

NASKAH PUBLIKASI (MANUSCRIPT)

PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP

KUALITAS TIDUR PADA LANSIA: *LITERATURE RIVIEW*

THE INFLUENCE OF WARM WATER FOOTBATH THERAPY ON THE

SLEEP QUALITY OF ELDERLIES: *LITERATURE RIVIEW*

Deswita Puspa Sari¹, Burhanto², Fitroh Asriyadi³



DI SUSUN OLEH:

DESWITA PUSPA SARI

17111024110181

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2020

Naskah Publikasi (Manuscript)

Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat terhadap Kualitas Tidur

Pada Lansia: *Literature Riview*

The Influence Of Warm Water Footbath Therapy On The Sleep Quality Of

Elderlies: *Literature Riview*

Deswita Puspa Sari¹, Burhanto², Fitroh Asriyadi³



Di Susun Oleh:

Deswita Puspa Sari

17111024110181

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2020

PERSETUJUAN PUBLIKASI

Kami dengan ini mengajukan surat persetujuan untuk publikasi penelitian dengan judul:

PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA: *LITERATURE RIVIEW*

Bersama dengan surat persetujuan ini kami lampirkan naskah publikasi

Pembimbing



Burhanto, S.Pd.SST.M.Kes
NIDN. 1118047101

Peneliti



Deswita Puspa Sari
NIM. 17111024110181

**Mengetahui,
Koordinator Mata Ajar Skripsi**



Ns. Milkhatun, M.Kes
NIDN. 1121018501

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA: *LITERATURE RIVIEW***

NASKAH PUBLIKASI

DISUSUN OLEH:

Deswita Puspa Sari

17111024110181

Diseminarkan dan Diujikan

Pada tanggal, 27 Juni 2020

Penguji I

Ns. Fitroh Asriyadi, M.Kep

NIDN. 1115058602

Penguji II

Burhanto, S.Pd.SST.M.Kes

NIDN.1118047101



**Mengetahui :
Ketua Prodi S1 Keperawatan**

Ds. Dwi Rahmah Fitriani, M.Kep
NIDN. 1119097601

Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat terhadap Kualitas Tidur pada

Lansia: *Literature Riview*

Deswita Puspa Sari¹, Burhanto², Fitroh Asriyadi³

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Jl. Ir. H. Juanda No.15, Samarinda

Email Korespondensi: deswitapuspasari@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Proses menua merupakan proses alami diikuti dengan penurunan kondisi fisik yang ditandai fungsi organ tubuh yang menurun. Menua menyebabkan lanjut usia menderita tidur yang terganggu. Untuk menangani tidur yang terganggu bisa dilakukan 2 cara, secara medis dan secara non medis. mengatasi secara non medis merupakan alternatif yang aman, yaitu menggunakan terapi rendam kaki air hangat. Fungsi air hangat yaitu menyebabkan tubuh santai, menghilangkan kaku dan pegal di otot, serta membuat tidur supaya lebih lelap.

Tujuan Penelitian: Adalah mengevaluasi pengaruh pengobatan rendam kaki air hangat terhadap kualitas tidur pada lanjut usia.

Metode: Desain riset ini metode yang di gunakan yaitu studi kepustakaan atau *literature riview*. Riset ini menggunakan data yang berasal dari riset yang telah di lakukan dan di terbitkan di jurnal online nasional maupun internasional.

Hasil: Berdasarkan tinjauan literature yang telah dilakukan diperoleh bahwa pengobatan rendam kaki air hangat berkhasiat dan membuat kualitas tidur meningkat.

Kesimpulan: Riset ini dapat disimpulkan bahwa terapi rendam kaki air .hangat sangat membantu meningkatkan kualitas tidur.

