

## LAMPIRAN

### *Lampiran 1 Surat Pengantar ke Bakesbangpol*

	<b>Universitas Bhakti Kencana</b>	Jl. Pembangunan No. 02 Tarogong Kidul Kab. Garut 44151 ☎ (0262) 2248380 - 2809993 ✉ bku.ac.id pdku.garut@bku.ac.id
No	: 355/03.FKP.LPPM-K.GRT/XII/2024	Garut, 16 Desember 2024
Lampiran	: -	
Perihal	: Permohonan Data Awal	
KepadaYth. Badan Kesatuan Bangsa & Politik (Bakesbangpol) Di Tempat		
Assalamualaikumwr.wb.		
Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2024.2025 mahasiswa/i dituntut untuk melaksanakan penelitian berupa karya tulis ilmiah sebagai salah satu dari tiga pilar dalam Pendidikan di Perguruan Tinggi dan sebagai tugas akhir Pendidikan di UBK Garut.		
Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk kesediaannya memberikan data awal kepada Mahasiswa/i kami yang terlampir dibawah ini :		
Nama	: AYU LESTARI	
NIM	: 221FK06007	
Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.		
Wassalamualaikum wr.wb.		
<p>Hormat Kami Ketua Panitia</p>  <p><b>Santi Riniyah, S.Kep.,Ners.,M.Kep</b> NIDN. 0430058904</p>		

*Lampiran 2 Surat Bakesbangpol ke Dinas Kesehatan*



**PEMERINTAH KABUPATEN GARUT**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Jl. Patriot No.10A, Telp. (0262) 2247473 Garut, Jawa Barat 44151

Nomor : 072/1109-Bakesbangpol/XII/2024  
Lampiran : 1 Lembar  
Perihal : Permohonan Data Awal

Garut, 17 Desember 2024  
Kepada :  
Yth. Kepala Dinas Kesehatan  
Kabupaten Garut

Dalam rangka membantu Mahasiswafi Universitas Bhakti Kencana Garut bersama ini terlampir Rekomendasi Permohonan Data Awal Nomor : **072/1109-Bakesbangpol/XII/2024** Tanggal 17 Desember 2024, Atas Nama **AYU LESTARI / 221FK06007** yang akan melaksanakan Permohonan Data Awal dengan mengambil lokasi di Dinas Kesehatan Kabupaten Garut . Demi kelancaran Permohonan Data Awal dimaksud, mohon bantuan dan kerjasamanya untuk membantu Kegiatan tersebut.

Demikian atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik



**Drs. H. NURRODHIN, M.Si.**  
Pembina Utama Muda, IV/c  
NIP. 19661019 199203 1 005

Tembusan, disampaikan kepada:  
1. Yth. Kepala Bappeda Kabupaten Garut;  
2. Yth. Ketua Universitas Bhakti Kencana Garut;  
3. Arsip.



PEMERINTAH KABUPATEN GARUT  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Jl. Patriot No.10A, Telp. (0262) 2247473 Garut, Jawa Barat 44151

## **REKOMENDASI PERMOHONAN DATA AWAL**

Nomor : 072/1109-Bakesbangpol/XII/2024

- a. Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Dalam Negeri (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2010 Nomor 316), sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 14 Tahun 2011 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Dalam Negeri (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2011 Nomor 168)
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian.
- b. Memperhatikan : Surat dari Universitas Bhakti Kencana Garut, Nomor 354/03.FKPLPPM-K.GRT/XII/2024 Tanggal 16 Desember 2024

**KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**, memberikan Rekomendasi kepada:

1. Nama / NPM /NIM/ NIDN : AYU LESTARI/ 221FK06007
2. Alamat : Kp. Munjul RT/RW 002/014, Ds. Banyuresmi, Kec. Banyuresmi, Kab. Garut
3. Tujuan : Permohonan Data Awal
4. Lokasi/ Tempat : Dinas Kesehatan Kabupaten Garut
5. Tanggal Permohonan Data Awal/ Lama Permohonan Data Awal : 17 Desember 2024 s/d 17 Januari 2025
6. Bidang/ Status/ Judul Permohonan Data Awal : Penerapan Pemberian Aroma Terapi Lavender dalam Asuhan Keperawatan pada Ibu Post Sectio Caesarea dengan Gangguan Pola Tidur di RSUD dr. Slamet Garut
7. Penanggung Jawab : Santi Rinjani, S.Kep., Ners., M.Kep
8. Anggota : -

Yang bersangkutan berkewajiban melaporkan hasil Permohonan Data Awal ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Garut. Menjaga dan menjunjung tinggi norma atau adat istiadat dan Kebersihan, Ketertiban, Keindahan (K3) masyarakat setempat dilokasi Permohonan Data Awal. Serta Tidak melakukan hal-hal yang bertentangan dengan hukum.



Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

Tembusan, disampaikan kepada:  
1. Yth. Kepala Bappeda Kabupaten Garut;  
2. Yth. Ketua Universitas Bhakti Kencana Garut;  
3. Arsip.



**Drs. H. NURRODHIN, M.Si.**  
Pembina Utama Muda, IV/c  
NIP. 19661019 199203 1 005

**Lampiran 3 Surat dari Dinas Kesehatan Untuk Pengantar ke RSUD dr.Slamet Garut**

	<b>PEMERINTAH KABUPATEN GARUT</b> <b>DINAS KESEHATAN</b> Jalan Proklamasi No.7 Garut 44151 Tlp/Fax.(0262) 232670 - 2246426
Nomor : 800.1.11.8/23173/Dinkes	Garut, 27 Desember 2024
Sifat : Biasa	
Lampiran :-	
Hal : Permohonan Data Awal	
Kepada Yth, Direktur UOBK RSUD dr. Slamet Garut Di Tempat	
Menindaklanjuti Surat Dari Mahasiswa/i Universitas Bhakti Kencana Nomor 072/1109-Bakesbanpol/XII/2024 Perihal Permohonan Data Awal Pada Prinsipnya kami Tidak Keberatan dan Memberikan Ijin kepada :	
Nama	: Ayu Lestari
NPM	: 221FK06007
Tujuan	: Permohonan Data Awal
Lokasi/Tempat	: RSUD dr.Slamet Garut
Tanggal/Observasi	: 17 Desember 2024 s/d 17 Januari 2025
Bidang/Judul	: Penerapan Pemberian Aroma Terapi Lavender Dalam Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Sectio Caesarea Dengan Gangguan Pola Tidur di RSUD dr. Slamet Garut
Untuk Melaksanakan Permohonan Data Awal/ Di RSUD dr. Slamet Garut Demikian agar menjadi maklum	
An.Kepala Dinas Kesehatan Seketaris u.b. Kepala Sub Bagian Umum Dan Kepegawaian	
	
Engkus Kusman, S.IP MSI Penata Tingkat 1 NIP.19710620 199103 1 002	

## Lampiran 4 Surat Studi Pendahuluan di Marjan Bawah



Jl. Pembangunan No 112 Tarogong Kidul Kab. Garut 44151  
(0262) 2248380 - 2800993  
bku.ac.id psdsu.garut@bku.ac.id

No : 356/03.FKP.LPPM-K.GRT/XII/2024  
Lampiran : -  
Perihal : Studi Pendahuluan

Garut, 19 Januari 2025

Kepada Yth.  
Kepala Ruangan Marjan Bawah  
RSUD dr. Slamet Garut  
Kab. Garut Di Tempat

Assalamualaikum wr.wb.

Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2024.2025 mahasiswa/I dituntut untuk melaksanakan penelitian berupa karya tulis ilmiah sebagai salah satu dari tiga pilar dalam Pendidikan di Perguruan Tinggi dan sebagai tugas akhir Pendidikan di UBK Garut.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk kesediaannya memberikan izin studi pendahuluan kepada Mahasiswa/I kami yang terlampir dibawah ini :

Nama : AYU LESTARI  
NIM : 221FK06007

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum wr.wb.

