

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN PPNI JAWA BARAT

Penatalaksanaan Pemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur
Pada Pasien Dengan Gangguan Tidur

Mohammad iqbal Assyidiq
2022

ABSTRAK

Latar belakang : Kualitas tidur adalah sebagai suatu keadaan, di mana tidur yang dijalani seorang individu menghasilkan kebugaran dan kesegaran pada saat terbangun. Untuk mengatasi gangguan kualitas tidur bisa dilakukan terapi non farmakologi yaitu pemberian aroma terapi lavender. **Tujuan :** Mengetahui gambaran penatalaksanaan pemberian aroma terapi lavender bagi pasien gangguan kualitas tidur. **Metode :** Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan dijelaskan penatalaksanaan pemberian aroma terapi lavender. Disini intervensi dilakukan kepada Tn.A dengan pengumpulan data menggunakan instrumen kuesioner PSQI. **Hasil :** adanya penurunan nilai gangguan dari angka 15 skor ke angka 8 skor, tetapi masih diatas angka 5 skor yang merupakan indikator kualitas tidur yang baik. **Kesimpulan :** Intervensi pemberian aroma terapi lavender bagi pasien gangguan kualitas tidur dapat meningkatkan kualitas tidur. **saran :** pemberian aroma terapi lavender menggunakan standar yang ditentukan.

Kata Kunci : Aroma terapi lavender, gangguan kualitas tidur

Pebimbing : Ns Diwa Agus Sudrajat, M.Kep.,