Kata Kunci: Terapi rendam kaki air hangat, kualitas tidur, lanjut usia

-
1. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
 2. Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
 3. Dosen Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

**The Influence of Warm Water Footbath Therapy on the Sleep Quality of Elderlies:
*Literature Riview***

Deswita Puspa Sari¹, Burhanto², Fitroh Asriyadi³

Nursing Scienses Study Program, Faculty of Health and Pharmacy
University of Muhammadiyah Kalimantan Timur
Jl. Ir. H. Juanda No.15, Samarinda

Correspondence Email: deswitapuspasari@gmail.com

ABSTRACT

Background: The aging process is a natural process that is accompanied by a decrease in physical condition with a visible decrease in bodily organs. The aging process makes older people more easily experience sleep disorders. Handling sleep disorders can be done in 2 ways, namely pharmacologically and non-pharmacologically. Non-pharmacological management is a safer alternative choice, namely by means of warm foot bath therapy. The benefits of warm water are to make the body more relaxed, get rid of aches and stiffness in the muscles, and deliver to sleep more soundly.

Research Objectives: The purpose of this study was to evaluate the effect of warm water foot bath therapy on sleep quality in the elderly.

Methods: The design of this study uses literature study or literature review methods. The data used in this study comes from research results that have been conducted and published in national and international online journals.

Results: Based on the literature review that has been done, it is found that warm water foot bath therapy is effective in improving sleep quality

Conclusion: From this study it can be concluded that the therapy of soaking foot warm water is very helpful in improving sleep quality.

Keyword: Warm water footbath, sleep quality, elderly

-
1. Students of Undergraduate Nursing Program, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
 2. Lecturer of Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
 3. Lecturer of Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

PENDAHULUAN

Lansia adalah seseorang/individu yang berusia lebih dari 60 tahun dan mempunyai gejala fungsi biologi, psikologi, sosial, dan ekonomi yang menurun secara alami. "Lansia memiliki batasan umur di antaranya usia pertengahan (middle age) yaitu usia 45-59 tahun, lanjut usia (elderly) yaitu usia 75-90 tahun dan usia sangat tua (very old) usia diatas 90 tahun (Sunaryo dkk, 2016)."

Penuaan adalah cara alami ditandai penurunan kondisi fisik yang di sebabkan karena fungsi organ tubuh menurun, disertai emosi yang berubah secara psikologi dan biologis yang saling berhubungan. Kondisi itu dapat menyebabkan kesehatan fisik dan jiwa menjadi bermasalah.(Kadir, 2017).

Kurang tidur adalah tanda kondisi kesehatan yang terjadi pada lanjut usia. Keluhan tidur yang sering dirasakan lanjut usia yaitu susah tidur, bangun lebih awal, susah untuk tetap tertidur, serta mengantuk. (Maas, 2011 dalam Andriyani, 2015).

Gangguan tidur bisa ditangani menggunakan dua cara, secara farmakologi dan non farmakologi. Tetapi, penanganan dengan farmakologi akan memberi risiko karena terdapat perubahan farmakodinamik, farmakokinetik, dan metabolisme obat pada tubuh lanjut usia. Maka dari itu penanganan dengan non medis merupakan alternatif yang aman, yaitu menggunakan pengobatan relaksasi, berlari-lari kecil, berjalan kaki pada pagi hari, pengobatan stimulus kontrol, melaksanakan olahraga ringan, senam maupun meregangkan otot. (Putra, 2014).

Salah satu pengobatan relaksasi yaitu menggunakan air. Mengobati dan meringankan bermacam keluhan dengan menggunakan air disebut hydrotherapy. Air bisa dipergunakan dalam berbagai cara serta manfaatnya telah diakui sejak dahulu, seperti Kebudayaan Turki, kerajaan Yunani, masyarakat Eropa, kekaisaran Romawi dan Tiongkok kuno. Manfaat air hangat juga di ketahu oleh masyarakat umum untuk mengantarkan agar tidur bisa lebih nyenyak, menghilangkan rasa pegal-pegal dan kaku di otot, membuat tubuh lebih rileks, dan. Air hangat membuat kita merasa santai, menghilangkan sakit dan tegang pada otot dan peredaran darah menjadi lancar. Dengan demikian, berendam dengan air hangat dapat menghilangkan stress dan tidur menjadi lebih mudah. (Sustrani dkk, 2016).

