

BAB III HASIL

A. Hasil Pencarian Literatur

Berdasarkan hasil kajian dan penelusuran artikel penelitian mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan insomnia pada lansia, maka diperoleh 10 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang dituangkan ke dalam tabel. Kesepuluh artikel tersebut dianalisis dengan menggunakan kaidah *Validity*, *Importancy*, dan *Applicability* (VIA). Berikut ini adalah analisis artikel melalui kaidah VIA.

Tabel 3. 1 Kaidah VIA

JURNAL	VALIDITY	IMPORTANCY	APPLICABILITY
Judul: Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lanjut Usia Di Panti Werdha Guna Budi Bhakti Medan	V1: Jurnal ini menggunakan sampel penelitian lansia sebanyak 15 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara <i>purposive sampling</i> . Kesimpulan: Penelitian ini tidak menjelaskan kriteria inklusi dan eksklusi. Metode pengambilan data bersifat non	Aromaterapi lavender bagian dari ilmu herbal yang dapat membantu dalam menurunkan insomnia karena khasiat psikologi yang dapat menenangkan serta	Artikel penelitian menjelaskan kelebihan dan manfaat dari pengaruh aromaterapi lavender sehingga dapat diterapkan sebagai pengembangan intervensi

<p>Penulis: Hartika Samgryce Siagian Tahun: 2018</p>	<p>random dengan jumlah sampel hanya kelompok perlakuan.</p> <p>V2: Pada penelitian ini menggunakan desain observasional, dengan cara pendekatan <i>one group pretest-posttest</i>. Rancangan ini dimaksudkan untuk mengutarakan pengaruh sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek, kelompok subjek diobservasi sebelum inervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi.</p> <p>Pengujian sebab akibat dilakukan dengan cara membandingkan hasil pra-test dengan post-test. Dalam rancangan ini, kelompok sampel hanya terdiri dalam satu kelompok perlakuan yang kemudian diberikan pratest menggunakan kuisioner KSPBJ-IRS perlakuan (pemberian aromaterapi lavender selama 14 hari berturut-turut) dilakukan posttest dengan kuisioner yang sama. Sebelum</p>	<p>berfungsi dalam mencairkan rasa marah yang tersimpan, ketidaksabaran, menenangkan emosi yang tidak stabil, meringankan stress, menenangkan jiwa, mengurangi rasa ketagihan, mengatasi kepanikan, memberikan rasa aman dan kenyamanan. Penelitian ini memiliki kontribusi terhadap perkembangan ilmu keperawatan khususnya dalam meningkatkan asuhan keperawatan pada lansia.</p>	<p>karena dengan pemberian aromaterapi lavender dapat membantu lansia tidur sesuai dengan kebutuhannya.</p>
--	--	---	---

	<p>mengisi instrumen, responden diminta kesediaanya dan diberi inform consent. Dalam penelitian ini menggunakan kuisioner kepada Kelompok Studi Psikiatri Biologic Jakarta-Insomnia Rating Scale (KSPBJ-IRS). KSPBJ-IRS digunakan untuk mengukur tingkat insomnia lanjut usia.</p> <p>Kesimpulan: Prosedur dijelaskan secara detail sehingga pembaca mudah dalam mengimplementasikannya.</p> <p>V3: Pemilihan sampel pada penelitian ini berdasarkan kriteria inklusi, namun pada penelitian ini kriteria inklusi tidak dipaparkan.</p> <p>Kesimpulan: Pemilihan sampel tidak homogen, sehingga pengontrol variable perancu kurang diperhatikan.</p>		
--	--	--	--

	<p>V4:</p> <p>Analisa data dalam penelitian ini diawali dengan menggunakan uji frekuensi untuk data univariat. Sedangkan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap insomnia pada lanjut usia di Panti Werdha Guna Budi Bhakti Medan, digunakan uji statistic <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Tingkat insomnia responden sebelum diberi aromaterapi lavender mayoritas menderita insomnia sedang yaitu sebanyak 14 orang (93,33%) dan minoritas menderita insomnia berat sebanyak 1 orang (6,67%).2. Tingkat insomnia responden setelah diberi aromaterapi lavender mayoritas mengalami insomnia ringan sebanyak 13 orang (86,67%), sedangkan minoritas responden mengalami insomnia sedang sebanyak 2 orang (13,33%).3. Perbedaan tingkat insomnia pada lanjut usia sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi		
--	--	--	--

	<p>lavender diperoleh nilai probabilitas p $0,000 < 0,005$ yang berarti terdapat pengaruh aromaterapi terhadap penurunan tingkat insomnia pada lanjut usia.</p> <p>Kesimpulan: Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat sebagai <i>baseline</i> data dan bivariat.</p> <p>V5: Pembahasan menyebutkan kesamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya namun tidak membahas tentang hasil penelitian. Jumlah sampel yang banyak dan tidak menggunakan kelompok control sehingga kesimpulan tidak dapat digeneralisasi.</p> <p>Kesimpulan: Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i>, dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.</p>		
--	---	--	--

<p>Judul: Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Wisma Cinta Kasih</p> <p>Penulis: Dian Sari, Devid Leonard</p> <p>Tahun: 2018</p>	<p>V1: Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia usia <i>elderly</i> dan <i>old</i> (60-90 tahun) di wisma cinta kasih padang sebanyak 40 lansia dan sampel sebanyak 30 lansia dengan inklusi :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lansia yang mengalami insomnia di wisma cinta kasih padang, dan 2. Lansia yang tidak mengalami masalah pada indera penciuman <p>Kesimpulan: Penelitian ini menjelaskan ketetapan subjek dan juga kriteria inklusi dengan baik namun tidak dijelaskan kriteria <i>drop out sample</i>. Metode pengambilan sampel bersifat non random dengan jumlah sampel hanya kelompok perlakuan.</p> <p>V2: Prosedur yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain <i>Quasy Eksperimen</i> (eksperimen semu)</p>	<p>Aromaterapi lavender yang merupakan bagian dari terapi relaksasi yang digunakan untuk mengatasi gangguan kualitas tidur. Penelitian ini memiliki kontribusi terhadap perkembangan ilmu keperawatan khususnya dalam meningkatkan asuhan keperawatan pada lansia.</p>	<p>Artikel penelitian menjelaskan kelebihan dari aromaterapi lavender yang mempunyai kandungan <i>linalool asetat</i> yang mampu mengendorkan dan melemaskan system kerja urat-urat saraf dan otot-otot yang tegang dan manfaat dari pengaruh aromaterapi lavender dapat diterapkan sebagai pengembangan intervensi keperawatan.</p>
---	--	--	--

	<p>dengan menggunakan rancangan <i>one group pretest-posttest</i>.</p> <p>Prosedur dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik inhalasi uap yaitu dengan cara menambahkan minyak aromaterapi lavender 5-6 tetes kedalam mangkok yang berisi air mendidih ± 5 cc, kemudian di letakkan dekat lansia yang akan tidur selama 30 menit sehingga aromanya akan dihirup oleh lansia yang mengalami gangguan tidur (insomnia)</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur penelitian dijelaskan secara detail sehingga pembaca mudah dalam mengimplemantasikannya.</p> <p>V3:</p> <p>Pemilihan sampel pada penelitian ini berdasarkan kriteria inklusi yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Lansia yang mengalami insomnia di wisma cinta kasih padang, dan		
--	---	--	--

	<p>2. Lansia yang tidak mengalami masalah pada indera penciuman</p> <p>Kesimpulan: Pemilihan sampel tidak homogen, sehingga pengontrol variabel perancu kurang diperhatikan.</p> <p>V4: Analisa data yang digunakan ialah analisis bivariat dan univariat, analisa bivariat bertujuan untuk membuktikan hipotesis penelitian dengan mengidentifikasi pengaruh aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur lansia pada kelompok intervensi dengan menggunakan analisis <i>Paired T-test</i>.</p> <p>1. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 30 (100%) responden mengalami kualitas tidur buruk sebelum diberikan aromaerapi lavender. Karakteristik responden yang berdasarkan hasil tertinggi berjenis kelamin perempuan dengan</p>		
--	--	--	--