Hormat Kami  
Ketua Panitia  
  
Santi Ririjani, S.Kep., Ners., M.Kep  
NIDN. 0430058904

***Lampiran 5 Surat Permohonan Menjadi Responden***

**LEMBAR PERMOHONAN RESPONDEN**

Kepada Yth. Saudara/i (Responden)

Di Tempat

Dengan hormat,

Saya, mahasiswa DIII Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut, bermaksud mengajukan permohonan kepada Saudara/I untuk berkenan menjadi responden dalam penelitian yang saya lakukan dengan judul “Penerapan pemberian aromaterapi lavender dalam asuhan keperawatan pada ibu post section caesarea dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur diruang Agatearjan bawah UOBK RSUD dr.Slamet garut tahun 2025 ”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi Aromaterapi Lavender dalam mengatasi Gangguan Pola Tidur pada Ibu *Post Sectio Caesarea* yang sedang menjalani perawatan diruang Marjan Bawah. Partisipasi Saudara/i dalam penelitian ini akan sangat berharga dan diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu Keperawatan Maternitas, khususnya dalam meningkatkan kualitas Tidur Ibu *Post Sectio Caesarea* (SC) yang mengalami gangguan pola tidur.

Kami menjamin bahwa informasi yang diberikan oleh Saudar/i akan diajaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini. Selain itu, Saudara/I memiliki hak untuk mengundurkan diri dari penelitian ini kapan saja tanpa adanya konsekuensi apapun. Dengan ini saya mohon kesediaan Saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan menandatangani lembar persetujuan yang terlampir. Atas perhatian dan Kerjasama Saudara/i, saya ucapkan terimakasih.

Garut, Agustus 2025  
Peneliti

(Ayu Lestari)

*Lampiran 6 Surat Persetujuan Responden ( Informed Consent )*

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut dengan judul **“Penerapan pemberian aromaterapi lavender dalam asuhan keperawatan pada ibu post section caesarea dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur diruang marjan bawah RSUD dr. Slamet garut tahun 2025 ”**

Nama :

Umur :

Pekerjaan :

Suku :

Agama :

Saya memahami penelitian ini dimaksudkan untuk kepetingan ilmiah dalam rangka menyusun Karya Tulis Ilmiah bagi peneliti dan tidak akan mempunyai dampak negatif, serta merugikan bagi saya. Sehingga jawaban dan hasil observasi, benar-benar dapat dirahasiakan. Dengan demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Dengan lembar persetujuan ini saya tanda tangani dan apabila digunakan sebagaimana mestinya.

Garut, Juni 2025

Responden

(.....)



## Lampiran 7 SOP ( Standar Operasional Prosedur ) Aromaterapi Lavender

### Standar Operasional Prosedur (SOP) Aromaterapi Lavender

#### PROSEDUR TETAP

Pengertian	Aromaterapi lavender adalah suatu bentuk terapi yang memanfaatkan minyak esensial yang diekstraksi dari bunga lavender ( <i>Lavandula angustifolia</i> ). Minyak ini mengandung senyawa aktif seperti <i>linalool</i> dan <i>linalyl asetat</i> , yang memiliki berbagai efek terapeutik, <i>linalool</i> diketahui memiliki efek sedatif, yang dapat membantu menenangkan pikiran dan tubuh. Di sisi lain, <i>linalyl asetat</i> berkontribusi pada pengurangan gejala depresi, memberikan efek <i>antineurodepressive</i> .
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Meningkatkan kualitas tidur</li><li>2. Mengurangi Stres dan Kecemasan</li><li>3. Alternatif Non-Farmakologis</li><li>4. Memberikan efek sedative</li><li>5. Meningkatkan Relaksasi</li></ol>
Kebijakan	Khasiat aromaterapi telah menjadi produk yang banyak beredar di masyarakat karena dapat memberikan manfaat optimal bagi kesehatan tubuh dan juga menyembuhkan berbagai penyakit.
Indikasi	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Pasien Post <i>Sectio Caesarea</i> dengan masalah gangguan pola tidur</li><li>2. Relaksasi</li><li>3. Pengurangan Stres</li><li>4. Peningkatan Kualitas Tidur</li><li>5. Pengurangan Nyeri</li></ol>
Kontraindikasi	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Klien dengan alergi dan sensitivitas</li><li>2. Klien dengan gangguan penciuman</li><li>3. Klien dengan kondisi medis tertentu</li><li>4. Tidak boleh berinteraksi dengan obat-obatan tertentu (obat yang mempengaruhi sistem saraf pusat).</li></ol>
Peralatan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tempat dan lingkungan nyaman</li><li>2. Air bersih .</li><li>3. Essential Oil Lavender</li><li>4. Diffuser</li></ol>
Tahap Prainteraksi	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Mengkaji skala nyeri pasien dengan Visual Analogue Scale</li><li>2. Menyiapkan lembar kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) untuk mengkajikualitas tidur pasien</li><li>3. Menyiapkan SOP Aroma Terapi Lavender yang akan digunakan</li><li>4. Melihat data atau riwayat SC pasien</li><li>5. Mengkaji kesiapan klien untuk melakuka Terapi Aromaterapi Lavender</li><li>6. Mencuci tangan</li></ol>
Tahap Orientasi	<ol style="list-style-type: none"><li>7. SIKAP<ol style="list-style-type: none"><li>a. Menyambut klien dengan sopan dan ramah (memberi salam dengan memandang klien).</li></ol></li></ol>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>b. Memperkenalkan diri kepada klien (memperkenalkan diri sebagai peneliti dengan menyebut nama sambil berjabat tangan atau memberi sentuhan kepada klien dengan ramah).</li> <li>c. Menjelaskan tujuan pemberian aromaterapi lavender</li> <li>d. Percaya diri (terlihat tenang dan melakukan dengan percaya diri)</li> <li>a. PERSIAPAN</li> <li>e. Klien</li> <li>f. Lingkungan</li> <li>g. Alat dan bahan (peralatan)</li> </ul>
Tahap Kerja	<p>8. LANGKAH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Atur posisi pasien senyaman mungkin, pastikan posisi klien nyaman dan rileks.</li> <li>b. Cek reaksi alergi terhadap essential oil lavender</li> <li>c. Cek pola tidur pasien (kualitas tidur, frekuensi tidur, dan durasi tidur klien)</li> <li>d. Buka tutup diffuser lalu isi dengan air sebanyak 30-40 ml</li> <li>e. Teteskan minyak essensial (jumlah sesuai kebutuhan), kemudian tutup diffuser.</li> <li>f. Tancapkan kabel diffuser ke stop kontak, atur kecepatan keluarnya uap pada diffuser.</li> <li>g. Anjurkan klien untuk menghirup aromaterapi dan rileks serta beri afirmasi positif pada klien.</li> <li>h. Setelah terapi selesai bersihkan alat dan atur posisi nyaman untuk klien.</li> </ul> <p>9. ATURAN PAKAI DAN PEMBERIAN</p> <p>Untuk penggunaannya, 4-5 tetes essential oil dalam 30-40 ml air dalam diffuser (60 menit) dengan jarak pemberian adalah 50-100 cm dari lokasi pasien, Implementasikan Penggunaan dilakukan setiap malam selama 3- 7 hari.</p> <p>10. Cek kembali respon klien terhadap aromaterapi lavender yang diberikan</p> <p>11. Cek kemampuan tidur klien, kualitas tidur, frekuensi tidur, dan durasi tidur klien.</p>
Tahap terminasi	<p>Evaluasi dan tindakan lanjut</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Melakukan evaluasi tindakan dengan mengecek kembali kondisi kemampuan tidur klien (kualitas tidur, frekuensi tidur, dan durasi tidur klien)</li> <li>b. Menganjurkan klien untuk melakukan kembali 2 kali (setiap tidur siang dan malam ) sehari selama 3-7 hari dengan pengawasan keluarga</li> <li>c. Salam Terapeutik dengan klien</li> <li>d. Mencuci tangan</li> </ul>
Dokumentasi	<p>Dokumentasi</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Dokumentasikan : nama klien, tanggal dan jam perekaman, dan respon pasien</li> <li>b. Paraf dan nama jelas perawat dicantumkan pada catatan pasien</li> </ul>

Sumber:( Elda Loru, 2020 & Nur Husnaeni, Syahruramdhani 2023)

**Pembimbing I**



**Rany Yulianie, S.ST, M.Kes.**

**NIDN:0408079201**

**Pembimbing II**



**Ns. Winasari Dewi, M.Kep**

**NIDN:0429098903**

## *Lampiran 8 SAP Aromaterapi Lavender*

### **SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) AROMATERAPI LAVENDER**

1. Topik / masalah : Penerapan Aroma Terapi Lavender
2. Tempat : Ruang Agate Bawah UOBK RSUD dr. Slamet Garut
3. Hari/Tanggal : April 2025
4. Waktu : 10.00 WIB s/d 10.30 WIB
5. Sasaran : Ibu Post *Sectio Caesarea* (SC)