METODE PENELITIAN

Studi Kepustakaan dikenal juga sebagai Literature review, penulis gunakan sebagai metode riset. Istilah yang dipakai pada metodologi penelitian serta melakukan pengembangan untuk menyatukan dan menilai riset yang terkait pada focus topic tertentu di sebut *Literature review* (Lusiana, 2014 dalam Triandini 2019).

Data pada riset ini bersumber dari riset yang telah dilakukan dan diterbitkan pada jurnal online nasional maupun internasional. Riset ini dilakukan pencarian jurnal penelitian yang diterbitkan di internet menggunakan *PubMed*, *Google Scholar*, *ProQuest*, Perpustakaan Nasional Republik Indonesia, *Elsevier*, *Wiley*, *Springer* dan *SagePub* dengan kata kunci: rendam_kaki air hangat, kualitas tidur, dan lansia.

Seting jurnal yang efektif yaitu dengan cara memasukkan kata kunci yang sesuai dengan judul penulisan dan melakukan pencarian berlandaskan *advance search* dengan penambahan notas AND/OR atau menambahkan symbol. Misalnya peneliti melakukan pencarian pada mesin pencarian dengan mengetik kata "(terapi rendam kaki air hangat) AND (Kualitas Tidur) AND (Lanjut usia)". Atau dengan mengetik "terapi rendam kaki air hangat"+"kualitas tidur"+"lansia".

Berdasarkan hasil dari penelusuran terdapat 302 Jurnal Online. Dari 302 jurnal online tersebut hanya 14 jurnal yang sesuai berdasarkan kriteria inklusi dan 1 jurnal sebagai jurnal pendukung. Terdapat 6 Jurnal Nasional dan 9 Jurnal Internasional.

Jurnal riset yang sesuai berdasarkan kriteria inklusi dikelompokkan serta membuat rangkuman jurnal seperti nama peneliti, tahun terbit jurnal, judul riset, tujuan riset, metode serta rangkuman hasil atau temuan. Rangkuman jurnal penelitian tersebut dimasukkan pada table diurutkan berdasarkan *alphabet* dan tahun terbit jurnal berdasarkan format tersebut diatas.

Rangkuman jurnal dilakukan penjabaran terhadap isi yang ada pada tujuan riset serta hasil/temuan riset. Metode analisa menggunakan analisa isi jurnal, lalu mencari persamaan serta perbedaannya kemudian dibahas untuk membuat kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil *literature riview* pada artikel didapatkan bahwa terapi rendam kaki air hangat berpengaruh terhadap kualitas tidur, yaitu dapat memperbaiki kualitas tidur. Berdasarkan dari beberapa penelitian yang telah dilakukan terdapat 15 artikel penelitian yang sesuai dengan penelitian ini.

Berdasarkan beberapa jurnal yang telah *diriview* sebagian besar menjelaskan bahwa orang yang sering mengalami gangguan tidur adalah lansia. Gangguan tidur yang dialami oleh lansia disebabkan karena penurunan fungsi tubuh, stress, dan gangguan kesehatan. Lansia Karena selalu menggerakkan tubuh dan sering buang air kecil lansia umumnya susah untuk memulai tidur dan bangun di malam hari. Segala gangguan tersebut menyebabkan mereka terbangun lebih awal dan mengantuk disiang hari. Masalah tidur yang selalu dirasakan lanjut usia yaitu tidak dapat tidur saat malam hari, bangun terlalu cepat, sulit untuk tertidur, dan rasa lelah yang berlebihan (Maas, 2011 dalam Subandi, 2017).

Berdasarkan beberapa artikel penelitian yang dipilih dan diseleksi, semua artikel penelitian menyangkut tentang rendam kaki air hangat terhadap kualitas tidur. Setelah artikel-artikel riset dianalisa maka ditemukan bahwa rendam kaki air hangat terbukti dapat membuat kualitas tidur meningkat.

Dari artikel penelitian yang telah *diriview* terdapat 15 *literature* terkait dengan pengaruh terapi rendam kaki air hangat terhadap kualitas tidur. Seperti halnya riset yang dilakukan oleh Wibowo, Daniel Akbar (2019), Subandi, E (2017), Setianingsih (2019), Maruti, Evida Dwi (2015), Abdurakhman, R.N (2019), Kim, Hyun-Joo, (2016), Valizadeh, Leila (2015), Ghadicolaei, Hassan Talebi (2019), Malarvizhi (2019), Kaur, Arshpreet (2017), Jayllene, Crystal (2018), Rahmani, Ali (2016), Anjana, Disha Sureshbhai (2020), Seyyedrasooli, Allehe (2013), Widiastuti, Linda (2019), mempunyai hasil yang sama. Pemberian pengobatan rendam kaki air hangat terhadap kualitas tidur efektif dalam meningkatkan kualitas tidur.

Protokol pemberian terapi merendam kaki dengan air hangat di segala *literature* ini umumnya memakai pola yang hampir sama. Memberi pengobatan rendam kaki air hangat memakai air hangat dengan suhu 38-40°C selama 20-30 menit. Merendam kaki dengan air hangat membuat kualitas tidur meningkat yang memberikan respon relaksasi yang menekan saraf simpatis. Aktivitas saraf parasimpatis lebih berperan dan aktif (*rest and digest*) sehingga tubuh menjadi lebih rileks (Perry dan Potter, 2011 dalam Setianingsih, 2019). Relaksasi juga membuat pembuluh darah pada kulit menjadi membesar, tegang pada otot rangka menurun, kadar asam laktat menurun, kadar epineprin menurun dan bertambahnya sekresi hormone melatonin (Ningrum, 2012 dalam Setianingsih, 2019). Sesuai metode tersebut, seseorang akan mengalami kualitas tidur yang meningkat.

Perbedaan perbedaan yang ada pada artikel yang diriview yaitu suhu air hangat, waktu yang diberikan pada saat terapi, dan jenis instrument penelitian. Berdasarkan hasil artikel yang telah di riview kebanyakan instrumen yang digunakan adalah PSQI.

Kualitas tidur yang buruk tidak hanya dialami oleh lansia tetapi juga bisa dialami oleh semua kalangan termasuk orang yang memiliki penyakit akut maupun kronik yang dirawat dirumah sakit. Pada orang yang memiliki penyakit akut dan kronik yang di rawat di rumah sakit mereka mengalami kualitas tidur yang buruk karena faktor nyeri, ketidaknyamanan, obat-obatan, kecemasan, stress dan penuaan (Ghadicolaei, Hassan T, 2019).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan *literature riview* yang dilakukan dari 15 artikel peneliti menyimpulkan bahwa pengobatan rendam kaki air hangat sangat bermanfaat memperbaiki kualitas tidur yang artinya ada pengaruh pengobatan rendam kaki air hangat terhadap kualitas tidur pada lanjut usia, dikarenakan merendam kaki dengan air hangat dapat memberikan rasa santai serta membuat sakit dan ketegangan pada otot menurun.

Saran bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan dan melakukan riset lebih lanjut mengenai terapi rendam kaki air hangat. Sedangkan bagi lanjut usia dapat menggunakan terapi rendam kaki air hangat untuk memperbaiki kualitas tidur buruk.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurakhman, R.N. (2019). Pengaruh Rendam Kaki dengan Air Garam Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Panti Wreda Wilayah Kota Cirebon Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 4, (10), 116-124
- Anjana, Disha.S. (2020). A Study Assess the Effectiveness of Warm Water Foot Bath Therapy on Quality of Sleep Among Elderly People Staying in Old Age Home at Selected Central Part of Gujarat. *Indian Journal Of Applied Research*, 10, (1), 35-36
- Badan Pusat Statistik. (2018). *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Jakarta : Biro Pusat Statik.
- Badan Pusat Statistik Republik Indonesia .(2017). *Indeks Pembangunan Manusia 2016*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Barbara, K. (2008). *Fundamental of Nursing, Seventh Edition*, Vol 2, Jakarta : EGC
- Dewi, S.R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Deepublish
- Dionesia, E.A. (2017). Perbedaan Efektivitas Tindakan Massage dan Pemberian Rendam Air Hangat dalam Memenuhi Kualitas Tidur Pada Lansia. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 1, (2), 111-118
- Efendi, Ferry & Makhfud. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ghadicolaei, Hassan.T. (2019). The Effect of Warm Footbath on the Quality of Sleep on Patients with Acute Coronary Syndrome in Cardiac Care Unit. *Journal of Caring Sciences*, 8, (3), 137-142
- Guyton A.C., Hall J.E.(2012). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11*. Jakarta: EGC.H