	<p>jumlah 21 orang (73,3%) dan dalam batasan lanjut usia (60-75 Tahun) yaitu sebanyak 19 orang (63,3%).</p> <ol style="list-style-type: none">2. Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan aromaterapi lavender pada lansia, didapatkan yang mengalami kualitas tidur baik sebanyak 12 (40%) responden, sedangkan yang mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 18 (60%) responden.3. Perbedaan sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender didapatkan adanya peningkatan pada kualitas tidur dengan hasil uji <i>Paired T-test</i> dengan nilai $p=0,000$ maka $p \leq 0,05$ yang artinya secara signifikan menunjukkan hipotesa diterima dan terdapat perubahan yang bermakna terhadap penurunan kualitas tidur buruk pada lansia yang telah diberikan aromaterapi lavender selama 7 hari berturut-turut.		
--	---	--	--

	<p>Kesimpulan: Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat sebagai <i>baseline</i> data dan bivariat.</p> <p>V5: Pembahasan menyebutkan kesamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya namun tidak membahas tentang hasil penelitian.</p> <p>Jumlah sampel yang banyak dan tidak menggunakan kelompok control sehingga kesimpulan tidak dapat digeneralisasi.</p> <p>Kesimpulan: Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i>, dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.</p>		
--	---	--	--

<p>Judul: Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Desa Koto Tuo Wilayah Kerja Puskesmas 2 XIII Koto Kampar</p> <p>Penulis: Elvida Junita, Gusman Virgo, Ade Dita Putri</p> <p>Tahun: 2020</p>	<p>V1: Jurnal ini menggunakan sampel penelitian lansia sebanyak 24 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian menggunakan rumus <i>Slovin</i>. Data di analisis dengan cara <i>Paired Sample T-test</i>.</p> <p>Kesimpulan: Penelitian ini tidak menjelaskan kriteria inklusi dan eksklusi. Metode pengambilan data bersifat non random dengan jumlah sampel hanya kelompok perlakuan.</p> <p>V2: Pada penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kuantitatif melalui pendekatan <i>Quasy Experiment</i> dengan <i>One Group Pretest-Posttest</i>. Populasinya yaitu seluruh lansia di Desa Koto Tuo Wilayah Kerja Puskesmas 2 XIII Koto Kampar yang usianya ≥ 60 tahun.</p>	<p>Aromaterapi lavender dapat membantu dalam memenuhi kebutuhan tidur pada lansia baik secara kuantitas maupun kualitasnya. Penelitian ini memiliki kontribusi terhadap perkembangan ilmu keperawatan khususnya dalam meningkatkan asuhan keperawatan pada lansia.</p>	<p>Artikel penelitian menjelaskan manfaat dari pengaruh aromaterapi lavender yang dapat menghilangkan sakit kepala, premenstrual sindrom, stress, ketegangan, kejang otot dan regulasi jantung sehingga dapat diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan dan pengembangan intervensi keperawatan.</p>
--	--	--	--

	<p>Pelaksanaan pemberian aromaterapi lavender yaitu kepada subjek penelitian sebelum tidur dan diberikan setiap hari selama 7 hari.</p> <p>Kesimpulan: Prosedur penelitian tidak dijelaskan secara menyeluruh. Tidak dijelaskan siapa yang memberi intervensi.</p> <p>V3: Pemilihan sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang berusia 60 tahun ke atas sesuai dengan kriteria inklusi dari penelitian.</p> <p>Kesimpulan: Pengontrol variabel perancu cukup baik dilihat dari hasil homogenitas sampel dalam penelitian.</p> <p>V4: Teknik Analisa data menggunakan uji statistik t-test.</p>		
--	--	--	--

	<ol style="list-style-type: none">1. Hasil penelitian sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah mean 48,50 dengan standar deviasi 7,746 sedangkan penurunan insomnia setelah diberikan aromaterapi lavender menunjukkan rata-rata mean 43,29 dengan standar deviasi 7,737.2. Hasil penelitian setelah diberikan aromaterapi lavender pada sebagian besar responden yaitu sebanyak 15 orang atau sekitar 80% dan responden yang mengalami pengaruh setelah pemberian aromaterapi lavender yaitu sebanyak 9 orang atau sekitar 30%.3. Perbedaan rata-rata nilai mean sebelum pemberian aromaterapi lavender sebesar 48.29 dan setelah diberikan aromaterapi lavender sebesar 43.29. berdasarkan uji <i>T-test</i> diperoleh nilai <i>p-value</i> 0,01 ($p < 0,005$) artinya secara statistik ada perbedaan yang signifikan mengenai penurunan insomnia pada lansia		
--	--	--	--

	<p>antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender.</p> <p>Kesimpulan: Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat sebagai <i>baseline</i> data dan bivariat.</p> <p>V5: Pembahasan menyebutkan kesamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya namun tidak membahas tentang hasil penelitian. Jumlah sampel yang banyak dan tidak menggunakan kelompok control sehingga kesimpulan tidak dapat digeneralisasi.</p> <p>Kesimpulan: Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i>, dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.</p>		
--	--	--	--

<p>Judul: Pemberian Aromaterapi Lavender (Lavandula Angustifolia) Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Lansia</p> <p>Penulis: Ni Made Maharianingsih, Anak Agung Sagung Istri Iryaningrat, Dhianciantyan Windidaca Brata Putri</p> <p>Tahun: 2020</p>	<p>V1: Jurnal ini menggunakan sampel penelitian lansia sebanyak 42 responden. Subjek dipilih dengan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i>. Seluruh subjek dalam penelitian ini telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusinya yaitu lansia yang berusia ≥ 60 tahun dan bersedia dijadikan subjek penelitian, lansia yang bersedia diberikan intervensi berupa aromaterapi lavender, lansia yang mengalami penurunan kualitas tidur (dilihat berdasarkan kuisioner PSQI), serta tidak mengkonsumsi obat tidur. Sedangkan kriteria eksklusinya yaitu lansia yang alergi dan tidak menyukai terhadap wangi dari aromaterapi lavender.</p> <p>Kesimpulan: Penelitian ini menjelaskan mengenai ketepatan subjek dan juga kriteria inklusi dan eksklusi dengan baik, namun tidak dijelaskan kriteria <i>drop out sampel</i>.</p>	<p>Aromaterapi lavender merupakan aromaterapi yang dapat memberikan efek sedatif dan <i>anxiolytic</i> yang dapat memberikan efek relaksasi pada seseorang sehingga dapat mengatasi gangguan insomnia. Penelitian ini memiliki kontribusi terhadap perkembangan ilmu keperawatan khususnya dalam meningkatkan asuhan keperawatan pada lansia.</p>	<p>Artikel penelitian menjelaskan kelebihan dan dari pengaruh aromaterapi lavender yang mempunyai kandungan linalool sebagai obat sedative yang dapat merileksasikan sehingga dapat diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan dan pengembangan intervensi keperawatan.</p>
--	---	---	--

	<p>Metode pengambilan sampel bersifat non random, dengan jumlah sampel hanya kelompok perlakuan.</p> <p>V2:</p> <p>Pada penelitian ini termasuk dalam penelitian <i>pre-ekspremental</i> dengan menggunakan metode <i>one group pretest-posttest design</i>.</p> <p>Cara menilai kualitas tidur yaitu dengan kuisioner PSQI (<i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>) yang telah lulus uji validitas dan reabilitas. Kuisioner PSQI terdiri dari pertanyaan tidur subjektif, pemakaian obat tidur, latensi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, durasi tidur, disfungsi pada siang hari. Pemberian intervensi aromaterapi selama 7 hari dengan dosis 5-6 tetes secara inhalasi melalui penetesan pada mangkok yang berisi air mendidih sebelum tidur malam. Derajat pada kualitas tidur diukur sebelum dan setelah pemberian aromaterapi</p>		
--	---	--	--

	<p>lavender dengan kriteria yaitu kualitas tidur baik (0-5) dan kualitas tidur buruk (6-21).</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur penelitian dijelaskan secara detail sehingga pembaca mudah dalam mengimplemantasikannya.</p> <p>V3:</p> <p>Pemilihan sampel dalam penelitian ini sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusinya adalah lansia yang berusia ≥ 60 tahun dan bersedia dijadikan subjek penelitian, lansia yang bersedia diberikan intervensi berupa aromaterapi lavender ,lansia yang mengalami penurunan kualitas tidur (dilihat berdasarkan kuisoner PSQI), serta tidak mengkonsumsi obat tidur. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah lansia yang alergi dan tidak menyukai terhadap aromaterapi lavender.</p>		
--	---	--	--

