

**PENGARUH PEMBERIAN KOMBINASI AROMATERAPI
LAVENDER & CHAMOMILE OILS TERHADAP KUALITAS TIDUR
DAN KECEMASAN PASIEN STROKE DENGAN PENDEKATAN
*MODEL COMFORT THEORY***

***THE EFFECT OF COMBINATION AROMATHERAPY LAVENDER &
CHAMOMILE OILS ON SLEEP QUALITY AND ANXIETY OF STROKE
PATIENTS USING THE COMFORT THEORY MODEL APPROACH***



TESIS

**Untuk memenuhi persyaratan mencapai Magister Keperawatan
Program Studi Magister Keperawatan**

Vania Pangestika P

22020121410039

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
2025**

TESIS
**PENGARUH PEMBERIAN KOMBINASI AROMATERAPI LAVENDER
& CHAMOMILE OILS TERHADAP KUALITAS TIDUR DAN
KECEMASAN PASIEN STROKE DENGAN PENDEKATAN *MODEL
COMFORT THEORY***

Disusun oleh:

Vania Pangestika Purwaningrum
22020121410039

Telah disetujui sebagai tesis
Untuk memenuhi persyaratan pendidikan program magister

Menyetujui
Pembimbing

Pembimbing I


Prof. Dr. dr. Dwi Pudjonarko. M.Kes., Sp. S(K)
NIP. 196607201995121001

Pembimbing II


Dr. Fitria Handayani. S.Kp., M. Kep., Sp.KMB
NIP. 197810142003122001

Mengetahui

Ketua Program Studi Magister Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro


Dr. Fitria Handayani. S.Kp., M. Kep., Sp.KMB
NIP. 197810142003122001

TESIS
PENGARUH PEMBERIAN KOMBINASI AROMATERAPI LAVENDER
& CHAMOMILE OILS TERHADAP KUALITAS TIDUR DAN
KECEMASAN PASIEN STROKE DENGAN PENDEKATAN *MODEL*
COMFORT THEORY

Disusun oleh:

Vania Pangestika Purwaningrum
22020121410039

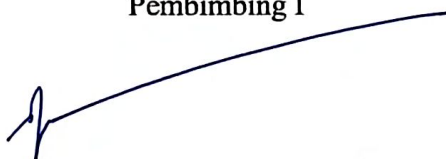
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal, 15 Mei 2025

dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Menyetujui

Pembimbing I


Prof. Dr. dr. Dwi Pudjonarko. M.Kes., Sp. S(K)
NIP. 196607201995121001

Pembimbing II


Dr. Fitria Handayani. S.Kp., M. Kep., Sp.KMB
NIP. 197810142003122001

Penguji I


Dr. Untung Sujianto. S.Kp., M.Kes
NIP. 197109191994031001

Penguji II


Dr. Meira Erawati, S.Kep., M. Si. Med
NIP. 197705132002122002

Mengetahui

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro


Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns., M. Kep., Sp.Kep.Mat
NIP. 197708302001122001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri, Vania Pangestika Purwaningrum, NIM 22020121410039. Di dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya, serta tidak terdapat unsur-unsur yang tergolong plagiarisme sebagaimana dimaksud dalam Permendiknas No.17 Tahun 2010. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 13 Mei 2025

Peneliti

(Vania Pangestika Purwaningrum)

RIWAYAT HIDUP

1. Identitas Diri

Nama : Vania Pangestika Pangestika
TTL : Boyolali, 18 Mei 1997
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Pinggir, Karanggede, Boyolali 57381
Email : vaniapangest18@gmail.com

2. Riwayat Pendidikan

No	Pendidikan	Tahun
1.	TK Mekarsari	2001
2.	SDN Pinggir	2002
3.	SMP N 1 Susukan	2009
4.	SMA N 1 Karanggede	2011
5.	Poltekkes Kemenkes Semarang	2014
6.	Pendidikan Ners Unair	2017
7.	Pendidikan Profesi Ners Unair	2019

3. HAKI

No	Jenis Ciptaan	Journal
1.	Program Komputer: Aplikasi Tephasiologi (Terapi Aphasia Pasien Neurologi)	No. HAKI 000474427 Tahun 2022
2.	Program Komputer: Sistem Monitoring Dan Notifikasi Pendeteksi Gempa Berbasis Sensor Getaran	No. HAKI 000554331 Tahun 2023

4. Riwayat Publikasi

No	Judul	Journal
1.	Terapi Bekam dalam Menurunkan Intensitas Dismenore dan Tanda-Tanda Vital (Nadi dan Tekanan Darah)	Pedimaternat Nursing Journal Vol. 5 No. 2 September 2019 Sinta 3
2.	Efektifitas Aromaterapi Pada Kualitas Tidur dan Kecemasan Pada Populasi Lansia dan Dewasa: Tinjauan Sistematis	Journal of Telenursing Juli, 2023 Sinta 3

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas Rahmat dan Karunia-Nya sehingga tesis yang berjudul “Pengaruh Pemberian Kombinasi Aromaterapi Lavender & Chamomile Oils Terhadap Kualitas Tidur dan Kecemasan Pasien Stroke dengan Pendekatan *Model Comfort Theory*” ini dapat terselesaikan.

Tesis ini merupakan wujud kontribusi penulis di dalam meningkatkan asuhan keperawatan dewasa. Penulis berharap agar hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan yang berhubungan dengan terapi nonfarmakologi secara holistik untuk menurunkan kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur pasien stroke guna mencegah terjadinya stroke berulang.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan tesis ini masih banyak kekurangan, sehingga penulis mengharapkan masukan dan saran dari pembaca untuk melengkapi kekurangan tersebut. Semoga tesis ini dapat menjadi dasar pertimbangan dalam pelaksanaan penelitian nantinya.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Puji syukur ke hadirat Allah SWT, karena dengan karuniaNya Tesis yang berjudul "Pengaruh Pemberian Kombinasi Aromaterapi Lavender & Chamomile Oils Terhadap Kualitas Tidur dan Kecemasan Pasien Stroke dengan Pendekatan *Model Comfort Theory*" ini dapat diselesaikan.

Tesis ini disusun sebagai syarat guna memperoleh gelar Strata 2 Magister Keperawatan. Peneliti mengalami banyak kesulitan dalam penyusunan Tesis ini, akan tetapi dapat dilaksanakan dengan bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, perkenalkan peneliti menyampaikan ucapan terimakasih meskipun tak sebanding dengan yang diterima oleh peneliti kepada:

1. Dr. dr. Yan Wisnu Prajoko, M.Kes., Sp.B.,Subsp.Onk(K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
2. Prof. Dr. dr. Dwi Pudjonarko, M.Kes.,Sp.S(K) selaku Pembimbing Tesis
3. Dr. Fitria Handayani, S.Kp., M. Kep.,Sp.KMB selaku Pembimbing Tesis dan Ketua Program Studi Magister Keperawatan
4. Dr. Anggorowati, S.Kp., M. Kep.,Sp.Mat selaku Ketua Departemen Keperawatan
5. Dr. Untung Sujianto, M.Kes & Dr. Meira Erawati, M.Si.Med selaku Penguji Tesis
6. Direksi beserta seluruh pihak di RSUD Tidar Kota Magelang sebagai tempat peneliti melakukan pengambilan data penelitian
7. Bapak, Ibu Dosen beserta Staf Program Studi Magister Keperawatan
8. Keluarga tercinta dan seluruh teman-teman yang baik hati memberikan dukungan kepada peneliti

DAFTAR ISI

Tesis	iii
Pernyataan.....	iv
Riwayat Hidup	v
Prakata	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	xi
Daftar Gambar	xii
Daftar Lampiran.....	xiii
Daftar Singkatan	xiv
BAB I Pendahuluan	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.5 <i>State of The Art</i>	9
BAB II Tinjauan Pustaka	14
2.1 Konsep Aromaterapi	14
2.1.1 Pengertian	14
2.1.2 Manfaat Aromaterapi	15
2.1.3 Cara Menggunakan Minyak Esensial.....	15
2.1.4 Jenis-Jenis Dan Manfaat Aromaterapi (33).....	16
2.2 Konsep Tidur.....	18
2.2.1 Pengertian Tidur.....	18
2.2.2 Fisiologi Tidur	18
2.2.3 Siklus Tidur.....	19
2.2.4 Kualitas Tidur	20
2.3 Konsep Dasar Kecemasan.....	24
2.3.1 Definisi Kecemasan	24
2.3.2 Tingkat kecemasan.....	25

