000 penduduk. Lima Negara dengan insiden kasus tertinggi yaitu India, Indonesia, China, Philipina, dan Pakistan. Sebagian besar estimasi insiden Tuberkulosis pada tahun 2016 terjadi di Kawasan Asia Tenggara (45%) dimana

Indonesia merupakan salah satu di dalamnya dan 25% nya terjadi di Kawasan Afrika (WHO, 2017) (Febriwanti et al., 2024).

Indonesia salah satu negara yang mempunyai beban penderita tuberkulosis diantara 8 negara terbesar yaitu india (27%), china (9%), indonesia (8%), philippina (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 Tuberkulosis Paru (22.169 kasus). Sedangkan di tahun 2022 TBC Indonesia capai rektor tertinggi, 969 ribu dengan tingkat kematian 93 ribu per tahun. Edy Rahmayadi mengatakan pentingnya menekan angka Tuberkulosis paru karena tidak sedikit balita yang terinfeksi kuman mycobacterium Tuberkulosis. Di tahun 2021 menurut data Kemenkes 9,7% kasus Tuberkulosis paru terjadi pada anak-anak 0-14 tahun (Kemenkes, 2021).

Penderita tuberkulosis paru sering mengalami gangguan psikologis akibat penyakit yang dideritanya, masalah psikologis yang sering dialami diantaranya cemas, stres dan depresi, 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. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ulfa Hasanah, Amira Permatasari, Evi Karota (2016). didapatkan hasil bahwa rata-rata kualitas tidur pasien penyakit paru memiliki kualitas tidur yang buruk, berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwasannya gangguan tidur yang banyak dialami oleh pasien penyakit paru dalam penelitian ini dikarenakan pasien sering terbangun pada malam hari dan penyebabnya adalah batuk dan sesak (Nisa, 2018).

Ada berbagai jenis terapi yang dapat dijalani penderita tuberkulosis paru yaitu terapi medis (farmakologi) dan terapi non farmakologi (pengobatan alternatif). Farmakologi adalah cara yang digunakan dengan menggunakan obat-obatan untuk merangsang penderita untuk dapat tidur. Namun cara ini cenderung berdampak buruk apabila diberikan dalam jangka panjang. Selain itu non farmakologi adalah terapi pengobatan tanpa menggunakan obat-obatan atau dengan cara tradisional yang cenderung tidak berdampak buruk sehingga terapi ini dapat dilakukan dalam waktu Panjang (Robby et al., 2022). 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, 2020).

Terapi foot masaage 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, 2021)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Silalahi et al., (2024). dengan judul Pengaruh Terapi *Foot Massage* terhadap kualitas tidur pada Pasien Tuberkulosis menyatakan bahwa ada pengaruh terapi *foot Massage* terhadap pasien Tuberkulosis paru. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Robby et al., (2022). dengan judul Pengaruh Pijat Kaki (*Foot Massage*) Terhadap Kualitas Tidur menjelaskan bahwa pijak kaki (*foot massage*) dapat meningkatkan kualitas tidur pada pasien terutama dengan gangguan tidur. Hal ini didukung oleh penelitian Afianty & Mardhiyah (2017). dengan judul Pengaruh *Foot Massage* terhadap kualitas Tidur Pasien yang menyatakan bahwa penerapan *foot massage* memiliki pengaruh positif terhadap kualitas tidur pasien yang mendapat penerapan *foot massage* dibanding yang tidakmendapat penerapan *foot massage*

Berdasarkan fenomena ini maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan implementasi terapi relaksasi pada pasien Tuberkulosis paru paru dengan gangguan tidur terapi *foot massag*.

## **METODE PENELITIAN**

Desain pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Studi kasus pada penelitian ini menerapkan proses asuhan keperawatan dengan memberikan implemenmtasi terapi *foot massage* pada pasien uberkulosis paru dengan gangguan tidur Subjek yang digunakan adalah dua pasien yang memiliki diagnosa medis tuberculosi paru dan masalah keperawatan yang sama yaitu gangguan pola tidur dengan kriteria inklusi yaitu , penderita Tuberkulosis paru yang bersedia menjadi responden, penderita tuberkulosis paru yang mengalami gangguan tidur, penderita Tuberkulosis paru yang memakai alat bantu pernapasan oksigen, penderita Tuberkulosis paru jenis kelamin laki-laki atau perempuan dan kriteria eksklusi yaitu, penderita Tuberkulosis paru yang tidak bersedia menjadi responden, penderita yang mengalami komplikasi.

