

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK TERHADAP KUALITAS TIDUR
LANSIA DENGAN PEMBERIAN AROMATHERAPI LAVENDER DI
WISMA TERATAI GRIYA LANSIA CIPARAY: PENDEKATAN
*EVIDENCE BASED NURSING***

KARYA ILMIAH AKHIR KOMPREHENSIF



disusun Oleh:

Sabrina Mulyawati 402022128

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG
2023**

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK TERHADAP KUALITAS TIDUR
LANSIA DENGAN PEMBERIAN AROMATHERAPI LAVENDER DI
WISMA TERATAI GRIYA LANSIA CIPARAY: PENDEKATAN
*EVIDENCE BASED NURSING***



disusun Oleh:

Sabrina Mulyawati 402022128

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG**

2023

LEMBAR PERSETUJUAN

SABRINA MULYAWATI
402022128

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK TERHADAP KUALITAS TIDUR
LANSIA DENGAN PEMBERIAN AROMATHERAPI LAVENDER DI
WISMA TERATAI GRIYA LANSIA CIPARAY: PENDEKATAN
*EVIDENCE BASED NURSING***

Karya Ilmiah Akhir Komprehensif Ini Telah Disetujui Dan
Dipertanggungjawabkan Dihadapan Sidang Penguji Program Studi Profesi Ners
Universitas 'Aisyiyah Bandung

Oleh :
Pembimbing



Salami, M.Kep
NPP. 197209232005012002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa KIAK yang berjudul :
**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK TERHADAP KUALITAS TIDUR
LANSIA DENGAN PEMBERIAN AROMATHERAPI LAVENDER DI
WISMA TERATAI GRIYA LANSIACIPARAY: PENDEKATAN
EVIDENCE BASED NURSING**

Disusun Oleh :

SABRINA MULYAWATI

402022128

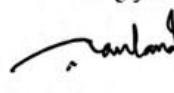
Telah Disetujui dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Sidang Karya
Ilmiah Akhir Program Studi Profesi Ners Universitas 'Aisyiyah Bandung dan
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima
Bandung, 30 MEI 2023

Penguji I



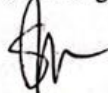
Lina Safarina, M.Kep
NIDN. 0612027604

Penguji II



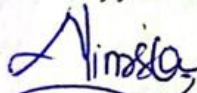
Nandang J.S.Kp., M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.Kom
NIP. 197309142005011003

Pembimbing



Salami, M.Kep
NPP. 197209232005012002

Diketahui Oleh
Ketua Program Studi Profesi Ners
Universitas 'Aisyiyah Bandung



Nina Gartika, S.Kp., Ners., M.Kep
NPP. 2014290478050

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini

Nama : Sabrina mulyawati

NIM : 402022128

Program Studi : Profesi Ners

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiatisme atau penjiplakan /pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan Karya

Ilmiah Akhir yang berjudul :

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK TERHADAP KUALITAS TIDUR
LANSIA DENGAN PEMBERIAN AROMATHERAPI LAVENDER DI
WISMA TERATAI GRIYA LANSIA CIPARAY: PENDEKATAN
*EVIDENCE BASED NURSING***

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiatisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak dalam tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini

Bandung, 9 Maret 2023

Yang buat pernyataan



Sabrina Mulyawati

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Sabrina Mulyawati

NIM : 402022128

Program Studi : Profesi Ners

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas 'Aisyiyah Bandung Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah yang berjudul: **ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA DENGAN PEMBERIAN AROMATHERAPI LAVENDER DI WISMA TERATAI GRIYA LANSIA CIPARAY: PENDEKATAN EVIDENCE BASED NURSING**

Hak bebas royalti noneksklusif ini, Universitas 'Aisyiyah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*Database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.

