

**PENGARUH RENDAM AIR HANGAT PADA KAKI TERHADAP
KUALITAS TIDUR LANSIA DI DUSUN REJOSO WIJIMULYO
NANGGULAN KULON PROGO**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



SITI AISYAH
3211076

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
YOGYAKARTA
2015**

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH RENDAM AIR HANGAT PADA KAKI TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA DI DUSUN REJOSO WIJIMULYO NANGGULAN KULON PROGO

SKRIPSI

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai Salah Satu
Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu
Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Diajukan Oleh :

SITI AISYAH
3211076

Menyetujui :

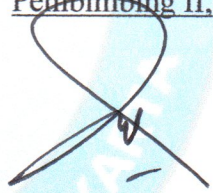
Penguji,

Pembimbing I,

Pembimbing II,


Paulus Subiyanto M.Kep.,Sp.,KMB
NIDN 0519016803


Agus Warseno, M.Kep
NIDN 05-2606-8301


Tri Prabowo, MSc
NIP 196505191988031001

Mengesahkan
a.n Ketua Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan (SI)


Dewi Retno Pamungkas, MNg
NIDN 0524048402

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan atau sarjana yang lain disuatu perguruan tinggi. Sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, Agustus 2015



Siti Aisyah

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena dengan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Kualitas Tidur Lansia di Dusun Rejoso Wijimulyo Nanggulan Kulon Progo”.

Rangkaian penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan atas bimbingan, arahan, dan bantuan dari berbagai pihak, dan pada kesempatan ini penulis dengan rendah hati mengucapkan terima kasih kepada:

1. Kuswanto Hardjo, dr., M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Dewi Retno Pamungkas, MNg selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengadakan dan menyusun skripsi ini.
3. Agus Warseno, M.Kep. selaku pembimbing I yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, saran dan pendapat selama proses penyelesaian skripsi ini.
4. Tri Prabowo, MSc. selaku pembimbing II yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, saran dan pendapat selama proses penyelesaian skripsi ini.
5. Paulus Subiyanto M.Kep.,Sp.,KMB selaku penguji yang telah memberikan saran dan masukan selama proses penyelesaian skripsi ini.
6. Pihak puskesmas, kepala dukuh dan kader-kader Rejoso yang telah membantu selama proses penelitian.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna dan penulis berharap pembaca dapat memberikan kritik serta saran.

Yogyakarta, Juni 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN MOTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
INTISARI	xii
ABSTRACT	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Manfaat Teoritis.....	4
2. Manfaat Praktis	4
E. Keaslian Penelitian	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Lansia	6
1. Definisi.....	6
2. Teori Penuaan	6
3. Perubahan yang Terjadi pada Lanjut Usia	7
4. Masalah Kesehatan yang Muncul pada lansia	10
B. Kualitas Tidur.....	11
1. Definisi.....	11
2. Pengkajian Kualitas Tidur.....	15
3. Penatalaksanaan	16
C. Terapi Rendam Air Hangat Pada Kaki.....	16
D. Kerangka Teori	19
E. Kerangka Konsep	20
F. Hipotesa	20

BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Rancangan Penelitian	21
B. Lokasi dan Waktu	21
C. Populasi dan Sampel	22
D. Variabel Penelitian	23
E. Definisi Operasional	23
F. Instrumen dan Metode Pengumpulan Data	24
G. Kisi-kisi kuesioner PSQI	24
H. Validitas dan Reliabilitas	25
I. Metode Pengolahan Data	26
J. Analisa dan Model Statistik	27
K. Etika Penelitian	28
L. Pelaksanaan Penelitian	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
A. Hasil Penelitian	31
1. Gambaran Lokasi Penelitian	31
2. Karakteristik Responden	32
3. Hasil Analisa Deskriptif Univariat dan Bivariat	32
B. Pembahasan	36
1. Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin	36
2. Karakteristik Responden Menurut Usia	38
3. Hasil Penelitian Pengaruh Rendam Air Hangat Terhadap Kualitas Tidur Lansia di Dusun Rejoso Wijimulyo Nanggulan Kulonprogo	38
C. Keterbatasan Penelitian	41
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	42
A. Kesimpulan	42
B. Saran	42

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1 Rancangan Penelitian.....	21
Tabel 2 Definisi Operasional	25
Tabel 3 Kisi-kisi Kuesioner PSQI.....	26
Tabel 4 Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin dan Usia	32
Tabel 5 Distribusi Kualitas Tidur Responden Tanpa Perlakuan pada minggu Pertama.....	34
Tabel 6 Distribusi Kualitas Tidur Responden dengan Perlakuan Pada minggu Kedua	35

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 1 Gelombang Otak	13
Gambar 2 Kerangka Teori.....	19
Gambar 3 Kerangka Konsep	20

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Time Schedule</i>
Lampiran 2	Surat Permohonan Menjadi Respon
Lampiran 3	Lembar Persetujuan Responden
Lampiran 4	Kuesioner
Lampiran 5	Kegiatan Bimbingan
Lampiran 6	Dokumentasi Jalannya Penelitian
Lampiran 7	Data Mentah Penelitian
Lampiran 8	Output Data
Lampiran 9	Surat Studi Pendahuluan
Lampiran 10	Surat Ijin Validitas
Lampiran 11	Surat Ijin Penelitian

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA