

KARYA ILMIAH AKHIR
PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER PADA
PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN
GANGGUAN POLA TIDUR

(Studi Kasus di Rawat Inap UPTD Puskesmas Panekan Kabupaten Magetan)



Oleh:

CANDRA DEWI
NIM. 24650608

PRODI PROFESI NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025/2026

KARYA ILMIAH AKHIR

**PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER
PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR**

(Studi Kasus di Rawat Inap UPTD Puskesmas Panekan Kabupaten Magetan)

KARYA ILMIAH AKHIR

Diajukan kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Memenuhi Syarat
Penyusunan Karya Ilmiah Akhir



**PROGRAM STUDI PROFESI NERS FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2025/2026

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : CANDRA DEWI
Judul : PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI
LAVENDER PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA
TIDUR


Telah disetujui untuk diujikan di hadapan Dewan Penguji Sidang Karya Ilmiah
Akhir di Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo, Tanggal : 05 Februari 2026

Oleh :

Pembimbing


Sulistyo Andarmoyo, S.Kep., Ns., M.Kes., Ph.D
NIDN. 0715127903

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo


Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0714127901

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : CANDRA DEWI
Judul : PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI
LAVENDER PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA
TIDUR

Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Karya Ilmiah
Akhir di Program Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo, Tanggal : 11 Februari 2026

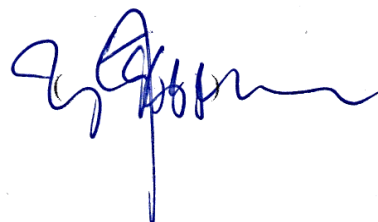
Tim Penguji

Tanda Tangan

Ketua : Dr. Hery Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep



Anggota : Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D



Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0714127901

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : CANDRA DEWI

NIM : 24650608

Institusi : Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir (KIA) yang berjudul: **“Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender pada Pasien Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur di Rawat Inap UPTD Puskesmas Panekan Magetan”**. adalah bukan Karya Ilmiah Akhir orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sanksi.

Ponorogo, 31 Januari 2025

Yang Menyatakan



Candra Dewi
NIM. 24650608

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT penulis panjatkan atas segala rahmat dan anugerah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini dengan judul “Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender pada Pasien Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur di Rawat Inap UPTD Puskesmas Panekan Magetan” untuk memperoleh gelar Profesi Ners (Ners) pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

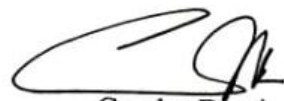
1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep,selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Sri Andayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Ketua Program Studi Profesi Ners yang telah meluangkan waktu, memberikan masukan yang bermanfaat hingga memberikan perhatian dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini dari awal hingga selesai.
4. Sulisty Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.,Ph.D selaku pembimbing yang dengan tulus ikhlas berkenan meluangkan waktu, membimbing, mengarahkan, serta memberikan masukan yang bermanfaat dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini dari awal hingga selesai.

5. Dosen Penguji, yang telah meluangkan waktu, membimbing, mengarahkan, serta memberikan bantuan hingga sempurnanya dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini.
6. Kedua orang tua saya, terimakasih atas warisan nilai-nilai dan semangat yang ditanamkan sehingga selalu menginspirasi serta memotivasi dalam setiap langkah saya, suami dan seluruh keluarga yang selalu mengiringi langkahku dengan do'a dan memberi semangat, harapan serta dukungan.
7. Teman-teman dan sahabat yang telah membantu penulisan menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini.

Penulisan Karya Ilmiah Akhir ini, penulis menyadari bahwa masih jauh dari kesempurnaan. Penulis mengharap kritik dan saran yang sifat membangun. Akhirnya penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat khususnya bagi bidang keperawatan.

Ponorogo, 31 Januari 2025

Yang Menyatakan



Candra Dewi
NIM. 24650608

ABSTRAK

PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR

(Studi Kasus di Rawat Inap UPTD Puskesmas Panekan Kabupaten Magetan)

Oleh : Candra Dewi
NIM. 24650608

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang menetap dan sering memicu komplikasi serius, termasuk gangguan pola tidur. Kualitas tidur yang buruk dapat memperburuk kondisi pasien. Penatalaksanaan non-farmakologis melalui pendekatan asuhan keperawatan menjadi alternatif penting untuk meningkatkan kualitas istirahat pasien. Studi kasus ini bertujuan untuk melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan fokus pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur.

Asuhan keperawatan pada Ny. W dengan diagnosa medis hipertensi diberikan selama tujuh hari (13–20 Desember 2025). Mengacu pada standar nasional SDKI, SIKI dan SLKI intervensi utama yang diberikan yaitu dukungan tidur dengan pemberian aromaterapi lavender

Hasil pengkajian awal menunjukkan pasien mengalami gangguan pola tidur ditandai dengan kesulitan memulai tidur dan sering terjaga di malam hari. Setelah diberikan intervensi selama tujuh hari, evaluasi keperawatan menunjukkan masalah gangguan pola tidur teratasi, ditandai dengan penurunan keluhan sulit tidur dan frekuensi terjaga secara signifikan.

