



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA REMAJA
DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR MELALUI
INTERVENSI AROMATERAPI LAVENDER**

KARYA ILMIAH AKHIR

REFANY SALSABILA

2110721098

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2022**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA REMAJA
DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR MELALUI
INTERVENSI AROMATERAPI LAVENDER**

KARYA ILMIAH AKHIR

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Profesi Ners**

REFANY SALSABILA

2110721098

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2022**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Refany Salsabila

NIM : 2110721098

Tanggal : 23 Maret 2022

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 23 Maret 2022

Yang Menyatakan,


METERAI
TEMPEL
211072109838542
Refany Salsabila

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
AKHIR NERS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
sayayang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Refany Salsabila
NIM : 2110721098
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Analisis Asuhan Keperawatan Pada Remaja Dengan Gangguan Pola Tidur Melalui Intervensi Aromaterapi Lavender di Kramat Jati. Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan karya ilmiah akhir ners saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 23 Maret 2022
Yang Menyatakan




(Refany Salsabila)

PENGESAHAN

Kian diajukan oleh :

Nama : Refany Salsabila
NIM : 2110721098
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Pada Remaja Dengan Gangguan Pola Tidur Melalui Aromaterapi Lavender

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep. J
Ketua Penguji




Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep. Kom

Penguji I



Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.Kep. Kom

Penguji II (Pembimbing)



Ns. Dora Samaria, M.Kep
Ketua Program Studi Profesi Ners

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang tiada hentinya memberikan nikmat- Nya kepada penulis dan memberikan kelancaran dalam menyelesaikan booklet ini dengan judul “Analisis asuhan keperawatan pada remaja dengan gangguan pola tidur melalui intervensi aromaterapi lavender di kramat jati”, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Ners. Penulis menyadari bahwa booklet ini tidak mungkin diselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih setulus- tulusnya kepada: Dr. Erna Hernawati, Ak, CPA, CA selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Dr. drg. Wahyu Sulistyadi selaku Dekan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Ns. Dora Samaria, M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ners dan Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.Kep.Kom, selaku pembimbing penulis dalam skripsi ini yang selalu sabar mengarahkan saya dengan baik dan maksimal. Selain itu saya mengucapkan terimakasih kepada Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep. J sebagai penguji 1 dan Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep. Kom sebagai penguji 2. Serta saya mengucapkan terima kasih banyak kepada seluruh dosen yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan ilmu yang tidak terhingga dan arahan selama menjalankan profesi ners ini. Saya menyadari, bahwa penulisan karya ilmiah akhir ners ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan dalam penyempurnaan karya ilmiah ini.

Jakarta, 23 Maret 2022



Penulis

ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PADA REMAJA DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR MELALUI INTERVENSI AROMATERAPI LAVENDER

Refany Salsabila

Abstrak

Remaja membutuhkan waktu 8-10 jam semalam untuk tidur. Namun, di usia remaja sering mengalami gangguan pola tidur yang tidak baik. Dalam mengatasi gangguan pola tidur remaja terdapat dua cara yaitu menggunakan farmakologi dan non farmakologi. Penggunaan non farmakologi menggunakan aromaterapi lavender. Tujuan peneliti adalah memberikan asuhan keperawatan keluarga pada remaja yang mengalami gangguan pola tidur dengan cara menghirup aroma terapi lavender menggunakan *diffuser* sebelum tidur. Penerapan ini dilakukan selama 7 hari dan penilaian kualitas tidur menggunakan instrumen PSQI. Adapun hasil dari pelaksanaan terapi aromaterapi lavender pada remaja kelolaan terdapat peningkatan kualitas tidur dari skor 18 menjadi 3, dan pada remaja kedua hasil skor 14 menjadi 6 yang artinya semakin rendah nilai PSQI semakin baik kualitas tidurnya. Saran untuk remaja yang mengalami gangguan pola tidur untuk menggunakan aromaterapi lavender agar tidur berkualitas dengan cara menggunakan *diffuser* di kamar tidur dan hirup selama 30 menit.

Kata kunci: Aromaterapi lavender, Gangguan pola tidur, Remaja, Tidur

ANALYSIS OF NURSING CARE IN ADOLESCENT WITH SLEEP DISORDERS THROUGH LAVENDER AROMATHERAPY INTERVENTION

Refany Salsabila

Abstract

Teenagers need 8-10 hours a night to sleep. However, at the age of teenagers often experience disturbances in sleep patterns that are not good. In overcoming sleep pattern disorders in adolescents, there are two ways, namely using pharmacology and non-pharmacology. Non-pharmacological use using lavender aromatherapy. The aim of the researcher is to provide family nursing care to adolescents who have disturbed sleep patterns by inhaling lavender aromatherapy using a diffuser before going to bed. This application was carried out for 7 days and the assessment of sleep quality using the PSQI instrument. As for the results of the implementation of lavender aromatherapy therapy in managed adolescents there was an increase in sleep quality from a score of 18 to 3, and in the second adolescent the score of 14 to 6 which means the lower the PSQI value the better the sleep quality. Suggestions for teenagers who experience sleep pattern disorders to use lavender aromatherapy for quality sleep by using a diffuser in the bedroom and inhaling for 30 minutes.

Key words: Adolescents, Lavender aromatherapy, Sleep, Sleep pattern disorders.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Tujuan	4
I.3 Target Luaran.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Konsep Remaja	5
II.2 Konsep Tidur	6
II.3 Aromaterapi Lavender	10
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN	13
III.1 Pengkajian Pasien	13
III.2 Asuhan Keperawatan Keluarga.....	20
BAB IV PEMBAHASAN.....	37
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait	37
IV.2 Analisis Penerapan Evidence Based Nursing pada Kasus	39
BAB V PRODUK LUARAN	43
V.1 Hasil Produk KIAN.....	43
V.2 Legalitas Produk (Sertifikat HKI).....	44
V.3 Manfaat Produk atau Booklet.....	44
BAB VI PENUTUP	46
VI.1 Kesimpulan	46
VI.2 Saran.	46
DAFTAR PUSTAKA	48
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. SOP Aromaterapi Lavender
- Lampiran 2. Hasil Kuesioner SPSQI (Pre Test)
- Lampiran 3. Hasil Kuesioner PSQI (Post Test)
- Lampiran 4. Skoring Masalah Keperawatan
- Lampiran 5. Catatan Perkembangan
- Lampiran 6. Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 7. Produk Luaran KIA
- Lampiran 8. Hasil Turnitin Produk KIA
- Lampiran 9. Sertifikat HKI
- Lampiran 10. Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 11. Hasil Turnitin KIA