- Harnani, Yessi & Axmalia.A. (2017). Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Efektif Menurunkan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3, (4), 129-131
- Hidayat,A, Alimul,A & Uliah,M. (2015). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Edisi 2-Buku 2*. Jakarta: Salemba Medika
- Indriana, Y. (2012). *Gerontology dan Progeria*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Jayllene, C. (2018). Effect of Footbath in Improving Sleep Quality Among Filipino Eldely. *Journal of Social Health*, 1, (1), 31-55
- Kadir, A. (2017). Olahraga pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Kesehatan Wijaya Kusuma*, 1, (1), 63-68
- Kaur, Arshpreet. (2017). Effectiveness of Warm Water Foot Bath on Quality of Sleep Among Hospitalized Patients. *International Journal of Health Sciences & Research*, 7, (10), 172-175
- Kholifah, S.N. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Kemenkes RI Pusdik SDM Kesehatan
- Kiik, et al. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21, (2), 109-116
- Kim, Hyun-Joo. (2016). The Effect of Footbath on Sleep Among the Older Adults in Nursing Home: A Quasi-Experimental Study. *Complementary Therapies in Medicine*, 26, (10), 40-46
- Kushariyadi. (2010). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Lanjut Usia*. Jakarta : Salemba Medika
- Lalage, Z. (2015). *Hidup Sehat dengan Terapi Air*. Klaten : Abata Press
- Lendengtariang, Chepi, dkk. (2018). Pengaruh Terapi Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Insomnia Pada Lansia di Kelurahan Angges Kecamatan Tahuna Barat. *E-Journal Keperawatan*, 6, (2), 1-3.
- Lusiana & Suryani, M. (2014). Metode SLR untuk mengidentifikasi isu-isu dalam *software Engibeering, SATIN (Sains dan Teknologi informasi)*, 3, (1), 10-17
- Maas, L. (2011). *Asuhan Keperawatan Geriatrik*. Jakarta:EGC
- Malarvizhi. (2019). A Study to Assess the Effectiveness of Hot Water Foot Bath Therapy on Quality of Sleep Among Elderly Staying in Selected Old Age Home at Villupuram District, Tamilnadu. *International Journal of Science an Healthcare Research*, 4, (4), 83-88
- Mawarni, Rosalina DP. (2018). "Perbedaan Eektivitas Rendam Kaki Air Hangat Menggunakan Garam dan Rendam Kaki Air Hangat Tidak Menggunakan Garam Terhadap Insomnia Pada Lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Magetan" [skripsi]. Madiun. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Mubarak, W. I. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2013). *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika

- Peraturan Menteri Kesehatan (2016). Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016-2019. Jakarta
- Permady, GG. (2015). "Pengaruh Rendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Astanalanggar Kecamatan Losari Cirebon Jawa Barat" [skripsi]. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Potter, Perry. (2011). *Fundamental Of Nursing: Konsep, Proses and Practice. Edisi 7. Vol. 3.* Jakarta : EGC
- Putra, Y.A.E. (2018). Pengaruh Hidroterapi kaki terhadap penurunan skor insomnia pada lanjut usia di Panti Werdha Muhammadiyah Kota Probolinggo. *The Indonesian Journal of Health Science*, 1, (6), 62-68
- Rahmani, Ali. (2016). *Comparing the Effect of Foot Reflexology Massage, Foot Bath and Their Combination on Quality of Sleep in Patients with Acute Coronary Syndrome. Journal of Caring Sciences*, 5, (4), 299-306
- Setianingsih. (2019). Pengaruh Zumba Gold dan Rendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Dukuh Pandes Desa Pandes Kecamatan Wedu Kabupaten Klaten. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 6, (1), 503-511
- Seyyedrasooli, Allehe. (2013). The Effect of Footbath on Sleep Quality of the Elderly: A Blinded Randomized Clinical Trial. *Journal of Caring Sciences*, 2, (4), 305-311
- Sherwood, L. (2012). *Fisiologi Manusia Dari Sel Ke Sistem. 6th ed.* Jakarta: EGC
- Solechah, Nurul, dkk. (2017). Pengaruh Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien dengan Hipertensi di Puskesmas Bahu Manado, 5, (1), 1-9
- Subandi, Endang. (2017). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Desa Pakusamben Kecamatan Babakan Kabupaten Cirebon. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2, (6), 31-44
- Sunaryo, dkk. (2016). *Asuhan Keperawatan Gerontik.* Yogyakarta: Andi
- Supraba, N. (2015). Hubungan Aktivitas Sosial, Interaksi Sosial, Dan Fungsi Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Utara Kota Denpasar. Skripsi, Universitas Udayana: Denpasar
- Syarif, Marhamah. (2016). "Pengaruh Terapi dengan Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia di Dusun Cambahan Gamping Kab. Sleman Yogyakarta" [skripsi]. Yogyakarta: Universitas Aisyiyah Yogyakarta
- Triandini, E. (2019). Metode Systematic Literature Riview untuk Identifikasi Platform dan Metode Pengembangan Sistem Informasi Di Indonesia. *Indonesian Journal of Information System*, 1, (2), 63-77
- Valizadeh, Leila. (2015). Comparing the Effects of Reflexology and Footbath on Sleep Quality in the Elderly: A Controlled Clinical Trial. *Iranian Red Crescent Medical Juorna*, 17, (11), 1-8
- Wallance, M.(2007). *Essentials of Gerontological Nursing.* New York: Springer Publishing Company

WHO. (2017). Jumlah Penduduk Lanjut Usia: *World Health Organization*.

Wibowo, Daniel.A, et al.(2019). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Handapherang. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 1, (2), 104-123

Widiastuti, Linda. (2019). Efektivitas Rendam Kaki Air Hangat Dengan Aromaterapi Lavender dan Terapi Audio Murottal Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Rumah Bahagia Bintan. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu*, 1, (2), 6-11

Yusuf, A., Fitryasari, R., & Nihayati, H. E. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.

NASPUB: PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA: LITERATURE REVIEW

by Deswita Puspa Sari

Submission date: 02-Sep-2020 07:38AM (UTC+0700)

Submission ID: 1377914317

File name: NASKAH_PUBLIKASI_UJI_PLAGIAT.pdf (108,61K)

Word count: 1537

Character count: 9588

NASPUB: PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA: LITERATURE REVIEW

ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

14%

INTERNET SOURCES

13%

PUBLICATIONS

2%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

- | | | |
|---|--|----|
| 1 | id.123dok.com
Internet Source | 4% |
| 2 | Setianingsih Setianingsih, Afiya Nurrahma Deanti, Nur Wulan Agustina. "Pengaruh Zumba Gold Dan Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Dukuh Pandes Desa Pandes Kecamatan Wedi Kabupaten Klaten", Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta, 2019
Publication | 4% |
| 3 | www.scribd.com
Internet Source | 2% |
| 4 | es.scribd.com
Internet Source | 1% |
| 5 | Rika Rahim, Siti Saadah Mardiah, Sariestya Rismawati. "PENGARUH RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH IBU HAMIL HIPERTENSI", Media | 1% |