

*Health Polytechnic Ministry of Health Bandung  
DIII Nursing Study Program (Bogor Campus)*

Fani Febrianti  
NIM. P17320321051

*Application of Foot Massage to Reduce Insomnia in Elderly People with Rheumatoid Arthritis in RT 03/RW 07, Kelurahan Bubulak Kota Bogor.*

*i-Lix + 59 pages, V CHAPTER, 5 tables, 9 pictures, 9 attachments*

## **ABSTRACT**

**Background.** *Rheumatoid Arthritis (RA) is a chronic autoimmune inflammatory disease or joint damage in which the immune system attacks the synovial membrane layer, causing inflammation, swelling and adverse effects on cartilage and joints. RA can also cause disrupted sleep patterns as the ends of the bones that make up the joints rub together causing inflammation that leads to joint pain. There are various non-pharmacological therapeutic treatments for sleep pattern disorders such as hypnosis therapy, reflexology, acupuncture, foot massage and warm bath.* **Purpose.** *This case study to determine how the application of foot massage therapy can reduce insomnia in the elderly with RA in RT 03 / RW 07 Bubulak Village, Bogor City.* **Method.** *The method used was a case study design with non-probability sampling with purposive sampling technique through screening the elderly using the Insomnia Severity Index (ISI) as many as 5 respondents who met the sample criteria.* **Results.** *The results of the study before the intervention, respondents who experienced insomnia with a score range of 14-17 (mild-moderate), after the intervention for 6 times in 2 weeks, showed a decrease in the insomnia level score of the five respondents of 8-10 points.* **Conclusion.** *The application of foot massage therapy shows that it is quite effective to reduce the level of insomnia in elderly people with rheumatoid arthritis with mild-moderate insomnia levels to no insomnia in respondents.* **Recommendation.** *The application of foot massage can be used as one of the complementary therapeutic interventions to reduce insomnia with rheumatoid arthritis in particular and society in general.*

**Keywords :** *Foot Massage, Insomnia, Rheumatoid Arthritis.*

**Bibliography :** *31 sources (2017-2023)*

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung  
Program Studi DIII Keperawatan (Kampus Bogor)

Fani Febrianti  
NIM. P17320321051

Penerapan *Foot Massage* Untuk Menurunkan Insomnia Pada Lansia Dengan  
Rheumatoid Arthritis Di RT 03/RW 07 Kelurahan Bubulak Kota Bogor.

i- Lix + 59 halaman, V BAB, 5 tabel, 9 gambar, 9 lampiran

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang.** Rheumatoid Arthritis (RA) adalah penyakit radang kronis autoimun atau kerusakan sendi dimana sistem kekebalan tubuh menyerang lapisan membran sinovial, menyebabkan peradangan, pembengkakan dan efek buruk pada tulang rawan dan sendi. RA juga dapat menyebabkan pola tidur yang terganggu karena ujung tulang yang membentuk sendi bergesekan menyebabkan peradangan yang menyebabkan nyeri sendi. Ada berbagai pengobatan terapi non-farmakologi untuk gangguan pola tidur seperti terapi hipnosis, pijat refleksi, akupunktur, *foot massage* dan berendam air hangat. **Tujuan Studi Kasus.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerapan terapi *foot massage* dapat menurunkan insomnia pada lansia dengan RA di RT 03/RW 07 Kelurahan Bubulak, Kota Bogor. **Metode.** Metode yang digunakan adalah desain studi kasus dengan pengambilan sampel yang dilakukan secara *non-probability* dengan teknik *purposive sampling* melalui skrining pada lansia menggunakan *Insomnia Severity Index* (ISI) sebanyak 5 responden yang memenuhi kriteria sampel. **Hasil penelitian.** Hasil penelitian sebelum dilakukan intervensi, responden yang mengalami insomnia dengan rentang skor 14 -17 (ringan-sedang), setelah dilakukan intervensi selama 6 kali dalam 2 pekan, menunjukkan penurunan skor tingkat insomnia dari kelima responden 8-10 poin. **Kesimpulan.** Penerapan terapi *foot massage* menunjukkan cukup efektif untuk menurunkan tingkat insomnia pada lansia dengan penyakit rheumatoid arthritis dengan tingkat insomnia ringan- sedang menjadi tidak insomnia pada responden. **Rekomendasi.** Penerapan *foot massage* dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi terapi komplementer untuk menurunkan insomnia dengan rheumatoid arthritis khususnya dan masyarakat pada umumnya.

**Kata Kunci :** *Foot Massage*, Insomnia, Rheumatoid Arthritis

**Daftar Pustaka :** 31 sumber (2017-2023)