

**PENGARUH AROMATERAPI MAWAR
TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA
DI PANTI SOSIAL TRESNA WARDHA UNIT BUDI LUHUR
KASONGAN BANTUL YOGYAKARTA**

Foerwanto¹, Muhamat Nofiyanto², Tri Prabowo³.

INTISARI

Latar Belakang: Kebutuhan untuk tidur sangat penting bagi setiap orang terutama lansia di Panti Sosial Tresna Wardha Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta. Kualitas buruk pada lansia bisa menyebabkan gangguan-gangguan antara lain, seperti kecenderungan lebih rentan terhadap penyakit, pelupa, gangguan psikomotor, disorientasi, serta menurunnya kemampuan berkonsentrasi, dan membuat keputusan. Hal ini dapat diatasi dengan terapi farmakologis maupun non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis yang digunakan adalah aromaterapi mawar.

Tujuan Penelitian: Mengetahui adanya pengaruh aromaterapi mawar terhadap kualitas tidur lansia di PSTW Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian *Quasy experiment*. Rancangan yang digunakan yaitu *one group pretest-posttest design*. Uji hipotesis menggunakan uji non parametrik yaitu uji *Marginal-Homogeneity* dengan kemaknaan $\alpha=0,05$. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling* dengan responden sebanyak 24 orang. Setiap responden diberikan perlakuan terapi aromaterapi mawar dengan terapi selama 5 menit dan dilaksanakan selama 5 hari berturut-turut.

Hasil penelitian: Hasil analisis statistic menggunakan uji *Marginal-Homogeneity* menunjukkan *p value* sebesar 0,000 (*p value* <0,05) artinya ada pengaruh terapi aromaterapi mawar terhadap kualitas tidur lansia di Panti Sosial Tresna Wardha Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta.

Kesimpulan: Terapi aromaterapi mawar memiliki pengaruh dalam meningkatkan kualitas tidur lansia di Panti Sosial Tresna Wardha Unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta.

Kata kunci: *Lansia, PSTW, Kualitas tidur, Aromaterapi, Mawar*

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Stikes Jend. A. Yani Yogyakarta.

²Dosen Program Studi Keperawatan Stikes Jend. A. Yani Yogyakarta.

³Dosen Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta.

THE EFFECT OF ROSE AROMATHERAPY SLEEP QUALITY OF ELDERLY IN TRESNA WARDHA SOCIAL PARLORS UNIT BUDI LUHUR KASONGAN BANTUL YOGYAKARTA

Foerwanto¹, Muhamat Nofiyanto², Tri Prabowo³

ABSTRACT

Background: The need for sleep is very important for everyone, especially the elderly in social institutions. Tresna Wardha unit Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta. Poor quality in the elderly can cause disturbance among other, as the tendency is more susceptible to disease, forgetful, psychomotor, disorientation and make decisions. This can be overcome by pharmacological and non pharmacological therapy. One non-pharmacological therapies used is aromatherapy roses

Objective: To determine the effect of rose aromatherapy on the quality of sleep of elderly in PSTW Budi Luhur Kasongan Bantul, Yogyakarta.

Method: This study was research quasy-experiment. Used is one group pretest-posttest design. Hypothesis test used non-parametric marginl homogenelty test with significance $\alpha = 0,05$. Sempel taken using simple random sampling technique with respondents as many as 24 people. Each respondent was given therapy treatment aromatherapy rose to therapy for 5 minutes and held for 5 day in a row.

Result: Results of statistical analysis using the marginal-homogenelty test showed *P value 0,000 (p value <0,05)* means that there is an aromatherapy therapeutic effect on the quality of sleep of elderly rose in social isntitusions Tresna Wardha unit Budi Luhur Kasongan Bantul, Yogyakarta.

Conclusion: Therapy aromatherapy roses have effect in improving sleep quality in the elderly social home Tresna Wardha unit Budi Luhur Kasongan Bantul, Yogyakarta.

Keywords: *Elderly, PSTW, Sleep quality, Aromatherapy, Rose.*

¹Student of Nursing Study Program of Stikes Jend. A. Yani Yogyakarta.

²Lecturer of Nursing Study Program of Stikes Jend. A. Yani Yogyakarta.

³Lecturer of Health Polytechnic of Health Ministry Yogyakarta.