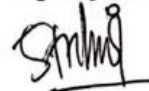
Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Mengetahui,
Pembimbing



Salami S. Kep. Ners. M. Kep
NPP. 197209232005012002

Bandung, 9 Maret 2023
Yang menyatakan



Sabrina Mulyawati

ABSTRAK

Sabrina Mulyawati

402022128

ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA DENGAN PEMBERIAN AROMATHERAPI LAVENDER DI WISMA TERATAI GRIYA LANSIA CIPARAY: PENDEKATAN *EVIDENCE BASED NURSING*

IV;2023; Halaman;8 Tabel;

Kualitas tidur yang buruk dapat berdampak terhadap fisik dan psikologis lansia. sekitar 750 lansia menderita gangguan tidur setiap tahunnya. Insomnia adalah gangguan tidur yang paling umum. diperkirakan sekitar 35-45% seorang dewasa mengalami gangguan tidur setiap tahun dan sekitar 25% menderita gangguan terhadap tidur yang parah. Adapun dampak fisik yang ditimbulkan antara lain, pusing, mengantuk dan kelelahan serta gangguan psikososial yang dapat menimbulkan rasa cemas, mudah marah, konsentrasi terganggu serta penurunan fungsional. Dengan itu pemberian *Aromatherapy Lavender* adalah salah satu cara terapi komplementer untuk mengatasi gangguan pola tidur. Tujuan dari penulisan karya ilmiah ini yaitu melaksanakan asuhan keperawatan klien secara langsung dan komprehensif dengan menggunakan pendekatan asuhan keperawatan dan *Evidence Based Nursing*. Metode yang digunakan dalam karya tulis ilmiah yaitu studi kasus. Adapun tekniknya yaitu menggunakan metode wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, intervensi, implementasi. Hasil pengkajian pada klien Tn.N dan Tn.Y didapatkan klien mengeluh tidak bisa tidur di malam hari dan teringat keluarganya terus menerus. Setelah diberikan intervensi *Aromatherapy Lavender* kualitas tidur klien meningkat dengan score PSQI Tn. N (9) menjadi (4) dan Tn. Y (11) menjadi (7). Diagnose keperawatan yang muncul adalah Gangguan Pola Tidur b.d Kecemasan. Diharapkan semoga penerapan intervensi *Aromatherapy Lavender* dapat diterapkan secara Komprehensif untuk meningkatkan Kualitas Tidur Lansia.

Keyword : Asuhan keperawatan, *Aromatherapy Lavender*, Kualitas Tidur, Lansia
Kepustakaan :

ABSTRACT

Sabrina Mulyawati
402022128

GERONTIK NURSING CARE OF THE SLEEP QUALITY OF THE ELDERLY WITH LAVENDER AROMATHERAPY AT WISMA TERATAI GRIYA LANSIA CIPARAY: THE EVIDENCE BASED APPROACH NURSING

Poor sleep quality can affect the physical and psychological health of the elderly, with approximately 750 seniors suffering from sleep disorders each year. Insomnia is the most common sleep disorder. an estimated 35-45% of an adult suffers from sleep disorders each year and about 25% suffer from severe sleep disturbances. As for physical effects caused, dizziness, drowsiness and fatigue as well as psychosocial disorder that can cause anxiety, irritability, disturbed concentration and decreased functionality. Aromatherapy Lavender is one of the complementary therapeutic methods for dealing with sleep disorders. The aim of the writing of this scientific work is to carry out client nursing care directly and comprehensively using the approach of nurse care and Evidence Based Nursing. The method used in scientific writing is case study. As for the technique, it uses methods of interview, observation, physical examination, intervention, implementation. The results of the survey of clients Tn.N and TN.Y found that the client complained that he could not sleep at night and remembered his family continuously. After being given Aromatherapy Lavender intervention, the sleep quality of the client increased by PSQI Tn score. N (9) to (4) and Mr. 11) to be (7). The diagnosis that emerges is a sleep pattern disorder b.d. It is hoped that the application of Lavender Aromatherapy interventions can be applied comprehensively to improve Lansia Sleep Quality.

Keyword : Care Nursing, Elderly, Lavender Aromatherapy, sleep quality,

MOTO HIDUP

“I feel like the possibility of all those possibilities being possible is just another possibility that could possibly happen”

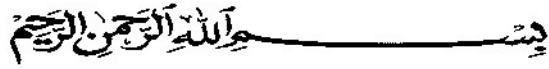
Mark lee -NCT

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah penyusunan skripsi ini saya akan persembahkan kepada :