	<p>Kesimpulan:</p> <p>Pemilihan sampel tidak homogen, sehingga pengontrol variabel perancu kurang diperhatikan.</p> <p>V4:</p> <p>Teknik analisis yang digunakan yaitu dengan metode statistik non-parametrik menggunakan uji <i>Wilcoxon</i>.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Nilai rata-rata pada kualitas tidur sebelum menggunakan aromaterapi lavender adalah sebesar $14,381 \pm 1,860$.2. Nilai rata-rata pada kualitas tidur setelah menggunakan aromaterapi lavender adalah sebesar $1,381 \pm 1,899$.3. Selisih rata-rata (mean) dari <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> didapatkan nilai sebesar 13,00 sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian aromaterapi lavender terjadi penurunan pada skor PSQI yang menandakan adanya		
--	--	--	--

	<p>peningkatan pada kualitas tidur. Berdasarkan hasil uji t dihasilkan nilai -5,657 dengan nilai probabilitas $< (0,005)$, sehingga dinyatakan bahwa nilai rata-rata kualitas tidur sebelum dan sesudah penggunaan aromaerapi lavenderada pengaruh terhadap penurunan insomnia pada lanjut usia.</p> <p>Kesimpulan: Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat sebagai <i>baseline</i> data dan bivariat.</p> <p>V5: Pembahasan menyebutkan kesamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya namun tidak membahas tentang hasil penelitian. Jumlah sampel yang banyak dan tidak menggunakan kelompok kontrol sehingga kesimpulan tidak dapat digeneralisasi.</p>		
--	--	--	--

	<p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i>, dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.</p>		
<p>Judul: Pengaruh Aroma Terapi Lavender (Lavandula Angustifolia) Terhadap Insomnia Pada Lansia Banjar Tangtu Puskesmas Ii Denpasar Timur</p> <p>Penulis: I Gusti Ayu Diah Sasmitha Dewi, I</p>	<p>V1: Jurnal ini menggunakan sampel penelitian yang ditentukan berdasarkan kriteria inklusi. Jumlah sampel sebanyak 22 orang sampel, dengan 11 orang sampel sebagai kelompok perlakuan dan 11 orang sampel sebagai kelompok kontrol, teknik sampling yang digunakan yaitu "<i>Purposive sampling</i>" Variabel independen dalam penelitian ini aromaterapi lavender (<i>lavandula angustifolia</i>). Variabel dependennya yaitu tingkat insomnia pada lansia.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Penelitian ini terdapat kriteria inklusi dan eksklusi namun tidak dipaparkan secara menyeluruh. Metode pengambilan data bersifat non random dengan</p>	<p>Aroma lavender (<i>Lavandula angustifolia</i>) memiliki efek sedatif sehingga mampu membantu merilekskan tubuh dan dapat membantu memudahkan kita untuk tidur setelah menghirupnya beberapa saat. Penelitian ini memiliki kontribusi terhadap perkembangan ilmu keperawatan khususnya dalam</p>	<p>Artikel penelitian menjelaskan kelebihan dan manfaat dari pengaruh aromaterapi lavender sehingga dapat diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan dan pengembangan intervensi keperawatan.</p>

<p>Nyoman Asdiwinata, I Made Arisusana</p> <p>Tahun: 2018</p>	<p>jumlah sampel hanya kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.</p> <p>V2: Pada penelitian ini menggunakan <i>Quasi Experiment</i> yang bertujuan untuk mengetahui hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol disamping. Penelitian ini menggunakan rancangan <i>pre-post test with control group design</i>.</p> <p>Kesimpulan: Prosedur penelitian tidak dijelaskan secara detail.</p> <p>V3: Pemilihan sampel pada penelitian ini berdasarkan kriteria inklusi, namun kriteria inklusi tidak dipaparkan.</p> <p>Kesimpulan: Pemilihan sampel tidak homogen, sehingga pengontrol variabel perancu kurang diperhatikan.</p>	<p>meningkatkan asuhan keperawatan pada lansia.</p>	
---	---	---	--

	<p>V4:</p> <p>Hasil analisa data disajikan menggunakan uji“<i>Paired t-test</i> dan <i>independent t-test</i>”</p> <ol style="list-style-type: none">1. Rata-rata skor tingkat insomnia lansia pada kelompok perlakuan sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 13,73 termasuk pada kategori tinggi dengan nilai minimum 11 dan maximum 18. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini dengan rata-rata skor tingkat insomnia <i>pre-test</i> adalah diantara 12.13 sampai dengan 15.32. sedangkan rata-rata skor tingkat insomnia lansia pada kelompok kontrol <i>pre-test</i> adalah 13.45 termasuk kategori tinggi dengan nilai minimum 8 dan maximum 20. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini dan rata-rata skor tingkat insomnia <i>pre-test</i> adalah diantara 10.97 sampai dengan 15.94.		
--	---	--	--

	<p>2. Rata-rata skor tingkat insomnia lansia pada kelompok perlakuan setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 6,36 termasuk kategori rendah dengan nilai minimum 4 dan maximum 9. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini dengan rata-rata skor tingkat insomnia pre test diantara 5,35 sampai dengan 7,37. Sedangkan rata-rata skor tingkat insomnia lansia pada kelompok control <i>post-test</i> adalah 6,91 termasuk kategori rendah dengan nilai minimum 4 dan maksimum 10.</p> <p>3. Perbedaan hasil analisis tingkat insomnia berdasarkan hasil uji Independen <i>T-test</i> didapatkan rata-rata skor tingkat insomnia kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebesar 0,545 dan nilai <i>p value</i> = 0,443 < 0,05 menunjukkan ada perbedaan tingkat insomnia pada lansia kelompok perlakuan yang diberikan aromaterapi lavender (<i>lavandula angustifolia</i>)</p>		
--	--	--	--

	<p>dengan spray dan kelompok kontrol yang diberikan aroma terapi lavender (<i>lavandula angustifolia</i>) dengan lilin.</p> <p>Kesimpulan: Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat sebagai <i>baseline</i> data dan bivariat.</p> <p>V5: Pembahasan menyebutkan kesamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya namun tidak membahas tentang hasil penelitian. Jumlah sampel yang banyak dan tidak menggunakan kelompok kontrol sehingga kesimpulan tidak dapat digeneralisasi.</p> <p>Kesimpulan: Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i>, dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.</p>		
--	--	--	--

<p>Judul: Insomnia Levels In Elderly At Griya Santo Yosef And Panti Surya Before And After The Lavender Aromatherapy Treatment</p> <p>Penulis: Sagung P Maharani, Wiyono Hadi, Prettysun A Mellow.</p> <p>Tahun: 2020</p>	<p>V1: Jurnal penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 42 responden dengan teknik <i>consecutive sampling</i> yaitu melalui pengambilan sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak dimasukkan dalam kriteria eksklusi sampai jumlah sampel minimum terpenuhi.</p> <p>Kesimpulan: Penelitian ini menjelaskan mengenai ketepatan subjek dan juga kriteria inklusi dan eksklusi dengan baik, namun tidak dijelaskan kriteria drop out sampel.</p> <p>Metode pengambilan sampel bersifat non random, dengan jumlah sampel kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.</p> <p>V2: Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian <i>Quasy Experiment</i> (eksperimen semu) oleh kelompok perlakuan dan kontrol. Kelompok</p>	<p>Penggunaan aromaterapi lavender dapat memberikan efek relaksasi. Kandungan utama aromaterapi bunga lavender berfungsi sebagai efek sedative dalam mengurangi risiko insomnia yaitu linalool. Penelitian ini memiliki kontribusi terhadap perkembangan ilmu keperawatan khususnya dalam meningkatkan asuhan keperawatan pada lansia.</p>	<p>Artikel penelitian menjelaskan kelebihan dan manfaat dari pengaruh aromaterapi lavender sehingga dapat diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan dan pengembangan intervensi keperawatan.</p>
---	---	--	--

