

Pengaruh Pemberian Kombinasi Aromaterapi Lavender Dan Penggunaan Earplug Terhadap Kualitas Tidur Pasien Kritis

Ratna Pertiwi, Nunung Nurhayati

Email : nunky_adzra@yahoo.com

Abstrak

Latar Belakang: Sebagian besar pasien kritis memiliki gejala yang lebih parah dan risiko kematian yang lebih tinggi, hal ini mampu mempengaruhi kualitas tidur. Untuk meningkatkan kualitas tidur dapat dilakukan terapi non-farmakologi kombinasi aromaterapi lavender dan *earplug*. Aromaterapi merupakan kombinasi aroma, perawatan dan terapi yang menggunakan minyak aromaterapi untuk merelaksasi tubuh, pikiran dan jiwa. *Earplug* merupakan metode untuk meningkatkan kualitas tidur pasien rawat inap. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh kombinasi aromaterapi lavender dan penggunaan *earplug* terhadap kualitas tidur pada pasien kritis. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain *Quasy Experiment* dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest desing*. Jumlah responden sebanyak 11 orang. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah berusia 18-65 tahun, pasien yang telah dirawat lebih dari 2 hari, tidak ada gangguan penciuman dan pendengaran dan tidak terpasang ventilator. Instrumen yang digunakan adalah *The Richards-Campbell Sleep Questionnaire* (RCSQ). Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan uji *Paired Sample t-Test*. **Hasil:** Pada penelitian ini didapatkan gambaran kualitas tidur pasien kritis menunjukkan adanya peningkatan. Terdapat perbedaan tingkat kualitas tidur sebelum dan setelah dilakukan intervensi aromaterai lavender dan penggunaan *earplug* pada kelompok intervensi dengan nilai *p-value* 0.001 ($p < 0.05$). **Kesimpulan:** Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa intervensi pemberian aromaterapi lavender dan penggunaan *earplug* memiliki pengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur pada pasien kritis. Selain itu, terapi pemberian aromaterapi lavender dan penggunaan *earplug* dapat disosialisasikan sebagai intervensi keperawatan kritis secara mandiri oleh perawat.

Kata Kunci: Aromaterapi; *Earplug*; Kualitas Tidur; Pasien Kritis.