

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Skripsi, Juli 2024

Septinora Silitonga¹, Desti Puswati², Fitri Dyna³, Dini Maulinda⁴

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI *CHAMOMILE* TERHADAP
KUALITAS TIDUR PADA PASIEN GANGGUAN JIWA YANG
MENGALAMI INSOMNIA DI UPT.BINA LARAS DINAS SOSIAL
PROV.RIAU**

xii + 50 HALAMAN + 2 SKEMA + 10 TABLE + 15 LAMPIRAN

ABSTRAK

Kualitas tidur yang buruk merupakan keadaan seseorang yang mengalami perubahan dalam kualitas istirahat yang menyebabkan ketidaknyamanan pada diri seseorang. Salah satu intervensi untuk mengatasi kualitas tidur adalah pemberian aromaterapi. Aromaterapi *chamomile* merupakan aromaterapi yang mempunyai kandungan minyak *essensial* yang bisa membuat rileks dalam kerja otak. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi *chamomile* terhadap kualitas tidur pada pasien gangguan jiwa yang mengalami insomnia di Upt.Bina Laras Dinas Sosial Prov.Riau. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *quasi eksperimental* dan rancangan penelitian *Pre-Post test without control grup*. Responden berjumlah 12 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner PSQI. Dari hasil uji *paired t-test* didapatkan *p value* $0.00 < 0.05$, artinya H_0 ditolak, ada pengaruh aromaterapi *chamomile* terhadap kualitas tidur responden. Rekomendasi kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan menambahkan kelompok kontrol sehingga pembahasan menjadi lebih luas.

Kata Kunci : Kualitas Tidur, Aromaterapi Chamomile
Daftar Pustaka: 60 (2017-2023)

BACHELOR IN NURSING STUDY PROGRAM
NURSING OF FACULTY
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Thesis, July 2024

Septinora Silitonga¹, Desti Puswati², Fitri Dyna³, Dini Maulinda⁴

THE EFFECT OF ADMINISTRATION OF CHAMOMILE AROMATHERAPY ON THE QUALITY OF SLEEP IN MENTAL DISORDER PATIENTS EXPERIENCED WITH INSOMNIA AT UPT.BINA LARAS SOCIAL SERVICES PROV.RIAU.

xii + 50 PAGES + 2 SCHEMES + 10 TABLES + 15 ATTACHMENS

ABSTRAK

Poor sleep quality is a condition where a person experiences changes in the quality of rest which causes discomfort to a person. One intervention to improve sleep quality is providing aromatherapy. Chamomile aromatherapy is aromatherapy that contains essential oils which can relax the brain. The aim of this research is to determine the effect of giving chamomile aromatherapy on sleep quality in mental disorder patients who experience insomnia at the Upt. Bina Laras Social Service of Riau Province. This type of research is quantitative with a quasi-experimental design and a Pre-Post test research design without control group. Respondents totaled 12 people. The sampling technique used in this research is simple random sampling. This research instrument uses the PSQI questionnaire. From the results of the paired t-test, it was found that the p value was $0.00 < 0.05$, meaning that H_0 was rejected, there was an influence of chamomile aromatherapy on the respondent's sleep quality. Recommendations to future researchers to conduct research by adding a control group so that the discussion becomes broader.

Keywords: Sleep Quality, Chamomile Aromatherapy.

References: 60 (2017-2023).