	<p>perlakuan diberikan aromaterapi lavender sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan aromaterapi melainkan dengan pemberian plasebo. Desain penelitian ini melalui pendekatan <i>pre-test</i> dan <i>post-test control group design</i>. Pengumpulan data dilakukan dengan cara pengukuran sebelum diberikan aromaterapi lavender dan setelah diberikan aromaterapi lavender.</p> <p>Kesimpulan: Prosedur penelitian tidak dijelaskan secara detail.</p> <p>V3: Pemilihan sampel ditentukan dengan kriteria inklusi dan tidak dimasukkan dalam kriteria eksklusi sampai jumlah sampel minimum terpenuhi. Kriteria inklusi yang ditetapkan penulis dalam penelitian ini adalah lansia berusia 60-85 tahun, mengalami insomnia, bersedia, mampu berkomunikasi dengan baik (mampu berbicara</p>		
--	---	--	--

	<p>lancar dan menjawab pertanyaan), seperti aromaterapi lavender yang diberikan, dan mampu mengikuti program pemberian aromaterapi lavender selama 1 minggu. Kriteria eksklusi adalah lansia yang mengalami insomnia tetapi tidak bersedia menjadi responden dan tidak menyukai aromaterapi lavender, lansia yang mengalami gangguan pernafasan atau memiliki riwayat penyakit pernafasan serta lansia yang mengkonsumsi obat tidur atau obat-obatan yang menyebabkan efek sedatif.</p> <p>Kesimpulan: Pemilihan sampel tidak homogen, sehingga pengontrol variabel perancu kurang diperhatikan.</p> <p>V4: Hasil analisis data disajikan menggunakan <i>uji Chi-Square test</i> dengan nilai rata-rata sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah sebesar 1.0000.</p>		
--	--	--	--

	<p>selanjutnya, nilai rata-rata responden setelah menggunakan aromaterapi lavender adalah sebesar 0,000. Maka dapat disimpulkan hasil dari sebelum dan setelah pemberian aromaterapi di dapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,005$ yang menunjukkan hasil yang signifikan dan berpengaruh terhadap penurunan insomnia.</p> <p>Kesimpulan: Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat sebagai <i>baseline</i> data dan bivariat.</p> <p>V5: Pembahasan menyebutkan kesamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya namun tidak membahas tentang hasil penelitian. Jumlah sampel yang banyak dan tidak menggunakan kelompok kontrol sehingga kesimpulan tidak dapat digeneralisasi.</p> <p>Kesimpulan:</p>		
--	---	--	--

	Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i> , dan <i>eksternal validity</i> , namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.		
<p>Judul: The Effect of Lavender Therapeutic Scent Toward Sleep Quality for Elderly at Nursing Home</p> <p>Penulis: Zuriati , Melti Surya</p> <p>Tahun: 2018</p>	<p>V1: Jurnal dalam penelitian ini adalah seluruh pasien di PTSW Kasih Sayang Ibu Batu Sangkar; Teknik pengambilan sampel pada penelitian menggunakan <i>accidental sampling</i> dengan partisipan 30 responden.</p> <p>Kesimpulan: Penelitian ini tidak terdapat kriteria inklusi dan eksklus. Metode pengambilan data bersifat non random dengan jumlah sampel hanya kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.</p> <p>V2:</p>	<p>Aromaterapi lavender dapat memberikan ketenangan pikiran dan kenyamanan dalam tidur serta ketenangan bagi lansia sehingga dapat memiliki kualitas tidur yang baik. Penelitian ini memiliki kontribusi terhadap perkembangan ilmu keperawatan khususnya dalam meningkatkan asuhan keperawatan pada lansia.</p>	<p>Artikel penelitian menjelaskan kelebihan dan manfaat dari pengaruh aromaterapi lavender sehingga dapat diterapkan sebagai bagian dari asuhan keperawatan dan pengembangan intervensi keperawatan.</p>

	<p>Pada penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain eksperimen semu. Penulis melakukan <i>pretest</i> dan <i>post test</i> setelah perlakuan kepada responden. Penelitian ini dilakukan di PTSW Kasih Sayang Ibu Batu Sangkar</p> <p>Kesimpulan: Prosedur penelitian tidak dijelaskan secara detail.</p> <p>V3: Pemilihan sampel pada penelitian ini berdasarkan kriteria inklusi, namun pada penelitian ini kriteria inklusi dan eksklusi tidak dipaparkan.</p> <p>Kesimpulan: Pemilihan sampel tidak homogen, sehingga pengontrol variabel perancu kurang diperhatikan.</p> <p>V4: Hasil Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji parametrik yaitu berdasarkan</p>		
--	--	--	--

	<p>hasil penelitian yang diketahui bahwa terdapat peningkatan kualitas tidur lansia sebelum dan sesudah aplikasi pewangi terapi lavender. Skor rata-rata kualitas tidur pada <i>pre-test</i> adalah 15,23, sedangkan untuk kualitas tidur rata-rata <i>posttest</i> adalah 5,54. Nilai uji-t 0,000 dengan $p \leq 0,05$ yang berarti hipotesis diterima secara signifikan dan terdapat peningkatan pada kualitas tidur lansia yang bermakna setelah pemberian aroma terapi lavender selama 7 hari berturut-turut. Pada kelompok kontrol tidak ditemukan adanya peningkatan kualitas tidur lansia yang bermakna sebelum dan sesudah aplikasi. Skor rata-rata kualitas tidur pada <i>pretest</i> adalah 16,62, sedangkan nilai rata-rata <i>posttest</i> adalah 15.85. Nilai uji-t 0,137 dengan $p \geq 0,05$ yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan bermakna sebelum dan sesudah aplikasi.</p> <p>Kesimpulan:</p>		
--	--	--	--

	<p>Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat sebagai <i>baseline</i> data dan bivariat.</p> <p>V5:</p> <p>Pembahasan menyebutkan kesamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya namun tidak membahas tentang hasil penelitian.</p> <p>Jumlah sampel yang banyak dan tidak menggunakan kelompok kontrol sehingga kesimpulan tidak dapat digeneralisasi.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i>, dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.</p>		
<p>Judul: The Effect of Lavender Aroma Complementary</p>	<p>V1: Jurnal dalam penelitian ini yaitu seluruh lansia yang berusia di atas 60 tahun. Sampel dalam penelitian ini</p>	<p>Aromaterapi lavender dapat membuat seseorang rileks dan mempengaruhi suasana hati sehingga</p>	<p>Artikel penelitian menjelaskan manfaat dari pengaruh aromaterapi lavender sehingga dapat</p>

<p>Therapy on Insomnia in the Elderly at Joyah Uken Takengon Nursing Home</p> <p>Penulis: Masdalifah Pasaribu</p> <p>Tahun: 2020</p>	<p>menggunakan teknik total sampling sebanyak 14 lansia.</p> <p>Kesimpulan: Penelitian ini tidak terdapat kriteria inklusi dan eksklusif. Metode pengambilan data bersifat non random dengan jumlah sampel hanya kelompok perlakuan.</p> <p>V2: Pada penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen semu dengan metode <i>one group pretest and posttest design</i>. Instrumen penelitian yang digunakan adalah alat ukur studi psikiatri biologi dengan skala peringkat insomnia Jakarta dan menggunakan lembar observasi. Terapi aroma lavender komplementer diberikan selama 7 hari 6 malam berturut-turut mulai pukul 21.00 hingga 05.00. Hasil penelitian setelah diberi aroma lavender menunjukkan adanya penurunan tingkat insomnia</p>	<p>memudahkan para lansia untuk tertidur dengan nyenyak dan kualitas tidur pun menjadi baik. Penelitian ini memiliki kontribusi terhadap perkembangan ilmu keperawatan khususnya dalam meningkatkan asuhan keperawatan pada gerontic serta memberikan manfaat untuk meningkatkan pelayanan Kesehatan pada lansia yang mengalami insomnia.</p>	<p>diterapkan sebagai ilmu pengetahuan dalam penurunan insomnia serta dapat mengembangkan ilmu nonfarmakologi dalam mengatasi insomnia pada lansia.</p>
--	---	---	---

	<p>responden menjadi insomnia ringan sebanyak 6 orang dan insomnia sedang sebanyak 8 orang.</p> <p>Kesimpulan: Prosedur penelitian dijelaskan namun tidak secara menyeluruh.</p> <p>V3: Pemilihan sampel dilakukan berdasarkan kriteria inklusi, namun pada penelitian ini kriteria inklusi dan eksklusi tidak dipaparkan.</p> <p>Kesimpulan: Pemilihan sampel tidak homogen, sehingga pengontrol variabel perancu kurang diperhatikan.</p> <p>V4: Hasil analisis statistik menggunakan uji-t berpasangan. Data yang diperoleh bahwa semua lansia di Panti Jompo Joyah Uken berjenis kelamin perempuan sebanyak 14 orang. Distribusi</p>		
--	--	--	--