2.3.3 Etiologi Kecemasan	28
2.3.4 Tanda dan Gejala	30
2.3.5 Mekanisme Koping.....	31
2.4 Konsep Dasar Stroke.....	34
2.4.1 Definisi Stroke	34
2.4.2 Klasifikasi Stroke.....	35
2.4.3 Etiologi Stroke	36
2.4.4 Faktor Risiko Stroke	37
2.4.5 Manifestasi Klinis Stroke.....	40
2.4.6 Patofisiologi Stroke.....	42
2.4.7 Komplikasi Stroke	45
2.4.8 Pemeriksaan Penunjang Stroke.....	45
2.4.9 Penatalaksanaan Stroke.....	45
2.5 Konsep Teori <i>Comfort</i> (Kolcaba).....	47
2.6 Konseptual <i>Comfort Theory</i> dalam Penelitian	55
2.7 Kerangka Konsep	56
2.8 Hipotesis.....	56
BAB III Metode Penelitian	57
3.1 Desain Penelitian.....	57
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	58
3.3 Definisi Operasional.....	60
3.4 Instrumen penelitian.....	62
3.5 Prosedur Penelitian.....	66
3.6 Alur penelitian.....	69
3.7 Teknik pengolaan dan Analisi Data	70
3.8 Etika Penelitian	72
BAB IV Hasil Penelitian	74
4.1 Analisa Univariat	74
4.2 Analisa Bivariat.....	79
4.2.1 Perbedaan tingkat kecemasan <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> antar kelompok	79
4.2.2 Pengaruh Pemberian Kombinasi Aromaterapi Lavender & Chamomile Oils	80

BAB V Pembahasan	83
5.1 Karakteristik Responden	83
5.2 Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi	85
5.3 Kualitas tidur sebelum dan sesudah intervensi.....	88
5.4 Keterbatasan Penelitian.....	90
5.5 Implikasi Keperawatan.....	90
BAB VI	92
6.1 Kesimpulan	92
6.2 Saran.....	92
DAFTAR PUSTAKA	95
Lampiran	105

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
1.	Tabel 1.1 State Of The Art	9
2.	Tabel 3.1 Definisi operasional	60
3.	Tabel 3.2 SPO Kombinasi Aromaterapi Lavender & Chamomile Oils	65
4.	Tabel 4.1.1 Distribusi karakteristik responden dan uji homogenitas	76
5.	Tabel 4.1.2 Distribusi tingkat kecemasan sebelum dilakukan intervensi	76
6.	Tabel 4.1.3 Distribusi tingkat kecemasan sesudah dilakukan intervensi	77
7.	Tabel 4.1.4 Distribusi kualitas tidur sebelum dilakukan intervensi	78
8.	Tabel 4.1.5 Distribusi kualitas tidur sesudah dilakukan intervensi	78
9.	Tabel 4.2.1 Perbedaan tingkat kecemasan <i>pre-test</i> dan <i>post test</i>	79
10.	Tabel 4.2.2 Perbedaan kualitas tidur <i>pre-test</i> dan <i>post test</i>	79
11.	Tabel 4.2.3 Perbedaan kombinasi intervensi terhadap kecemasan	80
12.	Tabel 4.2.4 Kecemasan Pada Kelompok Kontrol dan Intervensi	80
13.	Tabel 4.2.5 Perbedaan kombinasi intervensi terhadap kualitas Tidur	81
14.	Tabel 4.2.6 Kualitas Tidur Post Pada Kelompok Kontrol dan Intervensi	82

DAFTAR GAMBAR

No	Judul Gambar	Halaman
1.	Gambar 2.1 Tahapan Siklus Tidur	23
2.	Gambar 2.2 Bagan Model Teori Comfort Kolcaba	59
3.	Gambar 3.1 Rancangan Penelitian	68
4.	Gambar 3.2 Bagan Prosedur Penelitian	79
5.	Gambar 3.3 Bagan Alur Penelitian	80

DAFTAR LAMPIRAN

No	Keterangan
1.	Lampiran 1. Lembar Penjelasan Tentang Penelitian
2.	Lampiran 2. Lembar Persetujuan Penelitian
3.	Lampiran 3. SPO Inhalasi Aromaterapi
4.	Lampiran 4. Lembar Kuisisioner PSQI
5.	Lampiran 5. Lembar Kuisisioner STAI
6.	Lampiran 6. Lembar NIHSS (<i>National Institutes of Health Stroke Scale</i>)
7.	Lampiran 7. Keterangan Layak Etik
8.	Lampiran 8. Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

