

**PENGARUH PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP KUALITAS
TIDUR ANAK USIA 2-4 TAHUN SAAT MENJALANKAN
HOSPITALISASI DI RSUD dr. HARYOTO LUMAJANG**

SKRIPSI



**Oleh:
Aida Rosdiana Susanti
NIM. 24102299**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr.SOEABANDI
JEMBER
2026**

LEMBAR PENGESAHAN

Laporan Skripsi Tugas Akhir yang berjudul “Pengaruh Pijat Refleksi Kaki Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia 2-4 Tahun Yang Menjalankan Hospitalisasi di RSUD dr.Haryoto Lumajang” telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Aida Rosdiana Susanti
NIM : 24102299
Hari/Tanggal : Kamis, 30 Juli 2026
Program Studi : Ilmu Keperawatann Fakultas Kesehatan
Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji,
Penguji I



Ainul Hidayati, S.Kep., Ns., M.KM
NIDN. 0431128105

Penguji II



Umi Sukowati, S.Kep. Ners, SH.M.Kep.Sp.Mat
NIDK. 8894401019

Penguji III



Lailil Fatkuriyah, S.Kep., Ns., MSN
NIDN. 073118802

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi Jember



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIDN. 0719128902

**PENGARUH PIJAT REFLEKSI KAKI TERHADAP KUALITAS TIDUR
ANAK USIA 2-4 TAHUN SAAT MENJALANKAN HOSPITALISASI DI
RSUD dr. HARYOTO LUMAJANG**

*The Effect of Foot Reflexology Massage on Sleep Quality Among Children Aged
2–4 Years During Hospitalization at dr. Haryoto Regional General Hospital,
Lumajang*

¹ Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

Email:

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak:

Latar Belakang: Rawat inap pada anak usia prasekolah kerap memicu gangguan tidur karena adanya perubahan suasana, tindakan medis berulang, rasa cemas, dan ketidaknyamanan selama perawatan. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur adalah pijat refleksi kaki karena mampu memberikan efek relaksasi dan meningkatkan kenyamanan pasien. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Penelitian dilakukan di Ruang Bougenville RSUD dr. Haryoto Lumajang dengan melibatkan 72 anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi, menggunakan teknik total sampling. Kualitas tidur diukur sebelum dan sesudah pemberian pijat refleksi kaki selama 15–20 menit menggunakan lembar observasi kualitas tidur selama 3 hari. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. **Hasil:** Sebelum intervensi, mayoritas dari 60 responden (83,3%) mengalami kualitas tidur buruk dan 12 responden (16,7%) memiliki kualitas tidur baik. Setelah intervensi pijat refleksi kaki, terjadi peningkatan kualitas tidur, yaitu 66 responden (91,7%) memiliki kualitas tidur baik dan hanya 6 responden (8,3%) yang masih mengalami kualitas tidur buruk. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan pemberian pijat refleksi kaki terhadap peningkatan kualitas tidur anak selama hospitalisasi. **Kesimpulan:** Pijat refleksi kaki terbukti efektif meningkatkan kualitas tidur anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi. Intervensi ini dapat direkomendasikan sebagai terapi nonfarmakologis dalam praktik keperawatan untuk meningkatkan kenyamanan, memperbaiki kualitas tidur, dan mendukung proses penyembuhan pasien anak selama menjalani perawatan di rumah sakit.

Kata kunci: hospitalisasi, kualitas tidur, pijat refleksi kaki, anak prasekolah,

Abstact:

Background: Hospitalization in preschool children often leads to poor sleep quality due to environmental changes, medical procedures, anxiety, and discomfort experienced during treatment. Prolonged sleep disturbances may delay the healing process and negatively affect children's physical and psychological well-being. One non-pharmacological intervention that can be used to improve sleep quality is foot reflexology massage, as it promotes relaxation and enhances patient comfort.

Methods:

This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The research was conducted in the Bougenville Ward of dr. Haryoto Regional Hospital, Lumajang, involving 72 hospitalized preschool children selected using a total sampling technique. Sleep quality was assessed before and after the administration of foot reflexology massage for 15–20 minutes using a sleep quality observation checklist. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses, with the Wilcoxon Signed Rank Test at a significance level of $\alpha = 0.05$. **Results:** Before the intervention, 60 respondents (83.3%) had poor sleep quality, while 12 respondents (16.7%) had good sleep quality. After receiving foot reflexology massage, sleep quality improved markedly, with 66 respondents (91.7%) demonstrating good sleep quality and only 6 respondents (8.3%) remaining in the poor sleep quality category. The Wilcoxon Signed Rank Test yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a statistically significant effect of foot reflexology massage on improving sleep quality among hospitalized children. **Conclusion:** Foot reflexology massage is effective in improving sleep quality among hospitalized preschool children. This intervention can be recommended as a complementary non-pharmacological nursing therapy to enhance comfort, improve sleep quality, and support the recovery process of pediatric patients during hospitalization.

Keywords: hospitalization, sleep quality, foot reflexology massage, preschool children,