

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Dari 10 artikel yang telah direview, mayoritas menguji terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap kualitas tidur pada pasien rawat inap dan lansia. Metode intervensi yang diberikan pada 10 artikel juga kurang lengkap hanya ada 1 jurnal saja yang mencantumkan jam pemberian intervensi. Berdasarkan jurnal diatas terdapat kesimpulan bahwa karakteristik responden dapat dilakukan pada pasien kanker, sebelum dilakukan intervensi terlebih dahulu mengisi kuisioner, dan dari hasil penelitian pada salah satu artikel menggunakan uji analisa *wilcoxon sign rank test* menunjukkan bahwa terapi rendam kaki air hangat terhadap insomnia mengalami perubahan. Rata-rata insomnia sebelum dilakukan terapi rendam kaki air hangat responden mengatakan mengalami insomnia yang berat, sedangkan rata-rata setelah dilakukan terapi rendam kaki air hangat responden mengatakan insomnia menjadi ringan bahkan ada yang sudah tidak mengalami insomnia.

Insomnia setelah dilakukan terapi rendam kaki menggunakan air hangat juga menunjukkan penurunan yang signifikan 0,0001 atau $< \alpha$ (0,05) dengan hipotesis 1 diterima. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap perubahan insomnia. Dengan demikian terapi rendam kaki dengan air hangat merupakan metode yang efektif dan sederhana yang mudah diterapkan oleh pasien kanker itu sendiri.

7.2 Saran

Diharapkan pada pemberian terapi rendam kaki menggunakan air hangat untuk mengatasi insomnia pada pasien kanker dianjurkan untuk mengikuti SOP. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain dengan dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol agar hasil yang diperoleh lebih akurat, lalu untuk alat ukur yang akan digunakan untuk penelitian agar dilakukan uji validitas terlebih dahulu sehingga hasil yang diperoleh valid dan diharapkan untuk memberikan gabungan metode rendam kaki air hangat dalam penelitian lebih lanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyanti, D., Hermayanti, Y., & Setyorini, D. (2017). Kualitas Tidur Pasien Kanker Payudara Berdasarkan Terapi yang Diberikan di RSUP DR. Hasan Sadikin Bandung. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia (JPKI)*, 3(2), 115–125.
- Annurohim. (2016). Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia Berdasarkan Jenis Kelamin. *Jurnal Keperawatan*, 1(1), 1–11.
- Ariani, S. (2015). *Stop Kanker*. Yogyakarta. Istana Media.
- Bahadorfar, M. (2014). A Study of Hydrotherapy and Its Health Benefits. *International Journal of Research (IJR)*, 1(8), 12.
- CancerHelps, T. (2010). *Stop Kanker: Panduan Deteksi Dini & Pengobatan Menyeluruh Berbagai Jenis Kanker* (1st ed.). Jakarta Selatan: PT Agro Media Pustaka.
- Catton, C. N., et al. (2017). Randomized trial of a hypofractionated radiation regimen for the treatment of localized prostate cancer. *Journal of Clinical Oncology*, 35(17), 1884–1890. <https://doi.org/10.1200/JCO.2016.71.7397>.
- Damayanti. (2014). Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan hidroterapi rendam hangat pada penderita hipertensi di Desa Kebondalem Kecamatan jambu kabupaten Semarang. *Jurnal Stikes Ngudi Waluyo Ungaran*, 3(1), 4-9.
- Dinas Kesehatan Kota Surabaya. (2011). *Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Kota Surabaya Tahun 2011*. Surabaya : Dinkes Kota Surabaya.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2013). Kegiatan Pengendalian Kanker di Jawa Timur. http://dinkes.jatimprov.go.id/contentdetail/11/3/156/kegiatan_pengendalian_kanker_di_jawa_timur.html (sitasi 5 oktober 2013).
- Dinkes Provinsi Jawa Tengah. (2014). *Buku saku kesehatan triwulan 3*. Semarang : Dinkes.
- Ghaddafi. (2010). Tatalaksana Insomnia dengan Farmakologi atau Non-Farmakologi. *E-Jurnal Medika Udayana*, 4, 1–17.
- Gunawan, D (2011). *Sembuh Dengan Pijat Alternative Hentakan Kaki*. Yogyakarta : Med Pressindo.
- Gunawan, D. (2014). *Teknik Mudah Dan Lengkap Pijat Refleksi : Cepat Sembuh dari Aneka Penyakit Kronis, Tanpa Operasi, Tanpa Suntik, Tanpa Biaya Mahal*. Yogyakarta : Media Pressindo.

- Hananta, L., Benita, S., Barus, J., & Halim, F. (2014). Gangguan Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Dharmais Jakarta. *Damianus Journal of Medicine*, 13(2), 84–94.
- Harnani, Y., & Axmalia, A. (2017). Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Efektif Menurunkan Tekanan Darah Pada Lanjut. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3(5), 129–132.
- Hidayat, A. . (2014). *Metode penelitian keperawatan dan teknis analisis data*. Jakarta. Salemba Medika.
- Indrawati, M. (. (2009). *Bahaya Kanker Bagi Wanita dan Pria*. Jakarta: AV Publisher.
- International Classification of Sleep Disorder. (2015). *Sleep Disorders in Psychiatric Patients: A Practical Guide* (3rd ed.). American : American Academy of Sleep Medicine.
- James, P. (2012). *Anaesthesia , Sleep And Dyssomnias - Part 1 Anaesthesia Tutorial Of The Week* paul_t_james@yahoo.co.uk, 1–7.
- Juwita, D. A., Almahdy, A., & Afdila, R. (2019). Penilaian Kualitas Hidup Terkait Kesehatan Pasien Kanker Payudara di RSUP dr. M. Djamil Padang, Indonesia. *Jurnal Ilmu Kefarmasian Indonesia*, 17(1), 114.
- Kaur, A., Naveen, K. (2017). Effectiveness of Warm Water Foot Bath on Quality of Sleep Among Hospitalized Patients. *International Journal of Health Sciences & Research*, 7(10) : 172-175.
- Kemenkes RI. (2015). *Riset Kesehatan Dasar RI 2015*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kusumaastuti. (2011). Pengaruh Rendam Air Hangat Pada Kaki Dalam Meningkatkan Kuantitas Tidur Lansia. *Journal of Ners Community*, 3(6), 72-82.
- Li, M. F. (2014). Effect of Foot Bath and Massage on Insomnia in Patients With Liver Cirrhosis and Inveigation of Nursing Satisfacation. *Journal Acupunct Tuina. Sci*, 12 (2) : 105-108.
- Malavizhi., Karthi, R. (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 and Healthcare*, 4 (4) : 83-88.
- Mochlis, M. (2016). Pengaruh Merendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Rawat Inap Di UPT. Pusekesmas Dungkek Kec. Dungkek. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1 (2) : 81-85.