Dukungan tidur dengan aromaterapi lavender efektif dalam meningkatkan kualitas tidur pada pasien hipertensi. Efek sedatif alami dari lavender membantu relaksasi sistem saraf sehingga mempermudah transisi menuju tidur. Teknik non-farmakologi ini direkomendasikan sebagai intervensi pendamping yang aman dalam asuhan keperawatan pasien hipertensi untuk memperbaiki kualitas hidup melalui pola istirahat yang adekuat.

Kata Kunci : Aromaterapi Lavender, Hipertensi, Gangguan Pola Tidur

ABSTRACT

APPLICATION OF LAVENDER AROMATHERAPY IN HYPERTENSION PATIENTS WITH PROBLEMS TREATMENT FOR SLEEP DISORDERS

(Case Study in Inpatient UPTD Panekan Health Center, Magetan Regency)

*By : Candra Dewi
NIM. 24650608*

Hypertension is a persistent increase in blood pressure and often triggers serious complications, including disturbed sleep patterns. Poor sleep quality can worsen the patient's condition. Non-pharmacological management through a nursing care approach is an important alternative for improving the quality of patient rest. This case study aims to implement nursing care for hypertensive patients with a focus on meeting their needs for rest and sleep.

Nursing care for Mrs. W with a medical diagnosis of hypertension is given for seven days (13–20 December 2025). Referring to the national standards of IDHS, SIKI and SLKI, the main intervention provided is sleep support by administering lavender aromatherapy.

The results of the initial assessment showed that the patient had disturbed sleep patterns, characterized by difficulty falling asleep and frequent awakenings at night. After being given intervention for seven days, the nursing evaluation showed that the problem of disturbed sleep patterns was resolved, marked by a significant reduction in complaints of difficulty sleeping and frequency of waking up.

Sleep support with lavender aromatherapy is effective in improving sleep quality in hypertensive patients. The natural sedative effect of lavender helps relax the nervous system, making the transition to sleep easier. This non-pharmacological technique is recommended as a safe companion intervention in the nursing care of hypertensive patients to improve quality of life through adequate rest patterns.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Hypertension, Sleep Pattern Disorders

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN DALAM	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN LITERATUR	8
2.1 Konsep Hipertensi	8

2.1.1 Definisi Hipertensi	8
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi dan Etiologi	8
2.1.3 Patofisiologi	10
2.1.4 Manifestasi Klinis	10
2.1.5 Pemeriksaan Penunjang	11
2.1.6 Komplikasi	11
2.1.7 Penatalaksanaan	12
2.1.8 <i>Pathway</i>	14
2.2 Konsep Gangguan Pola Tidur	15
2.2.1 Definisi Istirahat Tidur	15
2.2.2 Fisiologi Tidur	15
2.2.3 Etiologi Gangguan Tidur	19
2.2.4 Tanda dan Gejala Gangguan Tidur	20
2.2.5 Patofisiologi Gangguan Tidur	20
2.2.6 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kuantitas dan Kualitas Tidur	21
2.2.7 Dampak Gangguan Pola Tidur	22
2.2.8 Penatalaksanaan	22
2.3 Konsep Aromaterapi Lavender	25
2.3.1 Definisi Aromaterapi Lavender	25
2.3.2 Manfaat Aromaterapi Lavender	25
2.3.3 Zat yang Terkandung dalam Aromaterapi Lavender	26
2.3.4 Metode Penggunaan Inhalasi Aromaterapi	27
2.3.5 Kontraindikasi Pemberian Aromaterapi Lavender	29
2.3.6 Cara Pemberian Aromaterapi Lavender	29

2.4 Konsep Asuhan keperawatan	31
2.4.1 Pengkajian	31
2.4.2 Diagnosis Keperawatan	39
2.4.3 Intervensi Keperawatan	40
2.4.4 Implementasi Keperawatan	42
2.4.5 Evaluasi Keperawatan	43
2.5 <i>Evidence Based Nursing</i> (EBN)	43
BAB 3 METODE STUDI KASUS	48
3.1 Metode	48
3.2 Teknik Penulisan	48
3.3 Waktu dan Tempat	49
3.4 Pengumpulan Data Penelitian	50
3.5 Alur Kerja (Frame Work) Penelitian	52
3.6 Etika Penelitian	53
BAB 4 GAMBARAN KASUS	55
4.1 Pengkajian	55
4.1.1 Identitas	55
4.1.2 Keluhan Utama	56
4.1.3 Riwayat Penyakit Sekarang	57
4.1.4 Riwayat Kesehatan Dahulu	57
4.1.5 Riwayat Kesehatan Keluarga	57
4.1.6 Riwayat Psiko Sosial	57
4.1.7 Pola Kesehatan sehari-hari	60
4.1.8 Pemeriksaan Fisik	61