---

---

#### **A. Latar Belakang**

Gangguan tidur setelah melahirkan dapat meningkatkan stres pada ibu serta meningkatkan kepekaan terhadap perubahan suasana hati. Ketidakstabilan ritme tidur, di mana ibu sering terbangun untuk merawat bayinya, dapat memicu depresi pasca melahirkan dan berpengaruh negatif terhadap suasana hati serta kualitas tidur ibu postpartum. Pada periode ini, ibu sangat rentan terhadap postpartum blues, yang dapat berbahaya bagi ibu dan bayi jika tidak ditangani dengan baik. Menurut Aifa (2022), penyebab pasti dari postpartum blues masih belum sepenuhnya diketahui; namun, beberapa penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti usia, pendidikan, dan dukungan keluarga berkontribusi terhadap kondisi ini. Ibu yang mengalami postpartum blues sering menunjukkan gejala seperti perasaan depresi, mudah menangis, mudah tersinggung, kecemasan, kebingungan, agitasi, sakit kepala, emosi yang tidak stabil, serta kecenderungan untuk menyalahkan diri sendiri dan merasa tidak mampu. Selain itu, gangguan tidur yang dialami dapat memperburuk stres, yang pada akhirnya dapat memicu

postpartum blues. Stres ini juga dapat mempengaruhi produksi ASI, sehingga penting bagi lingkungan sekitar untuk memberikan dukungan yang memadai agar ibu dapat melalui masa pemulihan dengan lebih baik (Ropika & Meliati, 2021).

Untuk mengatasi gangguan tidur, terdapat dua cara yang dapat dilakukan, yaitu terapi nonfarmakologi dan farmakologi. Menurut penelitian Rahmawati & Machfudloh (2023), masalah kualitas tidur dapat ditangani melalui berbagai metode, baik dengan farmakologi atau nonfarmakologi. Perawatan farmakologis mungkin melibatkan pemberian obat tidur atau obat penenang lainnya. Di sisi lain, terapi nonfarmakologi dapat mencakup penggunaan musik relaksasi, pijat, yoga, hipnoterapi, doa, serta aromaterapi seperti: *rosemary*, *peppermint*, *rose*, dan *jasmine* dan salah satu pilihan yang populer adalah aromaterapi lavender. Maharani (2021) menyatakan bahwa aromaterapi inhalasi lavender adalah salah satu metode pengobatan gangguan tidur yang efektif. Lavender dikenal memiliki aroma yang kuat dan menenangkan, serta mengandung minyak atsiri yang dapat memperpanjang durasi tidur. Selain itu, lavender kaya akan manfaat yang serbaguna, menjadikannya pilihan yang baik untuk meningkatkan kualitas tidur (Laila et al., 2024).

Penggunaan aromaterapi lavender terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan, kesulitan tidur, dan depresi. Manfaat aromaterapi lavender berbeda dari jenis aromaterapi lainnya, seperti: *rosemary*, *peppermint*, *rose*, dan *jasmine*. Penerapan aromaterapi lavender juga memberikan dampak positif terhadap kualitas tidur ibu postpartum yang telah menjalani operasi caesar. Aromaterapi ini mampu menciptakan suasana tenang, menyeimbangkan emosi, dan memberikan