	<p>berdasarkan umur responden menunjukkan bahwa responden yang berumur 59-64 sebanyak 5 orang dan responden berumur 65-70 sebanyak 9 orang.</p> <p>Nilai rata-rata (Mean) sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 29,24 dan setelah pemberian aromaterapi lavender pada insomnia adalah 24,43, maka $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$, dengan demikian pengujian hipotesis terpenuhi yang berarti H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat adanya pengaruh dari terapi aroma lavender terhadap insomnia pada lansia di Panti Jompo Joyah Uken Takengon.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat sebagai <i>baseline</i> data dan bivariat.</p> <p>V5:</p>		
--	---	--	--

	<p>Pembahasan menyebutkan kesamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya namun tidak membahas tentang hasil penelitian.</p> <p>Jumlah sampel yang banyak dan tidak menggunakan kelompok kontrol sehingga kesimpulan tidak dapat digeneralisasi.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i>, dan <i>eksternal validity</i>, namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.</p>		
<p>Judul: Effects of aromatherapy with lavender essential oil on sleep quality among retired older adults</p> <p>Penulis:</p>	<p>V1: Jurnal dalam penelitian ini menggunakan partisipan yang dibagi menjadi dua kelompok dengan menggunakan <i>simple random sampling</i>. Uji klinis acak, single-blind, terkontrol ini dilakukan pada 100 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan non-probabilitas-kenyamanan untuk mengevaluasi semua orang dewasa yang lebih tua untuk dijadikan</p>	<p>Aromaterapi dengan minyak esensial lavender dapat meningkatkan kualitas tidur pada orang yang menderita insomnia. Penelitian ini memiliki kontribusi terhadap perkembangan ilmu</p>	<p>Artikel penelitian menjelaskan manfaat dari pengaruh aromaterapi lavender sehingga dapat diterapkan sebagai ilmu pengetahuan dalam penurunan insomnia serta dapat mengembangkan</p>

<p>Fatemeh Sadat Izadi-Avanji, Sedigheh Miranzadeh, Hossein Akbari, Neda Mirbagher Ajorpaz, Darius Ahmadi.</p> <p>Tahun: 2019</p>	<p>kriteria inklusi. Yang termasuk pada kriteria inklusi yaitu usia 60 tahun ke atas, tidak ada riwayat asma, dapat berkomunikasi baik lisan maupun tulisan, dan tidak ada gangguan penciuman. Sedangkan untuk kriteria eksklusi adalah responden yang memiliki alergi terhadap bunga dan tumbuhan serta memiliki gangguan penciuman.</p> <p>Kesimpulan: Penelitian ini terdapat kriteria inklusi dan eksklusi. Metode pengambilan data bersifat non random dengan jumlah sampel hanya kelompok perlakuan dan kontrol.</p> <p>V2: Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian <i>Quasy Experiment</i> (eksperimen semu) oleh kelompok perlakuan dan kontrol. Kelompok perlakuan diberikan aromaterapi lavender sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan</p>	<p>keperawatan khususnya dalam meningkatkan asuhan keperawatan pada gerontic serta memberikan manfaat untuk meningkatkan pelayanan kesehatan pada lansia yang mengalami insomnia.</p>	<p>ilmu nonfarmakologi dalam mengatasi insomnia pada lansia.</p>
---	--	---	--

	<p>aromaterapi melainkan dengan plasebo. <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI) digunakan untuk memeriksa kualitas tidur responden. PSQI adalah instrumen <i>self-rated</i> yang sering digunakan untuk mengukur kualitas tidur dan pola tidur pada orang dewasa yang lebih tua. Skor indeks total yaitu antara 0 sampai 21. Skor total 5 atau lebih besar menunjukkan kualitas tidur yang “buruk”. Keandalan yang ada pada PSQI dalam sebuah penelitian terhadap orang dewasa yang lebih tua dihitung menggunakan koefisien konsistensi <i>internal alfa Cronbach</i> yang dilaporkan sebagai 0,80. Dalam penelitian ini, keandalan alat ditinjau menggunakan <i>alpha Cronbach</i> dan nilainya dihitung sebagai 0,87. Minyak esensial lavender digunakan pada kelompok intervensi dan air suling sebagai plasebo diberikan pada kelompok kontrol. Kelompok intervensi menerima 2 tetes minyak esensial lavender dan kelompok kontrol menerima 2</p>		
--	--	--	--

	<p>tetes plasebo dalam segelas air, selama waktu tidur dalam 7 malam berturut-turut. Para peserta diberitahu untuk lingkungan tidur harus tenang dengan kebisingan dan cahaya terendah.</p> <p>Kesimpulan: Prosedur penelitian dijelaskan namun tidak secara detail.</p> <p>V3: Pemilihan sampel dalam penelitian ini sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yaitu berdasarkan usia 60 tahun ke atas, tidak ada riwayat asma, dapat berkomunikasi baik lisan maupun tulisan, dan tidak ada gangguan penciuman. Selain itu, orang dewasa yang lebih tua lalul memperoleh skor di atas 5 dari kuesioner <i>Pittsburgh</i> dimasukkan dalam penelitian ini. Sedangkan untuk kriteria eksklusi adalah responden yang memiliki alergi</p>		
--	--	--	--

	<p>terhadap bunga dan tumbuhan serta memiliki gangguan penciuman.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Pemilihan sampel tidak homogen, sehingga pengontrol variabel perancu kurang diperhatikan.</p> <p>V4:</p> <p>Data dianalisis menggunakan SPSS-16 (<i>Statistical Program for Social Science</i>). Normalitas data kuantitatif dievaluasi dengan menggunakan <i>uji Kolmogorov-Smirnov</i>. Skor kualitas tidur normal sebelum dan sesudah intervensi. <i>Uji t independen</i>, <i>Chi-square</i>, dan <i>uji eksak Fisher</i> digunakan untuk mempelajari homologi kelompok studi. Uji-t independen digunakan untuk membandingkan skor rata-rata kualitas tidur sebelum pemberian intervensi antar kelompok.</p> <p>Nilai rata-rata sebelum pemberian aromaterapi lavender adalah sebesar $p=0,971$ ($t=0,037$, $df=98$)</p>		
--	---	--	--

	<p>kemudian nilai rata-rata responden setelah pemberian aromaterapi lavender adalah sebesar $p=0,001$ ($t=3,415$, $df=98$). Maka dapat disimpulkan hasil yang didapat sebelum dan setelah diberikan aromaterapi di dapatkan nilai $p=0,001 < 0,005$ yang menunjukkan hasil yang signifikan.</p> <p>Kesimpulan: Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat sebagai <i>baseline</i> data dan bivariat.</p> <p>V5: Pembahasan menyebutkan kesamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya namun tidak membahas tentang hasil penelitian. Jumlah sampel yang banyak dan menggunakan kelompok control sehingga kesimpulan tidak dapat digeneralisasi.</p> <p>Kesimpulan:</p>		
--	--	--	--

	Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i> , dan <i>eksternal validity</i> , namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.		
<p>Judul: The Effect of Inhalation Aromatherapy with Lavender on Sleep Quality of the Elderly in Nursing Care Homes: A Randomized Clinical Trial</p> <p>Penulis: Ahmad Nasiri, Leila Fahimzade.</p>	<p>V1: Jurnal ini menggunakan sampel penelitian sebanyak 50 lansia dari 3 NCH yang memenuhi kriteria dan dipilih secara sistematis dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok ekperimental yang diberikan aromaterapi lavender (25 orang), dan kelompok kontrol, yang menghirup air suling. Penelitian ini menggunakan metode <i>simple sampling</i>.</p> <p>Kesimpulan: Penelitian ini terdapat kriteria inklusi dan eksklusi. Metode pengambilan data bersifat non random dengan jumlah sampel hanya kelompok perlakuan.</p> <p>V2:</p>	<p>Aromaterapi lavender adalah tanaman dengan khasiat obat penenang, menenangkan, antiseptik, analgesik, antispasmodik, dan penyembuhan. Oleh karena itu, digunakan untuk meningkatkan mood dan menghilangkan depresi sedang serta dapat membantu mengurangi insomnia, meningkatkan tidur nyenyak. Penelitian ini memiliki kontribusi terhadap perkembangan</p>	<p>Artikel dalam penelitian ini menjelaskan manfaat dari aromaterapi lavender diterapkan sebagai ilmu pengetahuan nonfarmakologi dan pratktik dalam penurunan insomnia serta meningkatkan kualitas tidur dan aspek lain yang terkait dengan tidur pada lansia.</p>