4.1.9 Pemeriksaan Penunjang	67
4.1.10 Penatalaksanaan.....	68
4.2 Analisa data.....	68
4.3 <i>Diagnosis</i> keperawatan	69
4.4 Rencana Asuhan Keperawatan.....	69
4.5 Catatan Tindakan Keperawatan	72
4.6 Catatan Perkembangan Keperawatan.....	78
BAB 5 PEMBAHASAN	84
5.1 Pengkajian Keperawatan.....	84
5.2 Diagnosa Keperawatan	86
5.3 Intervensi Keperawatan.....	87
5.4 Implementasi Keperawatan.....	89
5.5 Evaluasi Keperawatan.....	91
BAB 6 PENUTUP.....	93
6.1 Kesimpulan	93
6.2 Saran	94
DAFTAR PUSTAKA.....	97
LAMPIRAN.....	103

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	8
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan	40
Tabel 2.3 <i>Evidence Based Nursing</i> (EBN).....	43
Tabel 4.1 Pola Kesehatan Sehari-hari	60
Tabel 4.2 Pemeriksaan Laboratorium	67
Tabel 4.3 Analisa Data.....	68
Tabel 4.4 Daftar Diagnosa Keperawatan	69
Tabel 4.5 Rencana Asuhan Keperawatan.....	70
Tabel 4.6 Catatan Tindakan Keperawatan	72
Tabel 4.7 Catatan Perkembangan Keperawatan.....	78



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Pathway</i> Hipertensi	14
Gambar 2.2 Aromaterapi Lavender <i>Essential Oil</i>	27
Gambar 3.1 Alur Kerja Penelitian	52
Gambar 4.1 Genogram	59
Gambar 4.2 Hasil Pengukuran kekuatan otot.....	65



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan.....	103
Lampiran 2 Surat Ijin Permohonan Penelitian	104
Lampiran 3 Balasan Surat Permohonan Ijin Penelitian	105
Lampiran 4 Surat Lolos Etik Penelitian	106
Lampiran 5 Form Pendampingan Penelitian.....	107
Lampiran 6 SOP	108
Lampiran 7 Lembar Persetujuan Sebelum Penelitian	110
Lampiran 8 Lembar Permohonan menjadi Responden.....	119
Lampiran 9 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	120
Lampiran 10 Leaflet Pembrian Aroma Terapi Lavender.....	121
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian.....	122
Lampiran 12 <i>Logbook</i> Kegiatan Bimbingan Karya ilmiah Terakhir	126
Lampiran 13 Surat keterangan Plagiasi.....	132

DAFTAR SINGKATAN

ACE	: <i>Angiotensin-Converting Enzyme</i>
AHA	: <i>American Heart Association</i>
CABG	: <i>Coronary Artery Bypass Graft</i>
CBT	: <i>Cognitive Behavioral Therapy</i>
CRT	: <i>Capillary Refill Time</i>
Dinkes	: Dinas Kesehatan
Dkk	: Dan Kawan-kawan
<i>et.al</i>	: <i>et alia</i>
EBN	: <i>Evidence-Based Nursing</i>
EEG	: <i>Electroencephalography</i>
eGFR	: <i>Estimated Glomerular Filtration Rate</i>
GCS	: Glasgow Coma Scale
HbA1c	: <i>Hemoglobin A1c</i>
HCU	: <i>High Care Unit</i>
HDL	: <i>High-Density Lipoprotein</i>
ICU	: <i>Intensive Care Unit</i>
InaSH	: <i>Indonesian Society of Hypertension</i>
Kab.	: Kabupaten
Kemenkes RI	: Kementrian Kesehatan Republik Indosnesia
KEPK	: Komisi Etik Penelitian Kesehatan
KIAN	: Karya Ilmiah Akhir Ners

LDL	: <i>Low-Density Lipoprotein</i>
MAP	: <i>Mean Arterial Pressure</i>
Mis.	: Misal
MmHg	: Milimeter Hekto Gram
MRS	: Masuk Rumah Sakit
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
SDKI	: Standart Diagnosis Keperawatan Indonesia
s.d	: Sampai Dengan
SIKI	: Standart Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standart Luaran Keperawatan Indonesia
TDD	: Tekanan Darah Diastolik
TDS	: Tekanan Darah Sistolik
TSH	: <i>Thyroid Stimulating Hormone</i>
UKP	: Upaya Kesehatan Perseorangan
UPTD	: Unit Pelaksana Teknis Daerah
WHO	: <i>World Health Organization</i>