Penelitian melakukan survey awal bulan November di RS TK II putri hijau Medan. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi pengkajian fisiki (dengan pendekatan secara: inspeksi, palpasi, perkusi, auskultasi pada responden). Metode Analisa Data meliputi data subjektif dan data objektif dalam bentuk table dan bentuk narasi untuk menjelaskan hasil studi kasus.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengkajian dilakukan pada tanggal tanggal 20 April hingga 23 April 2025 dengan melakukan implementasi Terapi *Foot massage* pada pasien Tuberkulosis Paru dengan gangguan tidur yang diberikan selama 3 hari dengan durasi 15. . Didapatkan dari kedua kasus mempunyai diagnosa medis yang sama yaitu *Tuberkulosis paru* dengan masalah keperawatan yang sama yaitu gangguan pola tidur. pada kasus 1 klien mengatakan tidur biasanya jam 8 malam bangun jam 11 dan sulit untuk tidur lagi. Biasanya tiap malam hanya tidur 3-4 jam dan pada kasus 2 klien mengatakan susah tidur malam,sering terbangun karna batuk, klien mengatakan tidur nya tidak nyenyak ,jadi paginya lemas. Peneliti memberikan tindakan *foot massage* yang diberikan sebanyak satu kali selama 3

hari dengan durasi 15 menit.

Setelah dilakukan tindakan keperawatan pada Kasus 1 dan kasus 2 dari tanggal 20 April 2025 sampai dengan 23 April 2025, didapatkan adanya peningkatan pola tidur pada kasus 1 dan 2. Penelitian Silalahi et al., (2024). menyatakan bahwa *foot massage* diberikan sebanyak satu kali selama 3 hari dengan durasi 15 menit menunjukkan hasil terjadinya peningkatan pola tidur . *massage* diberikan sebanyak satu kali selama 3 hari dengan durasi 15 menit menunjukkan hasil terjadinya peningkatan pola tidur .

## KESIMPULAN

Didapatkan hasil pengkajian pada kedua klien memiliki beberapa persamaan diagnosa medis, keluhan utama, faktor pencetus serta timbulnya keluhan. Pada hasil evaluasi antara kedua klien didapatkan hasil yang sama pada kasus 1 (Tn.Y) dan kasus 2 (Ny.A) semua masalah dapat teratasi pada hari ke 3 dengan tindakan terapi *Foot massage* selama 15 menit pada pasien Tuberkulosis Paru dengan masalah gangguan tidur.

## DAFTAR PUSTAKA

- Febriwanti, U., Khairani, A. I., & Dewi, R. S. (2024). Asuhan Keperawatan pada Pasien Tuberkulosis Paru dengan Masalah Defisit Nutrisi di Rumah Sakit Tk. II Putri Hijau Medan. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(3), 112–122. <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v2i3.464>
- Hartatik, S., & Sari, R. P. (2021). Efektivitas Terapi Pijat Kaki. *Nusantara Hasana Journal*, 1(1), 26–36.
- Hidayat, A. A. A. (2006). *Kebutuhan Dasar Manusia.pdf* (DR.Dripta S).
- Manoppo, M. W., Pitoy, F. F., & Abigael, T. (2023). Kualitas Tidur pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 2098–2107. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i7.10717>
- Mayuri, N. S. (2018). Strategi Tidur Sehat Sebagai Upaya Pencegahan Terhadap Hipertensi Dini. *Jurnal Inkofar*, 1(2), 74–80. <https://doi.org/10.46846/jurnalinkofar.v1i2.43>
- Nisa, C. (2018). *Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas tidur pasien tbc di puskesmas kecamatan tebet.*
- Nissa, C., Prima, A., Hamid Wada, F., Astuti, P., & Batubara, S. T. (2021). Studi Literatur: Pengaruh Terapi Pijat Refleksi Kaki Terhadap Kualitas Tidur Lanjut Usia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1), 8–13. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v7i1.425>
- Rahmawati. (2022). Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Batuk Efektif untuk Kepatenan Jalan Nafas pada Pasien Tuberkulosis Paru Dalam Pemenuhan Kebutuhan Oksigenasi. *Jurnal Mitrasedhat*, 12(1), 98–108. <https://doi.org/10.51171/jms.v12i1.316>
- Saragih, I. S., Sigalingging, V. Y., & Sitohang, K. O. (2024). Hubungan Stigma Diri dengan Tingkat Stres Pada Pasien Tuberkulosis Paru di Rumah Sakit Khusus Paru Sumatera Utara Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 10(01), 108–122. <https://doi.org/10.47859/jmu.v10i01.465>
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI, (2016), Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI), Edisi 1, Jakarta, [Persatuan Perawat Indonesia](https://www.persatuanperawatindonesia.org/)
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI, (2018), Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), Edisi 1, Jakarta, [Persatuan Perawat Indonesia](https://www.persatuanperawatindonesia.org/)

Tim Pokja SIKI DPP PPNI, (2016), Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Indonesia

Zurimi Jurusan Keperawatan, S., & Kemenkes Maluku, P. (2019). Asuhan Keperawatan Dengan Pemberian Teknik Batuk Efektif Dalam Pemenuhan Kebutuhan Oksigenasi Pada Klien Dengan Tuberkulosis Paru Di Ruang Paru-Paru Rumah Sakit Umum Daerah Dr. M. Haulussy Ambon. *Health Science*, 4(1), 34–40