

***LITERATURE REVIEW***

**PENGARUH *FOOT MASSAGE* DALAM KUALITAS TIDUR PASIEN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**HADA HANIFAN AZKA  
10118062**



**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BAKTI TUNAS HUSADA  
TASIKMALAYA  
2021**

## **THE EFFECT OF FOOT MASSAGE ON PATIENT'S SLEEP QUALITY**

**Hada Hanifan Azka<sup>1</sup>, Asep Robby, Ns., M.Kep<sup>2</sup>, Teti Agustin, S.Kp., M.Kep<sup>3</sup>**

Program Studi DIII Keperawatan STIKes Bakti Tunas Husada Tasikmalaya

Email : [Hadahanifanazka@gmail.com](mailto:Hadahanifanazka@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*Foot Massage is thanks to the connective tissue through hitting, rubbing or squeezing to have an impact on increasing circulation, improving muscle properties and providing a relaxing effect. The purpose of this study was to identify concepts/theories or research results regarding the literature review regarding the effect of foot massage on the quality of sleep of patients. This research method uses a literature review. The population of this research is journals and articles obtained from national and international databases such as google scholar, science direct, national library, pubmed. Population data collection is primary data. With the number of journals and articles 20, and limited literature sources in the last 10 years starting from 2012-2021. The results obtained were 20 journals and articles, from 20 there were 16 journals and articles that discussed the effect of foot massage on sleep quality, then there are foot massage and back massage as many as 2 articles, the effectiveness of foot and hand massage therapy 1 article, the effectiveness of foot massage therapy 1 article from 20 journals and articles. It can be said that the effect of foot massage can improve sleep quality in patients with sleep disorders.*

**Keywords:** *sleep quality, foot massage*

### **ABSTRAK**

Foot Massage adalah manipulasi jaringan ikat melalui pukulan, gosokan atau meremas untuk memberikan dampak pada peningkatan sirkulasi, memperbaiki sifat otot dan memberikan efek relaksasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk Mengidentifikasi konsep/teori atau hasil-hasil penelitian tentang telaah literatur mengenai pengaruh foot massage terhadap kualitas tidur pasien. Metode penelitian ini menggunakan review literatur. Populasi penelitian ini adalah jurnal dan artikel diperoleh secara elektronik dari data base nasional maupun internasional seperti google scholar, science direct, perpustakaan nasional, pubmed. Pengumpulan data populasi adalah data primer. Dengan jumlah jurnal dan artikel 20, dan pencarian sumber literatur terbatas dalam kurun waktu 10 tahun terakhir mulai dari 2012-2021. Hasil penelitian yang didapatkan ada 20 jurnal maupun artikel, dari 20 ada 16 jurnal maupun artikel yang membahas tentang pengaruh foot massage terhadap kualitas tidur, kemudian ada foot massage dan back massage sebanyak 2 artikel, efektivitas terapi pijat kaki dan tangan 1 artikel, efektivitas terapi pijat kaki 1 artikel dari 20 jurnal maupun artikel. Dapat disimpulkan bahwa pengaruh foot massage dapat meningkat kualitas tidur pada pasien yang mengalami gangguan tidur.

**Kata Kunci :** *kualitas tidur, foot massage*