

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN RENDAM KAKI AIR GARAM HANGAT
DALAM MENINGKATKAN KUALITAS
TIDUR LANSIA**



DESSY AULIA RATNASARI

P07120123053

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN RENDAM KAKI AIR GARAM HANGAT
DALAM MENINGKATKAN KUALITAS
TIDUR LANSIA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Ahli Madya Keperawatan



DESSY AULIA RATNASARI

P07120123053

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
JURUSAN KEPERAWATAN POLITEKNIK KESEHATAN
KEMENTERIAN KESEHATAN YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah

Penerapan Rendam Kaki Air Garam Hangat Dalam Meningkatkan
Kualitas Tidur Lansia

*The Implementation Of Warm Salt Water Foot Soaks To Improve
Sleep Quality In The Elderly*

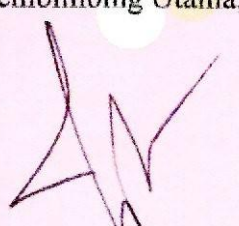
Disusun oleh:

DESSY AULIA RATNASARI
P07120123053

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

29 Mei 2026
.....

Pembimbing Utama,

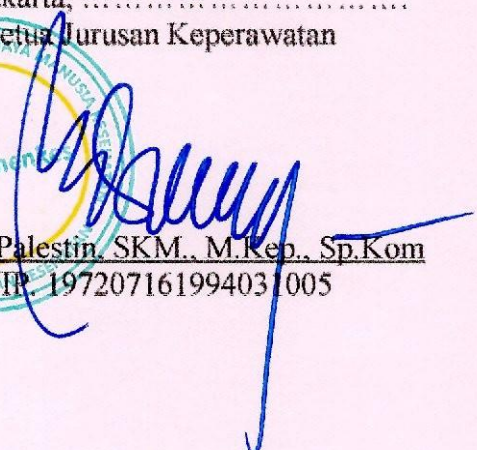

Titik Endarwati, SKM., MPH
NIP. 197607031998032003

Menyetujui,

Pembimbing Pendamping,


Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc
NIP. 196505191988031001

Yogyakarta, 1 Juni 2026
Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN RENDAM KAKI AIR GARAM HANGAT DALAM
MENINGKATKAN KUALITAS TIDUR LANSIA**

Disusun oleh:

DESSY AULIA RATNASARI
P07120123053

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 18 Juni 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., S.Tr. Kes., M.si
NIP. 196507201989032001

Anggota,
Titik Endarwati, SKM., MPH
NIP. 197607031998032003

Anggota,
Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc
NIP. 196505191988031001

Yogyakarta, 22 Juni 2026
Ketua Jurusan Keperawatan
Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Dessy Aulia Ratnasari

NIM : P07120123053

Tanda Tangan : 

Tanggal : 22 Juni 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dessy Aulia Ratnasari
NIM : P07120123053
Program Studi : Diploma III Keperawatan
Jurusan : Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non exclusive Royalti-Free Right*) atas Proposal Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:
Penerapan Rendam Kaki Air Garam Hangat Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Lansia

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada tanggal : 22 Juni 2026

Yang menyatakan



(Dessy Aulia Ratnasari)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Penulisan KTI ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta atas kebijakan dan fasilitas yang diberikan sehingga proposal karya tulis ilmiah ini dapat disusun dengan baik.
 2. Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan atas arahan dan dukungan selama proses akademik.
 3. Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi DIII Keperawatan atas bimbingan, kesempatan, serta motivasi yang diberikan kepada penulis dalam penyusunan proposal karya tulis ilmiah.
 4. Titik Endarwati, SKM., MPH selaku Pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
 5. Tri Prabowo, S.Kp., M.Sc selaku Pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
 6. Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM., S.Tr.Kes. M.Si selaku Penguji yang telah memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
 7. Tuty Amalia, S.H., M.Si. selaku Kepala Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso yang telah memberikan izin penelitian.
 8. Lansia yang menjadi subyek penelitian dan pihak yang membantu penelitian
- Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tuga Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 29 Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Ruang Lingkup	5
E. Manfaat Penelitian	5
F. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Telaah Pustaka	9
B. Kerangka Teori	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis Studi Kasus	29
B. Subjek Studi Kasus	29
C. Fokus Studi Kasus	30
D. Definisi Operasional	30
E. Instrumen Studi Kasus	31
F. Metode Pengumpulan Data	32
G. Tempat dan Waktu Studi Kasus	34
H. Analisis Data dan Penyajian Data	35
I. Etika Studi Kasus	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
A. Hasil Studi Kasus	37
B. Pembahasan Studi Kasus	59
C. Keterbatasan Studi Kasus	66
BAB V PENUTUP	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	72

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perencanaan Keperawatan.....	25
Tabel 2. Identitas Klien 1 dan Klien 2.....	39
Tabel 3. Lingkungan Tempat Tinggal Klien 1 dan Klien 2	40
Tabel 4. Riwayat Kesehatan Klien 1 dan Klien 2	41
Tabel 5. Pola Fungsional Klien 1 dan Klien 2	42
Tabel 6. Pemeriksaan Fisik Klien 1 dan Klien 2.....	45
Tabel 7. Analisa Data Klien 1	46
Tabel 8. Analisa Data Klien 2	47
Tabel 9. Perencanaan Keperawatan Klien 1 dan Klien 2.....	49
Tabel 10. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 dan Klien 2 Hari Pertama.....	50
Tabel 11. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 dan Klien 2 Hari Kedua.....	52
Tabel 12. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 dan Klien 2 Hari Ketiga	53
Tabel 13. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 dan Klien 2 Hari Keempat.....	54
Tabel 14. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 dan Klien 2 Hari Kelima	55
Tabel 15. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 dan Klien 2 Hari Keenam.....	56
Tabel 16. Implementasi dan Evaluasi Klien 1 dan Klien 2 Hari Ketujuh	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	28
Gambar 2. Lokasi Studi Kasus	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent 1	73
Lampiran 2. Informed Consent Klien 2.....	74
Lampiran 3. Standar Operasional Prosedur (SOP).....	75
Lampiran 4. Kuisioner PSQI Klien 1	76
Lampiran 5. Kuisioner PSQI Klien 2	77
Lampiran 6. Dokumentasi	78
Lampiran 7. Studi Pendahuluan	79
Lampiran 8. Jawaban Studi Pendahuluan.....	80
Lampiran 9. Surat Izin Penelitian	81
Lampiran 10. Lembar Ethical Clearance.....	82
Lampiran 11. Jawaban Izin Penelitian.....	83
Lampiran 12. Lembar Bimbingan Pembimbing 1.....	84
Lampiran 13. Lembar Bimbingan Pembimbing 2.....	85
Lampiran 14. Uji Similarity	86
Lampiran 15. Anggaran Penelitian.....	87
Lampiran 16. Jadwal Penelitian	8