<p>Tahun: 2017</p>	<p>Pada penelitian ini termasuk dalam penelitian <i>pre-ekspremental</i> dengan menggunakan metode <i>one group pretest-posttest design</i>.</p> <p>Kuesioner indeks kualitas tidur Pittsburgh (PSQI) digunakan dalam penelitian ini. Data dalam formulir adalah berdasarkan umur, status perkawinan, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lama tinggal lansia peserta di NCH, dan aktivitas sehari-hari. PSQI merupakan alat standar untuk menentukan kualitas tidur individu. Kuesioner dirancang untuk menyelidiki kualitas tidur selama sebulan terakhir dan mencakup pada 7 aspek: kualitas tidur, penggunaan obat tidur, latensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, dan gangguan fungsi sehari-hari. Penjumlahan poin dari 7 aspek kuesioner tersebut membentuk skor total kuesioner yang berkisar antara 0 sampai 21. Selain itu, setiap aspek kuesioner diberi skor antara 0-3. Semakin tinggi skor menunjukkan kualitas tidur yang lebih</p>	<p>ilmu keperawatan khususnya dalam meningkatkan asuhan keperawatan gerontik dan lansia yang mengalami insomnia</p>	
------------------------	--	---	--

	<p>rendah. Skor 5 atau lebih menunjukkan bahwa orang tersebut mengalami gangguan tidur. Reliabilitas dihitung dengan konsistensi internal. Koefisien <i>alpha Cronbach</i> dilaporkan menjadi 0,77 dan koefisien korelasi adalah 0,30 hingga 0,75. Dalam penelitian ini, pertanyaan kualitas tidur diselesaikan, satu kali sebelum intervensi dan sekali pada akhir malam ke-7 (<i>pretest dan posttest</i>).</p> <p>Pada tahap selanjutnya, peserta diminta untuk menandatangani dan mengisi formulir persetujuan tertulis. Kuesioner Pittsburgh mengenai informasi demografis telah diselesaikan. Sampel dibagi secara acak menjadi 2 kategori yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan 25 responden di setiap kelompok.</p> <p>Untuk setiap responden lansia, kantong kecil dari kain kulit dirancang dan dipasang pada pakaian mereka dengan jarak 20 cm dari hidung mereka. Dua tetes esensial lavender dituangkan di atas bola kapas</p>		
--	---	--	--

	<p>bersih kecil sebelum tidur kemudian dituangkan dengan bantuan pipet dan ditempatkan di dalam saku. Orang tua menciumnya sepanjang malam dan saat tidur selama jam 10 malam sampai jam 6 pagi dan dilakukan secara berturut-turut selama 7 hari.</p> <p>Kesimpulan:</p> <p>Prosedur penelitian dijelaskan secara detail sehingga pembaca mudah dalam mengimplemantasikannya.</p> <p>V3:</p> <p>Pemilihan sampel pada penelitian ini berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi adalah kesediaan untuk bekerja sama dalam penelitian dan menandatangani formulir persetujuan dengan bebas, tidak ada riwayat alergi terhadap obat apapun, ramuan herbal, bau bunga, kualitas tidur yang buruk berdasarkan indeks kualitas tidur Pittsburgh (mendapatkan skor 5 atau lebih), minimal usia 60 tahun, memiliki riwayat penyakit saraf yang menyebabkan rawat inap atau pengobatan saraf,</p>		
--	--	--	--

	<p>tidak menggunakan obat herbal dalam 2 minggu terakhir, memiliki status kognitif normal (tidak ada penyakit Alzheimer atau demensia), dan menghindari minuman beralkohol atau alkohol minimal 3 jam sebelumnya intervensi. Dan kriteria eksklusi adalah keengganan pasien untuk melanjutkan penelitian, menunjukkan adanya gejala alergi, dan kesakitan atau kematian selama penelitian. Tidak ada peserta yang dikeluarkan dari penelitian.</p> <p>Kesimpulan: Pemilihan sampel tidak homogen sehingga pengontrol perancu kurang diperhatikan.</p> <p>V4: Analisis statistik dalam penelitian ini setelah mengumpulkan dan memasukkan data ke dalam SPSS 15, kemudian dilakukan <i>uji Smirnov-Kolmogoroff</i> untuk mengetahui normalisasi data. Ini</p>		
--	---	--	--

	<p>menunjukkan data berdistribusi normal. Uji statistik dilakukan untuk membandingkan karakteristik demografi responden dalam 2 kelompok. Namun, <i>uji Chisquare</i> dan <i>Fisher Exact</i> dilakukan untuk membandingkan rata-rata variabel dalam 2 kelompok. Uji-t independen dilakukan untuk membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing kelompok.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Pada kelompok eksperimental nilai rata-rata kualitas tidur sebelum menggunakan aromaterapi lavender sebesar 9.52 ± 3.54 dan setelah diberikan adalah 6.48 ± 3.33 maka secara signifikan terdapat adanya pengaruh dari pemberian aromaterapi lavender dengan nilai p value $0,001 < 0,005$.2. Pada kelompok kontrol nilai rata-rata yang diperoleh pada kualitas tidur responden sebelum diberikan plasebo sebesar 9.20 ± 3.66 dan setelah diberikan 9.84 ± 3.76.		
--	---	--	--

	<p>3. Perbandingan nilai dari kelompok eksperimental dan kelompok kontrol terdapat perbedaan nilai yang signifikan. sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat adanya pengaruh terhadap penurunan insomnia dengan intervensi pemberian aromaterapi lavender.</p> <p>Kesimpulan: Analisis yang dilakukan tepat. Terdapat sajian data univariat sebagai <i>baseline</i> data dan bivariat.</p> <p>V5: Pembahasan menyebutkan kesamaan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya. Jumlah sampel yang banyak dan menggunakan kelompok kontrol sehingga kesimpulan tidak dapat digeneralisasi.</p> <p>Kesimpulan:</p>		
--	--	--	--

	Terdapat pembahasan <i>internal casual validity</i> dan <i>eksternal validity</i> , namun pembahasan <i>non internal validity</i> tidak ditemukan.		
--	--	--	--

B. Pembahasan Topik

Tabel 3. 2 Deskripsi Topik Aromaterapi Lavender

Topik 1 : Definisi Aromaterapi Lavender

Penulis dan Tahun	Deskripsi Topik/Issue yang sedang diriview
Ni Made Maharianingsih, Anak Agung Sagung Istri Iryaningrat, Dhianciantyan Windidaca Brata Putri, 2020	Aromaterapi lavender merupakan pengobatan nonfarmakologi dengan minyak esensial yang didapatkan dari tanaman untuk membantu memperbaiki masalah kesehatan dan meningkatkan kualitas tidur. Salah satu aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan pada kualitas tidur adalah aromaterapi lavender. Lansia yang menderita insomnia mengalami perubahan yang signifikan terhadap peningkatan skor kualitas tidur, perubahan mood dan menurunkan tingkat stress dan kecemasan.
Dian sari, Devid Leonard, 2018	Aromaterapi lavender merupakan bagian dari terapi relaksasi yang dapat digunakan untuk mengatasi gangguan kualitas tidur. Aromaterapi lavender memiliki kandungan kimia <i>linalyl ester</i> yang berkhasiat dalam menenangkan dan memberikan efek rileks system saraf pusat dengan menstimulasi saraf <i>olfaktorius</i> . Semua impuls yang melewati saraf <i>olfaktorius</i> dapat mencapai system limbik yang berkaitan dengan suasana hati, memori, emosi dan belajar. Semua bau yang mencapai system limbik memiliki pengaruh kimia langsung pada suasana hati manusia yang menghirupnya.
Ahmad Nasiri, Leila Fahimzade, 2017	Aromaterapi adalah penggunaan terapeutik minyak esensial yang diserap oleh tubuh dengan berbagai cara seperti kompresi, pijat, inhalasi, mandi aroma