AGD	: Analisa Gas Darah
BSR	: <i>Bulbar Synchronizing Regoin</i>
BMR	: <i>Basal Metabolism Rate</i>
CBF	: <i>Cerebral Blood Flow</i>
EEG	: Elektroensefalogram
GABA	: <i>Gamma Aminobutyric Acid</i>
HSB	: <i>Health Seeking Behavior</i>
MRI	: <i>Magnetic Resonance Imaging</i>
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
SAR	: Sistem Aktivasi Retikular
SPECT	: <i>Single Photon Emission Computed Tomography</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

ABSTRAK

Vania Pangestika P, Dwi Pudjonarko, Fitria handayani

Universitas Diponegoro

Pendahuluan: kombinasi aromaterapi chamomile dan lavender merupakan salah satu intervensi keperawatan dalam mengatasi kecemasan dan gangguan tidur pada pasien stroke fase akut yang dapat mengurangi mortalitas dan kekambuhan pasca stroke. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi aromaterapi lavender dan chamomile oils terhadap kualitas tidur dan tingkat kecemasan pasien stroke dengan pendekatan teori comfort.

Metode: penelitian ini merupakan Quasi experiment dengan pre-post test control group design pada populasi pasien stroke rawat inap di RSUD Tidar Kota Magelang bulan Agustus-Oktober 2023, dengan kriteria inklusi pasien memiliki kualitas tidur buruk dan kecemasan ringan-berat diberikan intervensi inhalasi kombinasi aromaterapi selama empat kali pada pukul 21.00-04.00. Besar sampel penelitian sebanyak 44. Instrumen penelitian berupa kuisioner kualitas tidur PSQI dan kecemasan STAI. Analisis menggunakan uji Wilcoxon dan Mann Whitney U-Test dan menilai besar pengaruh dengan nilai RR.

Hasil: uji mann-whitney memiliki nilai p-value < 0,05. Hal tersebut menyatakan bahwa pemberian intervensi kombinasi aromaterapi lavender & chamomile oils berpengaruh dalam menurunkan tingkat kecemasan dan kualitas tidur yang buruk menjadi baik. RR pada kualitas tidur antara kelompok control dan intervensi 0.074 dan 0.016 pada kecemasan.

Rekomendasi: aromaterapi dapat digunakan dalam meningkatkan kualitas tidur dan mengurangi kecemasan pasien stroke. Untuk peneliti selanjutnya dapat meneliti dengan design RCT.

Kata kunci: aromaterapi, kecemasan, kualitas tidur, stroke

ABSTRACT

Vania Pangestika P, Dwi Pudjonarko, Fitria Handayani

Universitas Diponegoro

Sleep disorders and anxiety that have an impact on stroke rehabilitation, decreased quality of life, and contribute to relapse, decreased quality of life or death. Aromatherapy is one of the nursing interventions in overcoming anxiety and sleep disorders. The study aims to determine the effect of a combination of lavender and chamomile oils aromatherapy on sleep quality and anxiety levels of stroke patients with a comfort theory approach.

This study is a Quasi experiment with a pre-post test control group design in a population of inpatient stroke patients at Tidar Hospital, Magelang City in August-October 2023. The inclusion criteria for patients with a PSQI score of 5-21 and mild-severe anxiety given a combination of aromatherapy inhalation intervention four times at 21.00-04.00. The sample size of the study was 44. The research instrument was a sleep quality with PSQI and anxiety STAI. Analysis using the Wilcoxon test and Mann Whitney U-Test and cross tab to get Relative Risk Value.

The results of the Mann-Whitney test on the post-test data between intervention and control groups, PSQI both have a p-value <0.05. This states that providing a combination of lavender & chamomile oils aromatherapy intervention has an effect in reducing anxiety levels and improving poor sleep quality. RR on sleep quality between the control and intervention groups is 0.074 and 0.016 on anxiety.

Recommendation: aromatherapy can be used to improve sleep quality and reduce anxiety in stroke patients. For further research, it can be conducted using RCT design.

Key words: anxiety, aromatherapy, sleep quality, stroke