1. Orang tua tercinta ayahanda Acin Mekarjaya yang telah memberikan dukungan penuh dalam segi moril maupun materil sehingga saya dapat berada titik saat ini.
2. Sahabat-sahabat yang telah memberikan dukungan dan motivasi untuk menyelesaikan KIA ini yaitu Aprila Sartika, Salsa Y, Dewini A,serta teman satu bimbingan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, dan teman-teman seperjuangan PPN X
3. special person Ginanjar Rahmat Permadi for verry important role that cannot be described in words.
4. Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, for just being me at all times. Hug me ({})

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah *robbil'alam*in puji syukur penulis panjatkan kepada Allah swt, atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menulis dan menyusun Karya Ilmiah Akhir yang berjudul **ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA DENGAN PEMBERIAN AROMATHERAPI LAVENDER DI WISMA TERATAI GRIYA LANSIA CIPARAY: PENDEKATAN *EVIDENCE BASED NURSING*** tepat pada waktunya.

Dalam penyusunan karya ilmiah akhir mendapatkan berbagai hambatan, namun berkah dukungan dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ini dengan cukup baik, yang telah membantu terselesaikannya. Oleh karena itu melalui kesempatan ini penulis berterimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Tia setiawati, S.kep.,M.Kep.,Sp.Kep.,An selaku Ketua Rector Universitas Aisyiyah Bandung.
2. Dr. Sitti Syabariyah, S.Kp.,MS. Biomed selaku Wakil Rector I Universitas Aisyiyah Bandung.
3. Poppy Siti Aisyah, S.Kep.,Ners.,M.Kep., selaku Dekan Universitas 'Aisyah Bandung.
4. Salami,S.Kep.,Ners.,M.Kep., selaku pembimbing yang telah membimbing dan memberikan masukan serta arahan dalam pembuatan karya ilmiah akhir ini.

5. Seluruh dosen pengajar program studi Sarjana Keperawatan dan seluruh staf Universitas 'Aisyiyah Bandung yang telah memberikan dukungan pembelajaran sebagai bekal dalam pembuatan skripsi ini.
6. Ayahanda tercinta yang telah memberikan dukungan penuh dalam segi moril maupun materil serta memberikan cinta dan kasih sayang yang tiada hentinya kepada saya.
7. Sahabat-sahabat yang telah memberikan dukungan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi yaitu Aprilia sartika, Redista rahmayanti serta teman satu bimbingan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, dan teman-teman seperjuangan Profesi Ners angkatan X.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini masih banyak yang kekurangan baik dalam teknik penulisan maupun isi. Mengingat akan kemampuan yang penulis miliki, maka dari itu penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang positif untuk kesempurnaan karya Ilmiah ini.

Bandung, 7 mei 2023



Sabrina Mulyawati

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH ..	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	v
ABSTRACT	viii
MOTO HIDUP.....	vii
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR SINGKATAN	xii
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penulisan	4
D. Manfaat Penulisan	5
1. Manfaat secara teoritis	5
2. Manfaat bagi Praktisi	5
E. Sistematika Penulisan.....	6
BAB II.....	7
TUNJAUAN TEORITIS.....	7
A. Konsep Lansia	7
B. Konsep Tidur.....	10

C.	Konsep Aromaterapi Lavender	19
D.	Konsep Asuhan Keperawatan Insomnia	23
E.	Evidence Base Nursing (EBN).....	28
BAB III.....		46
LAPORAN KASUS DAN HASIL		46
A.	Pengkajian	46
B.	Diagnosa Keperawatan.....	52
C.	Perencanaan Keperawatan.....	53
D.	Implementasi	54
E.	Catatan Perkembangan.....	61
F.	Analisis Kasus dan Pembahasan	65
BAB IV		71
KESIMPULAN DAN SARAN.....		71
A.	KESIMPULAN	71
B.	SARAN	72
DAFTAR PUSTAKA		73

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Hasil telaah Jurnal	29
Tabel 2. 2 Matriks, Sintesis, Validitas, Importancy dan Aplicability Jurnal yang ditelusuri.....	30
Tabel 3. 1 Hasil Anamnesis Biodata dan Riwayat Kesehatan Pasien.....	46
Tabel 3. 2 Pengkajian Fisik Lansia	47
Tabel 3. 3 Tabel Pengkajian Khusus Lansia	49
Tabel 3. 4 Hasil Pengkajian Psiko Sosial Spritual	50
Tabel 3. 5 Tabel Pola Kebiasaan sehari-hari	50

DAFTAR SINGKATAN

1. (BSR) = *Bulbar Synchronizing Regional*
2. (HPA axis) = Hipotalamic-pituitary-adrenal Axis
3. (PSQI) = *Pittsburgh Sleep Quality Index*
4. (SAR) = System Aktivasi Reticular

DAFTAR PUSTAKA

- Alwan Revai. (2018). Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Tehnique (SEFT) Terhadap Kecemasan, Saturasi Oksigen dan Kualitas Tidur Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK). *Universitas Sriwijaya*, 10–153.
- Arnata, A. P., Rosalina, & Lestari, P. (2018). *Pengaruh Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada Lansia di Desa Gondoriyo Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang*. 1(1), 48–61.
- Astuti, W. (2021). *Efektifitas Rendam Kaki Hangat Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia: Evidance Based Nursing*.
- Damayanti, N., & Hadiati, T. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Insomnia Lansia. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(4), 1210–1216.
- Danirmala, D., & Ariani, P. (2019). Angka Kejadian Insomnia Pada Lansia Di Panti Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar, Bali Tahun 2015. *E-Jurnal Medika Udayana*, 8(1), 27. <https://doi.org/10.24922/eum.v8i1.45308>
- Hastuti, R. Y., Sari, D. P., Sari, S. A., Studi, P., & Keperawatan, I. (2019). *the Effect of Reciting Dhikr on the Quality of Elderly Sleep*. 7(3).
- Kristinawati beti, dkk. (2021). Training To Improve Sleep Quality and Blood Pressure. *Jurnal Empati*, 3(2), 134–143.
- Madeira, A., Wiyono, J., & Ariani, N. L. (2019). Hubungan Gangguan Pola Tidur Dengan Hipertensi Pada Lansia. *Nursing News*, 4(1), 29–39.
- Mu'alimah, M., Tri Purnani, W., & Sunaningsih, S. (2022). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tiron Kabupaten Kediri. *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 6(1), 31–37. <https://doi.org/10.29407/judika.v6i1.17932>
- Potter, P., & Perry, A. (2010). *Fundamental of nursing* (7th ed.). el sevier.
- Pragholapati, A., & Munawaroh, F. (2020). *Resiliensi pada lansia*. 2(1).
- Prima, R., & Oktarini, S. (2021). JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan) Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan* | Oktober, 5(2), 319–324. <https://jik.stikesalifah.ac.id>
- Sari, D., & Leonard, D. (2018). Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap

- Kualitas Tidur Lansia Di Wisma Cinta Kasih. *Jurnal Endurance*, 3(1), 121.
<https://doi.org/10.22216/jen.v3i1.2433>
- Sari, Y., Isworo, A., Upoyo, A. S., Sumeru, A., Kurniawan, W., & Sutrisna, E. (2021). *A comparison of the effectiveness banana stem sap and virgin coconut oil on diabetic wound healing*. 746, 1–8. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/746/1/012018>
- Siagian, H. S. (2020). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Insomnia Pada Usia Lanjut. *Journal of Pharmaceutical Science and ...*, 3(1), 35–42.
- Sukmalara, D. (2020). PENERAPAN “EVIDENCE PRACTICE” AROMATERAPI BUNGA LAVENDER PADA LANSIA DENGAN INSOMNIA DI SASANA TRESNA WERDHA (STW) KARYA BAKTI CIBUBUR TAHUN 2017. *File:///C:/Users/VERA/Downloads/ASKEP_AGREGAT_ANAK_and_REMAJ A_PRINT.Docx*, 21(1), 1–9.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia* (1st ed.). Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- V.A.R.Barao, R.C.Coata, J.A.Shibli, M.Bertolini, & J.G.S.Souza. (2022). ASUHAN KEPERAWATAN PEMENUHAN KEBUTUHA TIDUR PADA LANSIA INSOMNIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA KOTA BENGKULU TAHUN 2022. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12.
- Zhou, Yang, & Wang. (2020). PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA: LITERATURE REVIEW. *File:///C:/Users/VERA/Downloads/ASKEP_AGREGAT_ANAK_and_REMAJ A_PRINT.Docx*, 21(1), 1–9.