

ABSTRAK

Nama : Heni Rahayaan
Program Studi : Profesi Ners
Judul : Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender Pada Lansia Dengan Gangguan Pola Tidur Di Pesanggrahan PMKS Majapahit
Pembimbing : Rina Nur Hidayati, S.Kep.Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom

Lansia adalah penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun. Akibat proses penuaan, lansia mengalami perubahan yang mempengaruhi fungsi dan kinerja tubuh pada semua sistem dan dapat menimbulkan masalah seperti gangguan tidur. Gangguan Pola tidur adalah suatu kondisi dimana seseorang mengalami, atau beresiko mengalami, perubahan kuantitas dan kualitas pola tidur yang menyebabkan ketidaknyamanan atau mengganggu gaya hidup yang diinginkan. Di antara lansia, orang mengalami gangguan tidur, sering bangun pagi dan sulit tidur kembali, serta jumlah tidur siang hari meningkat. Tujuan penulisan karya ilmiah ini yaitu memberikan gambaran serta analisis penerapan pemberian aaromaterapi lavender pada klien dengan gangguan pola tidur. Pemberian aromateraoi ini dilakukan selama 1 minggu dalam 3 kali pertemuan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa intervensi pembejian aromaterapi lavender yang dilakukan dapat menurunkan gangguan pola tidur. Aromaterapi lavender dapat digunakan sebagai salah satu alternatif bagi klien dengan gangguan pola tidur.

Kata Kunci: aromaterapi lavender, gangguan pola tidur, lansia

ABSTRACT

Nama : Heni Rahayaan
Program Studi : Profesi Ners
Judul : *Application of Lavender Aromatherapy to the Elderly with Sleep Pattern Disorders at PMKS Pesanggrahan Mojopahit Mojokerto*
Pembimbing : Rina Nur Hidayati,
S.Kep.Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom

The elderly are residents who have reached the age of 60 years. As a result of the aging process, the elderly experience changes that affect the function and performance of the body in all systems and can cause problems such as sleep disorders. Sleep pattern disorder is a condition in which a person experiences, or is at risk of experiencing, changes in the quantity and quality of sleep patterns that cause discomfort or interfere with the desired lifestyle. Among the elderly, people experience sleep disturbances, frequent early risings and difficulty falling back asleep, as well as the number of daytime naps increases. The purpose of writing this scientific paper is to provide an overview and analysis of the application of lavender aaromtherapy to clients with sleep pattern disorders. Giving aromateraoi is carried out for 1 week in 3 meetings. The results of the evaluation showed that the lavender aromatherapy intervention carried out can reduce sleep pattern disturbances. Lavender aromatherapy can be used as one alternative.

Keyword: elderly, lavender aromatherapy, sleep pattern disorders.