rasa nyaman, serta meningkatkan keterbukaan dan kepercayaan diri. Selain itu, aromaterapi lavender memiliki kemampuan untuk menurunkan tekanan, mengatasi gangguan kecemasan, mengurangi rasa nyeri, dan membantu menyeimbangkan emosi yang tidak stabil, seperti histeria dan frustrasi.(Ropika & Meliati, 2021). Dalam Lavender terdapat kandungan linalool dan linalyl asetat, memiliki manfaat terapeutik yang signifikan. Penyerapan zat-zat ini melalui kulit dapat ditingkatkan dengan teknik pijatan, yang membantu memaksimalkan efeknya. *Linalool* diketahui memiliki efek sedatif, yang dapat membantu menenangkan pikiran dan tubuh. Di sisi lain, *linalyl asetat* berkontribusi pada pengurangan gejala depresi, memberikan efek antineurodepressive. Ketika kedua senyawa ini digunakan bersamaan, mereka dapat menciptakan rasa relaksasi yang mendalam, yang sangat penting dalam proses pemulihan setelah pembedahan. Selain itu, penggunaan lavender juga dapat membantu mengurangi kecemasan, memperbaiki gangguan pola tidur, meningkatkan perasaan kesejahteraan, mendukung kewaspadaan mental, serta menekan agresi. Dengan demikian, lavender bukan hanya sekadar tanaman aromatik, tetapi juga memiliki potensi terapeutik yang luas untuk kesehatan mental dan fisik(Pratiwi & Subarnas, 2020).

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Setelah dilakukan penyuluhan diharapkan pasien dapat memahami konsep tentang Aromaterapi Lavender.

### **2. Tujuan Khusus**

Setelah dilakukan penyuluhan diharapkan peserta dapat:

- a. Menyebutkan pengertian Aromaterapi Lavender
- b. Menyebutkan tujuan Aromaterapi Lavender
- c. Menyebutkan manfaat Aromaterapi Lavender
- d. Menjelaskan tentang alat dan bahan yang digunakan untuk Aromaterapi Lavender
- e. Menjelaskan dan memperagakan tentang teknik penerapan Aromaterapi Lavender

**C. Topik**

Aromaterapi Lavender

Sub Topic Bahasan

1. Pengertian Aromaterapi Lavender
2. Tujuan Aromaterapi Lavender
3. Manfaat Aromaterapi Lavender
4. Alat dan bahan yang digunakan untuk Aromaterapi Lavender
5. Cara melakukan teknik Penerapan Aromaterapi Lavender

**D. Karakteristik Peserta**

Pasien dan Keluarga pasien di ruang Marjan Atas RSUD dr. Slamet Garut

**E. Media dan alat**

Leaflet

**F. Metode**

1. Ceramah
2. Diskusi dan tanya jawab

**G. Uraian Tugas**

1. Moderator
  2. Bertanggung jawab dalam kelancaran diskusi pada penyuluhan
  3. Memperkenalkan anggota kelompok dan pembimbing
  4. Menyepakati bahasa yang akan digunakan selama penyuluhan dengan audien
  5. Menyampaikan kontrak waktu
  6. Merangkum semua audien sesuai kontrak
  7. Mengarahkan diskusi pada hal yang terkait pada tujuan diskusi
2. Penyaji
  - a. Bertanggung jawab memberikan penyuluhan
  - b. Memahami topik penyuluhan
  - c. Mengexplore pengetahuan audien tentang Aromaterapi Lavender
  - d. Menjelaskan cara Penerapan Aromaterapi Lavender
  - e. Memberikan reinforcement positif atas partisipasi aktif audien
3. Fasilitator
  - a. Menjalankan absensi audien dan mengawasi langsung pengisian di awal acara.
  - b. Memperhatikan presentasi dari penyaji dan memberi kode pada moderator jika ada ketidaksesuaian dengan dibantu oleh observer.
  - c. Memotivasi peserta untuk aktif berperan dalam diskusi, baik dalam mengajukan pertanyaan maupun menjawab pertanyaan.
  - d. Membagikan leaflet di akhir acara.