- Mr. Suneesh., Ms. Kavitha, T., & Mr. Jeenath, J. (2017). A Study to Assess the Efecctiveness of Warm Foot Bath on Sleep Onset Time among Cancer Patients with Insomnia in Nath Lal Parekh Cancer Hospital at Rajkot. *Asian J. Nursing Edu and Research*, 7 (2) : 231-234
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (4th ed.; P. P. Lestari, ed.). Jakarta: Salemba medika.
- Prastiwi, T. F. (2013). Developmental and Clinical Psychology. *Journal Psychology Universitas Negeri Semarang*, 1(1), 21–27.
- Prastiyan, G. M. G., Dharma, K. K., & Nurfianti, A. (2018). Pengaruh Hidroterapi Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia Yang Mengalami Insomnia Di Unit Pelaksana Teknis (UPT) Panti Sosial Rehabilitasi Lanjut Usia Mustika Dharma Provinsi Kalimantan Barat. *Jurnal ProNers*. 4(1), 1-8.
- Putra, I. D. (2016). Pengaruh Rendaman Air Hangat Pada Kaki Sebelum Tidur Terhadap Insomnia. *Jurnal Kesehatan Andalas* (06), 12–16.
- Putri, F., Luh, T. H., Muhammad, A. H. (2017). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Pemenuhan Tidur Pada Pasien Preoperatif di RSUD Dr. H. Koesnadi. *Jurnal Kesehatan*, 5 (2) : 82-87.
- Rahmani, A., M, Naseri, M., Mahdi & Batool, N. (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
- Romito, F., Cormio, C., De Padova, S., Lorusso, V., Berio, M. A., Fimiani, F., Mattioli, V. (2014). Patients Attitudes Towards Sleep Disturbances During Chemotherapy. *European Journal Of Cancer Care*, 23(3), 385-393.
- Rupinder, K., Preksha, S. Y. (2013). An experimental study to assess the effectiveness of warm water foot bath on fatigue and insomnia among cancer patients receiving platinum based concurrent chemotherapy. *Baba Farid University Nursing Journal (BFUNJ)*, 5 (2) : 32-34.
- Rosdahl, C. B. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Dasar* (10th ed.). Jakarta : EGC.
- Setyoadi & Kushariyadi. (2011). *Terapi Modalitas Keperawatan Pada Klien Psikogeriatrik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Smeltzer. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : EGC.
- Subandi, E. (2017). Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Desa Pakusamben Kecamatan Babakan Kabupaten Cirebon. *Ilmiah Indonesia*, 2(6), 31–44.
- Sugiyono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (19th ed). Bandung: Alfabeta.

- Susanti, L. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Insomnia di Poliklinik Saraf RS DR. M. Djamil Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(3), 951–956.
- Swarjana. (2016). *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : CV Andi Offset.
- Talebi, H., Mohammad, A. H. G., Babak, B. J. Y. C., Zoya, H. (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.
- Utami, M. S., Hasanat, N. (2016). Dukungan Sosial Pada Penderita Kanker. *Jurnal Psikologi*, 25(1), 44-54.
- Utami, T. (2015). Pengaruh Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Insomnia Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 6(2), 35-38.
- WHO. (2016). Indonesia Source GLOBOCAN 2016. *International Agency for Research on Cancer*, 256, 1-2. Retrieved from <http://gco.iarc.fr>.
- Wendy. (2012). *50 Hal Yang Bisa Anda Lakukan Hari Ini Untuk Mengatasi: Insomnia*. Jakarta : Elex media komputindo.
- Widya. (2010). *Mengatasi Insomnia*. Yogyakarta : Kata Hati.
- Wiksuarini, E., Rochmawati, E, R. (2018). Spiritualitas dan Kualias Hidup pada Pasien Kanker. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 9(2), 583.
- Wungouw, H., Hamel, R. (2018). Pengaruh Terapi Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Kelurahan Angges Kecamatan Tahuna Barat. *Jurnal Keperawatan*, 6(2), 1-8.
- Yang, H., Chen, X., Fang, Y. F. (2010). The Effects of Warm-Water Footbath on Relieving Fatigue and Insomnia of the Gynecologic Cancer Patients on Chemotherapy. *Journal for Cancer Nursing*, 33(6), 1-7
- Yazdi, Z. et al. (2012). Validity and Reability of the Iranian Version of the Insomnia SeverityIndex. *Malays J. Med Sci*, (January, 2017).
- Yuslianti, E. R. (2018). *Pengantar Radikal Bebas Dan Antioksidan* (1st ed.). Yogyakarta : Deepublish Publisher.