

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Penelitian, 10 Februari 2025**

**Shahaila Refa Serizka
21301176**

**Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur
Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung
Sekaki Kota Pekanbaru**

xiii + 60 Halaman + 2 Skema + 6 Tabel + 10 Lampiran

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik dan inflamasi kronis yang disertai oleh resistensi insulin dari pankreas. Gejala yang paling sering terjadi yaitu kesemutan dan nyeri pada kaki saat malam hari sehingga dapat mengganggu tidur penderita diabetes melitus. Aromaterapi lavender memiliki kandungan utama yaitu *linalool asetat* yang dapat memperbaiki kualitas tidur. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur diabetes melitus tipe 2. Metode penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasy experiment* dan pendekatan *one group pre and post test without control*. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru, populasi yang digunakan yaitu penderita diabetes melitus tipe 2 dengan jumlah sampel 19 responden menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) yang digunakan untuk melihat kualitas tidur responden dengan menggunakan alat diffuser serta *essensial oil* lavender. Pelaksanaan intervensi dilakukan selama 5 hari dalam waktu 30 menit sebelum tidur. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji *Paired T-Test* yang menunjukkan bahwa nilai mean kualitas tidur responden sebelum intervensi adalah 13,05 dengan SD 2,46, sedangkan setelah intervensi menjadi 4,78 dengan SD 1,31. Uji statistik menunjukkan *p value* 0,000, yang berarti *Ha* diterima yaitu terdapat pengaruh signifikan pemberian aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur penderita diabetes melitus tipe II. Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan bagi responden mengenai pemanfaatan aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur responden dengan diabetes melitus tipe 2.

Kata Kunci : Aromaterapi Lavender, Diabetes Melitus Tipe 2, Kualitas Tidur
Daftar Pustaka : 44 (2018-2025)

**BACHELOR OF NURSING PROGRAM, FACULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
Research, Februari 2025**

**Shahaila Refa Serizka
21301176**

The Effect of Lavender Aromatherapy on the Quality of Sleep of Patients with Type II Diabetes Mellitus in the Work Area of Payung Sekaki Health Centre, Pekanbaru City

Xiii + 60 Pages + 2 Schemes + 6 Tables + 10 attachments

ABSTRACK

Diabetes mellitus is a chronic metabolic and inflammatory disease accompanied by insulin resistance from the pancreas. The most common symptoms are tingling and pain in the legs at night, which can interfere with sleep for people with diabetes mellitus. Lavender aromatherapy has the main content of linalool acetate which can improve sleep quality. The purpose of this study was to determine the effect of lavender aromatherapy on the quality of sleep in type 2 diabetes mellitus. This research method uses quantitative research with a quasy experiment design and a one group pre and post test without control approach. This study was conducted at the Payung Sekaki Health Centre Work Area, Pekanbaru City, the population used was patients with type 2 diabetes mellitus with a sample size of 19 respondents using Purposive Sampling technique. Data collection was carried out using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire which was used to see the respondent's sleep quality using a diffuser and lavender essential oil. The intervention was carried out for 5 days within 30 minutes before bedtime. Data analysis was carried out univariate and bivariate with Paired T-Test test which showed that the mean value of respondents' sleep quality before the intervention was 13.05 with SD 2.46, while after the intervention it was 4.78 with SD 1.31. The statistical test showed a p value of 0.000, which means that Ha is accepted, namely that there is a significant effect of lavender aromatherapy on the sleep quality of patients with type II diabetes mellitus. This study can provide knowledge for respondents regarding the use of lavender aromatherapy on the sleep quality of respondents with type 2 diabetes mellitus.

Keywords : Lavender Aromatherapy, Diabetes Mellitus Type 2, Sleep Quality
References : 44 (2018-2025)