

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER
DAN DZIKIR PADA GANGGUAN KUALITAS TIDUR
LANSIA DI BPSTW UNIT ABIYOSO YOGYAKARTA**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani
Yogyakarta

SKRIPSI



Disusun oleh:

MAULINA SIWI UTAMI

182201044

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2022**

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI
PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER DAN DZIKIR
PADA GANGGUAN KUALITAS TIDUR LANSIA DI BPSTW UNIT
ABIYOSO YOGYAKARTA

Diajukan oleh:

MAULINA SIWI UTAMI

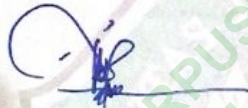
182201044

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Syah Sebagai
Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas
Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 19 Agustus 2022

Mengesahkan:

Penguji



Dewi Utari, MNS

NIDN 0514028602

Pembimbing



Anastasia Suci Sukmawati, M.Ng

NIDN 0520028202

Menyetujui,

Ketua Program Studi Keperawatan (S-1)

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Dewi Utari, MNS

NPP 2010-13-0033

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Maulina Siwi Utami

NPM : 182201044

Program Studi : Ilmu Keperawatan (S1)

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Dan Dzikir Pada Gangguan Kualitas Tidur Lansia Di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta

Institusi : Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 19 Agustus 2022



(Maulina Siwi Utami)

PRAKATA

Bismillahirrahmanirrahim puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Dan Terapi Dzikir Pada Gangguan Kualitas Tidur Lansia Di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta”**. Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan atas bimbingan, arahan serta dukungan dari berbagai pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ida Nursanti, MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Dewi Utari, MNS selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan selaku penguji yang telah memberikan saran serta masukan.
3. Anastasia Suci Sukmawati, M.Ng selaku pembimbing skripsi yang dengan sabar membimbing, memberikan waktu, pemikiran, serta saran yang bermanfaat dalam penelitian ini.
4. Kepala BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta yang telah memberikan izin serta diperbolehkan untuk melakukan penelitian.
5. Terimakasih kepada lansia di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini
6. Bapak, Ibu, Mba Ari, Mas Ma'ruf, dan Raffasya yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan doa yang tiada hentinya selama penyusunan skripsi ini.
7. Teman-teman saya, Azizah, Husna, Anjar, Renita, Rica, Resti, Elza, Dita, Emil, dan Afadea yang selalu memberikan dukungan dan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kesalahan, karena itu segala kritik dan saran yang membangun akan

menyempurnakan skripsi ini. Dan semoga Allah SWT selalu melimpahkan kebaikan kepada semuanya atas segala kebaikannya, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua dan dapat dijadikan sebagai sumber dalam mendapatkan pengetahuan serta informasi.

Yogyakarta, Juli 2022



(Maulina Siwi Utami)

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
PRAKATA	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
INTISARI	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Manfaat Teoritis.....	4
2. Manfaat praktis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Konsep Lansia.....	6
2. Konsep Tidur.....	13
3. Gangguan Kualitas Tidur.....	17
4. Penatalaksanaan Gangguan Kualitas Tidur Pada Lansia Menggunakan Terapi Nonfarmakologi Aromaterapi Lavender.....	27
5. Penatalaksanaan Gangguan Kualitas Tidur Pada Lansia Terapi Nonfarmakologi Dzikir.....	30
6. Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI).....	33
B. Kerangka Teori.....	35

C.	Kerangka Konsep.....	36
D.	Hipotesis.....	36
BAB III	METODE PENELITIAN.....	37
A.	Desain Penelitian.....	37
B.	Tempat dan Waktu Kegiatan.....	38
1.	Tempat Penelitian.....	38
2.	Waktu Penelitian.....	38
C.	Populasi dan Sampel.....	38
1.	Populasi.....	38
2.	Sampel.....	38
D.	Variabel Penelitian.....	39
1.	Variabel Bebas (Independent Variable).....	39
2.	Variabel Terikat (Dependent Variabel).....	39
E.	Definisi Operasional.....	39
F.	Alat Dan Metode Penelitian.....	42
1.	Alat pengumpulan data.....	42
2.	Metode pengumpulan data.....	43
G.	Uji Validitas dan Uji Reabilitas.....	44
1.	Uji Validitas.....	44
2.	Uji Reabilitas.....	44
H.	Metode Pengolahan Data dan Analisa Data.....	44
1.	Metode Pengolahan Data.....	44
2.	Analisa data.....	45
I.	Etika Penelitian.....	47
1.	Menghormati subjek (Respect for person).....	47
2.	Manfaat (<i>Benefience</i>).....	47
3.	Tidak membahayakan subjek penelitian (<i>non malefience</i>).....	47
4.	Keadilah (<i>justice</i>).....	48
J.	Pelaksanaan Penelitian.....	48
1.	Persiapan Penelitian.....	48
2.	Pelaksanaan Penelitian.....	49

3. Penyusunan laporan.....	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Hasil Penelitian.....	51
1. Gambaran BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta.....	51
2. Analisis Univariat.....	52
3. Analisa Bivariat.....	54
B. Pembahasan.....	54
1. Karakteristik Responden.....	54
2. Kualitas Tidur Lansia Sebelum Diberikan Aromaterapi Lavender Dan Dzikir.....	56
3. Kualitas Tidur Lansia Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender Dan Dzikir.....	58
4. Pengaruh Aromaterapi Lavender Dan Dzikir Sebelum Dan Setelah Intervensi Diberikan Pada Lansia Dengan Gangguan Kualitas Tidur.....	62
C. Keterbatasan Penelitian.....	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	64
A. Kesimpulan.....	64
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	66
LAMPIRAN LAMPIRAN.....	71
Lampiran 8. Lembar Observasi.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Pre-test and Post-test One Group Design.....	37
Tabel 3. 2 Definisi Operasional.....	39
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Kuesioner Kualitas tidur.....	42
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin (n=24).....	52
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Gangguan Kualitas Tidur Pada Lansia Sebelum Diberikan Aromaterapi Lavender Dan Dzikir Di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta (n=24).....	53
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Gangguan Kualitas Tidur Lansia Setelah Diberikan Aromaterapi Lavender Dan Dzikir Di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta (n=24).....	53
Tabel 4. 4 Gangguan Kualitas Tidur Lansia Sebelum Dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender Dan Dzikir Di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta (n=24).....	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Informasi Menjadi Responden.....	72
Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden.....	73
Lampiran 3. Surat Persetujuan Menjadi Responden.....	74
Lampiran 4. Surat Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian.....	75
Lampiran 5. Kuesioner PSQI.....	76
Lampiran 6. Skoring PSQI.....	79
Lampiran 7. Kuesioner Mini Cognitive.....	81
Lampiran 9. Jadwal Penelitian.....	84
Lampiran 10. Lembar Bimbingan Proposal.....	85
Lampiran 11. Standar Operasional Prosedur.....	87
Lampiran 12. Surat-Surat.....	89
Lampiran 13. Hasil Perhitungan SPSS.....	93
Lampiran 14. Dokumentasi.....	95
Lampiran 15. Komponen Gangguan Kualitas Tidur.....	96
Lampiran 16. Hasil Plagiarisme.....	98