## H. Kegiatan penyuluhan

No	Waktu	Kegiatan pengajar	Kegiatan Peserta
1.	5 menit	<p>Pembukaan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Mengucapkan salam</li> <li>Memperkenalkan anggota kelompok dan pembimbing</li> <li>Menjelaskan topik penyuluhan</li> <li>Menjelaskan tujuan penyuluhan</li> <li>Membuat kontrak waktu dan meminta kerja sama dengan audiens</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menjawab salam</li> <li>Memperhatikan</li> <li>Memperhatikan</li> <li>Memperhatikan</li> <li>Memperhatikan</li> </ol>
2.	20 menit	<p>Pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Menggali pengetahuan klien tentang pengertian Aromaterapi lavender</li> <li>Memberi reinforcement positif pada peserta yang menjelaskan</li> <li>Menjelaskan pengertian Aromaterapi lavender</li> <li>Menggali pengetahuan klien tentang tujuan dan manfaat Aromaterapi lavender</li> <li>Memberi reinforcement positif pada peserta yang menjelaskan</li> <li>Menyebutkan tujuan dan manfaat Aromaterapi lavender</li> <li>Menjelaskan tentang alat dan bahan yang digunakan dalam penerapan Aromaterapi lavender</li> <li>Menggali pengetahuan peserta tentang teknik melakukan Aromaterapi lavender</li> <li>Memberikan reinforcement positif pada peserta yang menjelaskan</li> <li>Menjelaskan tentang teknik melakukan Aromaterapi lavender dengan diffuser</li> <li>Memberikan kesempatan pada peserta lain peserta yang lain untuk memberikan pendapat</li> <li>Melengkapi jawaban peserta</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Menjawab dan mengajukan pertanyaan</li> <li>Memperhatikan</li> <li>Mendengarkan dan memperhatikan</li> <li>Mengajukan pertanyaan</li> <li>Memperhatikan</li> <li>Mendengarkan dan memperhatikan</li> <li>Mendengarkan dan memperhatikan</li> <li>Menjawab dan mengajukan pertanyaan</li> <li>Memperhatikan</li> <li>Mendengarkan dan memperhatikan</li> <li>Memperhatikan dan menjelaskan</li> <li>Mendengarkan dan memperhatikan</li> </ol>

3.	5 menit	Penutup	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Menjawab pertanyaan</li> <li>b. Memperhatikan</li> <li>c. Menjawab salam</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Mengevaluasi atau menanyakan kembali materi yang telah disampaikan pada peserta</li> <li>b. Menyimpulkan kembali materi yang telah disampaikan</li> <li>c. Memberikan motivasi kepada pasien agar selalu konsisten melakukan terapi Aromaterapi Lavender</li> <li>d. Memberi salam penutup</li> </ul>	

## I. Evaluasi

### 1. Evaluasi Struktur

- a. Diharapkan mahasiswa berada pada posisi yang sudah direncanakan
- b. Diharapkan tempat dan media serta alat sesuai rencana
- c. Diharapkan mahasiswa dan sasaran menghadiri penyuluhan

### 2. Evaluasi Proses

- a. Diharapkan pelaksanaan kegiatan sesuai dengan waktu yang telah direncanakan
- b. Diharapkan peran dan tugas mahasiswa sesuai dengan perencanaan
- c. Diharapkan waktu yang direncanakan sesuai pelaksanaan
- d. Diharapkan sasaran penyuluhan dan mahasiswa mengikuti kegiatan penyuluhan sampai selesai
- e. Diharapkan sasaran penyuluhan dan mahasiswa berperan aktif selama kegiatan berjalan

### 3. Evaluasi Hasil Peserta mampu :

- a. Peserta mampu menyebutkan pengertian Aromaterapi Lavender

- b. Peserta mampu menyebutkan tujuan Aromaterapi Lavender
- c. Peserta mampu menyebutkan manfaat Aromaterapi Lavender
- d. Peserta mampu menyebutkan alat dan bahan apa saja yang digunakan untuk melakukan Aromaterapi Lavender
- e. Peserta mampu menjelaskan kapan waktu yang tepat untuk melakukan Terapi Aromaterapi Lavender dengan diffuser
- f. Peserta mampu menjelaskan bagaimana cara melakukan penerapan Aromaterapi Lavender Dengan menggunakan diffuser

## **J. Materi**

- a. Pengertian Aromaterapi Lavender

Aromaterapi lavender adalah suatu bentuk terapi yang memanfaatkan minyak esensial yang diekstraksi dari bunga lavender (*Lavandula angustifolia*). Minyak ini mengandung senyawa aktif seperti *linalool* dan *linalyl asetat*, yang memiliki berbagai efek terapeutik, *linalool* diketahui memiliki efek sedatif, yang dapat membantu menenangkan pikiran dan tubuh. Di sisi lain, *linalyl asetat* berkontribusi pada pengurangan gejala depresi, memberikan efek *antineurodepressive*.

- b. Tujuan Aromaterapi Lavender
  - 1. