

ABSTRAK

Nama : Annastasya Andriani Fadhila (1102017030)
Program Studi : Kedokteran Umum
Judul : Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pola Tidur
Pada Lansia Di Panti Jompo Pusaka41 dan Tinjauannya Menurut
Pandangan Islam

Latar Belakang: Tidur merupakan salah satu kebutuhan paling dasar yang dibutuhkan oleh setiap individu. Kebutuhan tidur pada lansia dengan 60 tahun keatas adalah sekitar 6 jam sehari. Lansia mempunyai risiko yang cukup tinggi untuk mengalami gangguan tidur seperti insomnia. Insomnia adalah kesulitan memsauki tidur atau mempertahankan tidur. Pemberian aromaterapi lavender merupakan salah satu pengobatan insomnia dengan cara non farmakologi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pola tidur lansia di Panti Jompo Pusaka 41.

Metode: Desain penelitian yaitu *quasi experimental* dengan *nonequivalent control group design* dan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 40 lansia. Variabel dependen yang digunakan adalah gangguan tidur insomnia menggunakan *Insomnia Rating Scale* (IRS) dan variabel independen yang digunakan adalah pemberian aromaterapi lavender.

Hasil: Terdapat hubungan yang bermakna antara pengaruh pemberian aromaterapi lavender dengan pola tidur lansia di Panti Jompo Pusaka 41 ($p=0,00$).

Kesimpulan: Pengobatan insomnia dengan memberikan aromaterapi lavender dengan cara inhalasi dapat mengatasi insomnia, karena kandungan *linalool asetat* dalam lavender mampu memberikan efek relaksasi dan rasa kantuk pada seseorang.

Kata kunci : Lansia, Aromaterapi Lavender, Pola Tidur

ABSTRACT

Name : Annastasya Andriani Fadhila
Study Program : Medicine
Titles : The effect of Giving Lavender Aromatheraphy on Sleep Patterns The Elderly in the Pusaka 41 Nursing Home and Its Review According to Islamic Views

Background: Sleep is one of the most basic needs for each individual. The need for sleep in elderly with 60 years old and over is around 6 hours a day. Elderly has a high risk to experiencing sleep disorders such as insomnia. Insomnia is difficulty to entering the sleep or maintaining the sleep. The use of lavender aromatherapy is one of insomnia treatment with non pharmacologic method. The purpose of this study was to find out the effect between the use of lavender aromatherapy with the sleep pattern in elderly at Panti Jompo Pusaka 41.

Method: The research design is quasi experimental with non equivalent control group design and the number of samples used as many as 40 elderly. The dependent variable used is the calculation of sleep disorders in the insomnia category using Insomnia Rating scale (IRS) and the independent variable is the use of lavender aromatherapy.

Result: There is a significant relationship between the use of lavender aromatherapy with the sleep pattern in elderly at Panti Jompo Pusaka 41. ($p=0,00$).

Conclusion: Treatment of insomnia by giving lavender aromatherapy by inhalation can overcome insomnia, because the linalool acetate content in lavender is able to provide relaxation and drowsiness to a person.

Keyword : Elderly, Lavender Aromatherapy, Sleep Pattern