

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI  
YANG DILAKUKAN PEMBERIAN AROMATERAPI  
LAVENDER DI RSUD CIAMIS**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**Oleh :**

**LENA NURLENA**

**NIM. P2.06.20.1.19.059**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
TASIKMALAYA  
2022**

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI  
YANG DILAKUKAN PEMBERIAN AROMATERAPI  
LAVENDER DI RSUD CIAMIS**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Karya Tulis pada Program Studi  
Keperawatan Tasikmalaya Poltekkes Tasikmalaya



**Oleh :**

**LENA NURLENA**

**NIM. P2.06.20.1.19.059**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
TASIKMALAYA  
2022**

## LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL** : **GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI YANG DILAKUKAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER DI RSUD CIAMIS**

**PENYUSUN** : **LENA NURLENA**

**NIM** : **P2.06.20.1.19.059**

Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan dan dipertanggungjawabkan

Pada tanggal 17 Juni 2022

### Penguji

Ketua



**Novi Indriani, S.ST.,M.Tr.Kep**

**NIP. 198611282010122002**

Anggota



**Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep**

**NIP. 197908082002121004**

Anggota



**Arip Rahman, S.ST, M.Tr.Kep**

**NIP. 198511022010121001**

Mengetahui :

Ketua Jurusan Keperawatan  
Tasikmalaya



**Dudi Hartono, S.Kep, Ners, M.Kep**

**NIP. 197105121992031002**

Disahkan oleh :

Ketua Program Studi D III Keperawatan  
Tasikmalaya



**Lia Herliana, S.Kep, Ners, M.Kep**

**NIP. 197304141997032001**

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : LENA NURLENA

NIM : P2.06.20.1.19.059

Program Studi : Prodi D3 Keperawatan Tasikmalaya

JUDUL : GAMBARAN KUALITAS TIDUR PASIEN  
HIPERTENSI YANG DILAKUKAN PEMBERIAN AROMATERAPI  
LAVENDER DI RSUD CIAMIS

Meyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis yang saya susun ini benar-benar hasil Karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Karya tulis ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut

Tasikmalaya, 19 Juni 2022

Yang Membuat Pernyataan

**Lena Nurlena**

**NIM. P2.06.20.1.19.059**

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Gambaran Kualitas Tidur Pada Pasien Hipertensi yang dilakukan Pemberian Aromaterapi Lavender di RSUD Ciamis. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tentunya tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Hj. Ani Radiati R, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kp, Ners, M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Ibu Lia Herliana, S.Kp, Ners, M.Kep, selaku ketua Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Novi Indriani, S.ST.,M.Tr.Kep. selaku pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan saran serta masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapak Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep. selaku pembimbing 2 yang telah membimbing penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh staff Pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, yang telah memberikan bantuan dan bimbingan selama penulis menjalani perkuliahan.

7. Kedua orang tua, teteh, dan adik yang selalu memberikan dukungan dan senantiasa selalu mendoakan penulis.
8. Seluruh teman-teman angkatan 27 Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, khususnya keluarga 3B yang selalu saling menguatkan dan memberikan dukungan, dan yang telah bersama-sama berjuang melawati 6 semester dengan suka dukanya masing-masing.
9. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan literature yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Penulis

Lena Nurlena

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA**

**Lena Nuerlena<sup>1</sup>**

**P2.06.20.1.19.065**

**Novi Indriani, M.Tr.Kep<sup>2</sup>**

**198611282020122002**

**Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep<sup>3</sup>**

**197908082002121004**

**“ Gambaran Kualitas Tidur pada Pasien Hipertensi yang Dilakukan  
Pemberian Aromaterapi Lavender di RSUD Ciamis”**

**ABSTRAK**

Hipertensi yaitu meningkatnya tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan diastolik lebih besar dari 90 mmHg dalam dua kali pengukuran dengan selang waktu 5 menit dalam keadaan cukup tenang. Peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi menimbulkan ketidaknyamanan terutama di malam hari yang dapat mengganggu istirahat tidur. Penurunan kualitas tidur dapat diatasi dengan Aromaterapi Lavender. Tujuan dari penelitian ini untuk menggambarkan kualitas tidur pada pasien hipertensi di RSUD Ciamis dengan penerapan aromaterapi lavender. Desain penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini dilakukan pada dua pasien dengan hipertensi selama tiga hari menggunakan instrument penelitian *Pittsburg Sleep Quality Indeks (PSQI)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur kedua pasien hipertensi buruk dengan skor PSQI pasien pertama yaitu 14 dan pasien kedua yaitu 8. Setelah diberikan Aromaterapi Lavender terjadi penurunan skor PSQI pada kedua pasien yaitu pasien pertama menjadi 7 dan pasien kedua menjadi 5. Kesimpulannya adalah terdapat perubahan pada pasien kedua dari kualitas tidur buruk menjadi baik dan pada pasien pertama kualitas tidur tetap buruk. Namun, pada pasien pertama terjadi perubahan yaitu penurunan skor PSQI setiap harinya. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur, seperti faktor fisik, skala nyeri dan faktor lingkungan yaitu suhu panas dan kebisingan yang membuat pasien sulit berkonsentrasi sehingga dapat mengganggu kualitas tidur.

**Kata Kunci** : Hipertensi, Kualitas Tidur, Aromaterapi Lavender

**Daftar Pustaka** : 41 buah (2012-2022)

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA**

**Lena Nuerlena<sup>1</sup>**

**P2.06.20.1.19.065**

**Novi Indriani, M.Tr.Kep<sup>2</sup>**

**198611282020122002**

**Yudi Triguna, S.Kep., Ners., M.Kep<sup>3</sup>**

**197908082002121004**

**ABSTRACT**

*Hypertension is an increase in systolic blood pressure greater than 140 mmHg and diastolic greater than 90 mmHg in two measurements with an interval of 5 minutes in a fairly calm state. Increased blood pressure in people with hypertension causes discomfort, especially at night which can interfere with sleep rest. Decreased sleep quality can be overcome with Lavender Aromatherapy. The purpose of this study was to describe the quality of sleep in hypertensive patients in Ciamis Hospital with the application of lavender aromatherapy. The design of this research is qualitative with a case study approach. This study was conducted on two patients with hypertension for three days using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) research instrument. The results showed that the sleep quality of the two hypertensive patients was poor with the first patient's PSQI score of 14 and the second patient's 8. After being given Lavender Aromatherapy there was a decrease in the PSQI score in both patients, the first patient became 7 and the second patient became 5. the second patient from poor sleep quality to good and in the first patient the sleep quality remained poor. However, in the first patient there was a change, namely a decrease in the PSQI score every day. For further research, it is expected to pay attention to factors that affect sleep quality, such as physical factors, pain scale and environmental factors, namely heat and noise that make it difficult for patients to concentrate so that it can interfere with sleep quality.*

*Keywords: Hypertension, Sleep Quality, Lavender Aromatherapy*

*Bibliography : 41 (2012 – 2022)*



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
LEMBAR KEASLIAN KTI/TA .....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK .....	vi
ABSTRAC .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan .....	6
D. Manfaat .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
<b>A. Konsep Dasar Hipertensi.....</b>	<b>8</b>
1. Definisi Hipertensi .....	8
2. Klasifikasi Hipertensi.....	9
3. Etiologi Hipertensi .....	9
4. Tanda dan Gejala.....	12
5. Patofisiologi .....	13
6. Komplikasi .....	15
7. Pemeriksaan Penunjang .....	16
8. Penatalaksanaan .....	17
<b>B. Kualitas Tidur .....</b>	<b>21</b>
1. Definisi Kualitas tidur .....	21
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur .....	23
3. Manfaat tidur .....	24
4. Jenis – Jenis Kualitas Tidur.....	24
5. Jenis – jenis Gangguan Tidur.....	27
6. Penatalaksanaan Gangguan Tidur .....	29
7. Penilaian Kualitas Tidur.....	29
<b>C. Aromaterapi.....</b>	<b>32</b>
1. Definisi Aromaterapi.....	32
2. Mekanisme Aromaterapi.....	33
3. Aromaterapi Lavender .....	33
4. Manfaat Aromaterapi Lavender .....	34
5. Teknik Pemberian Aromaterapi Lavender .....	35
<b>D. Penerapan Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Kualitas     Tidur .....</b>	<b>38</b>
<b>E. Konsep Asuhan Keperawatan Hipertensi.....</b>	<b>40</b>
1. Pengkajian .....	40

2.	Diagnosa Keperawatan.....	45
3.	Perencanaan Keperawatan .....	45
4.	Implementasi .....	49
5.	Evaluasi .....	49
<b>BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH.....</b>		<b>50</b>
A.	Desain Karya Tulis Ilmiah .....	50
B.	Subyek Karya Tulis Ilmiah .....	50
C.	Fokus Studi.....	50
D.	Definisi Operasional.....	51
E.	Batasan Istilah (Definisi Konseptual) .....	51
F.	Lokasi dan Waktu Karya Tulis Ilmiah .....	52
G.	Prosedur Karya Tulis Ilmiah .....	52
H.	Teknik Pengumpulan Data.....	52
I.	Instrument dan Penyajian Data .....	53
J.	Etika Studi Kasus .....	55
<b>BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>58</b>
A.	Hasil Studi Kasus .....	58
B.	Pembahasan .....	65
<b>BAB V PENUTUP.....</b>		<b>76</b>
A.	KESIMPULAN .....	76
B.	SARAN .....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>		
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>		

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Klasifikasi Derajat Hipertensi secara Klinis .....	9
Tabel 2.2. Perencanaan Keperawatan .....	45
Tabel 4.1 Gambaran Karakteristik Responden .....	59
Tabel 4.2 Gambaran Kualitas Tidur Pasien Hipertensi.....	61
Tabel 4.3 Gambaran Kualitas Tidur Pasien Hipertensi dengan Penerapan Aromaterapi Lavender .....	64

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Siklus Kualitas Tidur.....	27
---------------------------------------	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 : Kuisisioner Penelitian PSQI

Lampiran 2 : Keterangan Hasil Skoring PSQI

Lampiran 3 : SOP Pemberian Aromaterapi Lavender

Lampiran 4 : Dokumentasi Asuhan Keperawatan KMB

Lampiran 5 : Matrik jadwal kegiatan Karya Tulis Ilmiah

Lampiran 6 : Lembar Konsul

Lampiran 7 : Lembar daftar riwayat hidup

Lampiran 8 : Lembar permohonan menjadi responden

Lampiran 9 : Lembar pernyataan persetujuan menjadi subyek KT