	dan pancuran. Tanaman lavender memiliki khasiat sebagai obat penenang, analgesik, antipasmodik, menenangkan, antiseptik, dan penyembuhan. Oleh karena itu, dapat digunakan untuk meningkatkan mood dan menghilangkan depresi sedang.
I Gusti Ayu Sasmitha Dewi, dkk, 2018	Aromaterapi lavender (<i>Lavandula angustifolia</i>) merupakan salah satu tanaman alternatif sebagai penyembuhan, bunga dari tanaman ini menghasilkan produk parfum kelas tinggi yang banyak dipakai oleh para bangsawan Eropa.
Hartika Samgryce Siagian, 2018	Aromaterapi merupakan terapi penyembuhan yang memanfaatkan sifat dan aroma minyak esensial. Meskipun kata “aroma” membuatnya seolah-olah minyak yang dihirup, Aromaterapi juga bisa meresap kedalam kulit.
Zuriati dan Melti Surya, 2018	Aromaterapi lavender merupakan bagian dari terapi relaksasi yang digunakan untuk mengatasi gangguan kualitas tidur.
Sagung P Maharani, dkk. 2020	aromaterapi lavender (<i>Lavandula angustifolia</i>) merupakan aromaterapi yang dapat memberikan efek relaksasi. Kandungan utama aromaterapi bunga lavender (<i>Lavandula angustifolia</i>) yang berfungsi sebagai efek sedatif dalam mengurangi risiko insomnia adalah <i>linalool</i> .
Masdalihah Pasaribu, 2020	Aroma lavender adalah aromaterapi esensial yang diketahui memiliki efek sedatif dan antineurodepresif. Aromaterapi lavender memiliki kandungan utama yaitu <i>linalool acetate</i> yang dapat merelaksasikan dan mengendurkan sistem kerja saraf dan otot yang tegang.

Fatemeh Sadat Izadi-Avanji, dkk. 2019	aromaterapi lavender dapat membuat pikiran orang siap untuk tidur. Bahan utama minyak esensial lavender termasuk <i>Linalyacetate</i> dan <i>Linalool</i> . Sifat sedatif minyak esensial lavender telah disebutkan dalam literatur yang relevan.
Elvida Junita, dkk. 2020	Aromaterapi lavender dapat membantu dalam memenuhi kebutuhan tidur pada lansia baik secara kuantitas maupun kualitasnya.

Tabel 3. 3 Deskripsi Karakteristik Responden Aromaterapi Lavender

Topik 2: Karakteristik Responden dengan Insomnia

Penulis dan Tahun	Deskripsi Topik/Issue yang sedang diriview
Ni Made Maharianingsih, Anak Agung Sagung Istri Iryaningrat, Dhianciantyan Windidaca Brata Putri, 2020	Karakteristik responden dalam penelitian dilihat berdasarkan rentang usia 60-77 tahun, mengalami penurunan kualitas tidur, jenis kelamin, derajat kualitas tidur dan pemakaian obat tidur. Kualitas tidur dinilai berdasarkan kuisisioner PSQI (<i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>).
Dian sari, Devid Leonard, 2018	Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan hasil tertinggi lansia yang mengalami kualitas tidur buruk yaitu berusia dalam batasan usia (60-75 tahun) serta berdasarkan jenis kelamin dan bersedia menjadi partisipan dalam penelitian.
Ahmad Nasiri, Leila Fahimzade, 2017	Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan kriteria inklusi yaitu bersedia untuk bekerja sama dalam penelitian dan menandatangani formulir persetujuan dengan bebas, tidak ada riwayat alergi terhadap obat apapun, ramuan herbal, bau bunga, tidak menggunakan obat herbal dalam 2 minggu terakhir, minimal 60 tahun, kualitas tidur

	yang buruk berdasarkan indeks kualitas tidur Pittsburgh (mendapatkan skor 5 atau lebih), riwayat penyakit saraf yang menyebabkan rawat inap atau pengobatan saraf, dan menghindari minuman beralkohol atau alkohol minimal 3 jam sebelumnya intervensi, dan memiliki status kognitif normal (tidak ada penyakit Alzheimer atau demensia).
I Gusti Ayu Sasmita Dewi, dkk, 2018	Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan umur, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan.
Hartika Samgryce Siagian, 2018	Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan jenis kelamin, dan kegiatan di panti. Diketahui bahwa mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 12 orang (80,00%), sedangkan minoritas berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 3 orang (20,00%). Berdasarkan kegiatan di panti, mayoritas responden tidak bekerja yaitu sebanyak 12 orang (80,00%), minoritas bekerja yaitu sebanyak 3 orang (20,00%).
Zuriati dan Melti Surya, 2018	Penelitian ini tidak mencantumkan karakteristik responden.
Sagung P Maharani, dkk. 2020	Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan lansia berusia 60-85 tahun yang mengalami insomnia mampu berkomunikasi dengan baik, seperti aromaterapi lavender yang diberikan, bersedia, dan mampu mengikuti itu lavender pemberian aromaterapi program selama satu minggu.
Masdalifah Pasaribu, 2020	Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan data bahwa semua lansia di Panti Jompo Joyah Uken berjenis kelamin perempuan sebanyak 14

	orang. Distribusi umur responden menunjukkan bahwa responden yang berumur 59-64 sebanyak 5 orang dan responden berumur 65-70 sebanyak 9 orang.
Fatemeh Sadat Izadi-Avanji, dkk. 2019	Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan usia 60 tahun ke atas, dapat berkomunikasi baik lisan maupun tulisan, tidak ada riwayat asma, dan tidak ada gangguan penciuman. Selain itu, orang dewasa yang lebih tua yang memperoleh skor di atas 5 dari kuesioner <i>Pittsburgh</i> dimasukkan dalam penelitian ini.
Elvida Junita, dkk. 2020	Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan bahwa usia responden adalah usia lansia (60 keatas) sesuai dengan kriteria inklusi dari penelitian. Usia terbanyak terdapat pada usia 65-78 tahun yang berjumlah 16 orang atau sebanyak 64%.

Tabel 3. 4 Deskripsi Standar Operasional Prosedur (SOP) Aromaterapi Lavender

Topik 3: SOP Pemberian Aromaterapi Lavender

Penulis dan Tahun	Deskripsi Topik/Issue yang sedang diriview
Dian sari, Devid Leonard, 2018	<p>Prosedur pemberian aromaterapi lavender dengan teknik inhalasi uap yaitu sebagai berikut:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Inform consent</i> 2. Sediakan air panas yang mendidih ± 5 cc pada mangkuk 3. Berikan 5-6 tetes minyak aromaterapi lavender 4. Letakkan didekat lansia yang akan tidur 5. Simpan selama 30 menit sampai aromanya terhirup oleh lansia yang mengalami gangguan tidur

	6. Dilakukan selama 7 hari berturut-turut.
Ni Made Maharianingsih, Anak Agung Sagung Istri Iryaningrat, Dhiancinantyan Windidaca Brata Putri, 2020	<ol style="list-style-type: none"> 1. Intervensi dilakukan selama 7 hari 2. Sediakan air panas pada mangkuk 3. Teteskan aromaterapi lavender 5-6 tetes pada air panas 4. Simpan dekat lansia yang akan tidur 5. Teknik ini dilakukan secara inhalasi 6. Derajat kualitas tidur diukur menggunakan PSQI sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lavender dengan kriteria yaitu kualitas tidur baik (0-5) dan kualitas tidur buruk (6-21).
Ahmad Nasiri, Leila Fahimzade, 2017	<ol style="list-style-type: none"> 1. Setiap peserta dikasih kantong kecil dari kain kulit 2. Pasangkan pada pakaian dengan jarak 20 cm dari hidung 3. Tuangkan 2 tetes aromaterapi lavender di atas bola kapas bersih kecil sebelum tidur (Dituangkan dengan bantuan pipet) 4. Tempatkan kapas tersebut di dalam saku 5. Lansia menciumnya sepanjang malam dan saat tidur dari jam 10 malam sampai 6 pagi 6. Setelah jam 6 pagi peneliti pergi ke NCH dan mengeluarkan bola kapas dari saku pakaian para lansia 7. Kemudian mengulangi dengan proses yang sama pada malam berikutnya 8. Dilakukan selama 7 hari berturut-turut.
I Gusti Ayu Sasmitha Dewi, dkk, 2018	Penelitian ini tidak mencantumkan prosedur.

Hartika Samgryce Siagian, 2018	Penelitian ini tidak secara detail menjelaskan mengenai pemberian prosedur namun penelitian ini memberikan dosis 5-6 tetes kedalam air panas dan dilakukan selama 14 hari berturut-turut.
Zuriati dan Melti Surya, 2018	Penelitian ini tidak mencantumkan prosedur.
Sagung P Maharani, dkk. 2020	Penelitian ini tidak secara detail menjelaskan mengenai pemberian prosedur namun penelitian ini dilakukan selama 7 hari berturut-turut dengan pemberian 5-6 tetes aromaterapi pada air panas.
Masdalihah Pasaribu, 2020	Penelitian ini tidak secara detail menjelaskan mengenai pemberian prosedur namun aromaterapi lavender komplementer diberikan selama 7 hari selama 6 malam berturut-turut mulai pukul 21.00 hingga 05.00.
Fatemeh Sadat Izadi-Avanji, dkk. 2019	Penelitian ini tidak secara detail menjelaskan mengenai pemberian prosedur namun Intervensi dilakukan selama 7 malam dengan dosis 5-6 tetes aromaterapi. Para peserta diberitahu bahwa lingkungan tidur harus tenang dengan kebisingan dan cahaya terendah.
Elvida Junita, dkk. 2020	Penelitian ini tidak mencantumkan prosedur.

Tabel 3. 5 Deskripsi Seberapa Efektif Aromaterapi Lavender

Topik 4: Keefektifan Aromaterapi Lavender

Penulis dan Tahun	Deskripsi Topik/Issue yang sedang diriview
Ni Made Maharianingsih, Anak Agung Sagung Istri Iryaningrat, Dhiancinantyan	Sebelum pemberian aromaterapi lavender (<i>Pretest</i>) terdapat 42 responden (100%) mengalami penurunan kualitas tidur. Setelah diberikan aromaterapi lavender (<i>Posttest</i>) sebanyak 38 responden (90,47%) mengalami peningkatan kualitas tidur dan 4

Windidaca Brata Putri, 2020	responden (9,53%) tidak mengalami perubahan dengan $p=0,000 < 0,005$. Peningkatan kualitas tidur dapat dilihat berdasarkan selisih nilai parameter kualitas tidur subyektif, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, latensi tidur dan disfungsi pada siang hari berdasarkan selisih nilai <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> .
Dian sari, Devid Leonard, 2018	Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 30 (100%) responden mengalami kualitas buruk sebelum diberikan intervensi aromaterapi lavender. Karakteristik responden yang berdasarkan hasil tertinggi berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 21 orang (73,3%) dan dalam batasan usia (60-75 Tahun) yaitu sebanyak 19 orang (63,3%). Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan aromaterapi lavender pada lansia, didapatkan hasil yang mengalami kualitas tidur baik sebanyak 12 (40%) responden, sedangkan lansia yang mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 18 (60%) responden. Perbedaan sebelum dan setelah diberikan intervensi aromaterapi lavender didapatkan adanya peningkatan pada kualitas tidur dengan hasil uji <i>Paired T-test</i> dengan nilai $p=0,000$ maka $p \leq 0,05$ yang artinya secara signifikan menunjukkan hipotesa diterima dan terdapat perubahan yang bermakna terhadap penurunan kualitas tidur buruk pada lansia yang sudah diberikan aromaterapi lavender selama 7 hari berturut-turut sehingga terjadi perubahan dari kualitas tidur buruk menjadi kualitas tidur baik dari 76,3% menjadi 30,1%.

Ahmad Nasiri, Leila Fahimzade, 2017	Pada kelompok eksperimental nilai rata-rata kualitas tidur sebelum menggunakan aromaterapi lavender sebesar 9.52 ± 3.54 dan setelah pemberian aromaterapi lavender adalah 6.48 ± 3.33 maka secara signifikan terdapat adanya pengaruh dari aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur dengan nilai <i>p-value</i> $0,001 < 0,005$.
I Gusti Ayu Sasmitha Dewi, dkk, 2018	Berdasarkan hasil penelitian dari Perbedaan analisis tingkat insomnia berdasarkan hasil uji Independen <i>T-test</i> didapatkan rata-rata skor tingkat insomnia kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebesar 0,545 dan nilai <i>p value</i> = $0,443 < 0,05$ menunjukkan ada perbedaan tingkat insomnia pada lansia kelompok perlakuan yang diberikan aromaterapi lavender (<i>lavandula angustifolia</i>) dengan spray dan kelompok kontrol yang diberikan aroma terapi lavender (<i>lavandula angustifolia</i>) dengan lilin.
Hartika Samgryce Siagian, 2018	Berdasarkan hasil penelitian perbedaan tingkat insomnia pada lanjut usia sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender diperoleh nilai probabilitas <i>p</i> $0,000 < 0,005$ yang berarti terdapat pengaruh aromaterapi terhadap penurunan tingkat insomnia pada lanjut usia.
Zuriati dan Melti Surya, 2018	Hasil Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji parametrik yaitu berdasarkan hasil penelitian yang diketahui bahwa terdapat peningkatan kualitas tidur lansia sebelum dan sesudah aplikasi pewangi terapi lavender. Skor rata-rata kualitas tidur pada <i>pre-test</i> adalah 15,23, sedangkan untuk kualitas tidur rata-rata <i>posttest</i>

	<p>adalah 5,54. Nilai uji-t 0,000 dengan $p \leq 0,05$ yang berarti hipotesis diterima secara signifikan dan terdapat peningkatan pada kualitas tidur lansia yang bermakna setelah pemberian aroma terapi lavender selama 7 hari berturut-turut. Pada kelompok kontrol tidak ditemukan adanya peningkatan kualitas tidur lansia yang bermakna sebelum dan sesudah aplikasi. Skor rata-rata kualitas tidur pada <i>pretest</i> adalah 16,62, sedangkan nilai rata-rata <i>posttest</i> adalah 15.85. Nilai uji-t 0,137 dengan $p \geq 0,05$ yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan bermakna sebelum dan sesudah aplikasi.</p>
Sagung P Maharani, dkk. 2020	<p>Hasil analisis data disajikan menggunakan <i>uji Chi-Square test</i> dengan nilai rata-rata sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah sebesar 1.0000. selanjutnya, nilai rata-rata responden setelah menggunakan aromaterapi lavender adalah sebesar 0,000. Maka dapat disimpulkan hasil dari sebelum dan setelah pemberian aromaterapi di dapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,005$ yang menunjukkan hasil yang signifikan dan berpengaruh terhadap penurunan insomnia.</p>
Masdalifah Pasaribu, 2020	<p>Hasil analisis statistik menggunakan uji-t berpasangan. Nilai rata-rata (<i>Mean</i>) sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 29,24 dan setelah pemberian aromaterapi lavender pada insomnia adalah 24,43, maka $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$, dengan demikian pengujian hipotesis terpenuhi yang berarti H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat adanya pengaruh dari</p>

	terapi aroma lavender terhadap insomnia pada lansia di Panti Jompo Joyah Uken Takengon.
Fatemeh Sadat Izadi-Avanji, dkk. 2019	Berdasarkan hasil penelitian nilai rata-rata sebelum pemberian aromaterapi lavender adalah sebesar $p=0,971$ ($t=0,037$, $df=98$) kemudian nilai rata-rata responden setelah pemberian aromaterapi lavender adalah sebesar $p=0,001$ ($t=3,415$, $df=98$). Maka dapat disimpulkan hasil yang didapat sebelum dan setelah diberikan aromaterapi di dapatkan nilai $p=0,001 < 0,005$ yang menunjukkan hasil yang signifikan.
Elvida Junita, dkk. 2020	Berdasarkan hasil penelitian perbedaan rata-rata nilai mean sebelum pemberian aromaterapi lavender sebesar 48.29 dan setelah diberikan aromaterapi lavender sebesar 43.29. berdasarkan uji <i>T-test</i> diperoleh nilai <i>p-value</i> 0,01 ($p < 0,005$) artinya secara statistik ada perbedaan yang signifikan mengenai penurunan insomnia pada lansia antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender.

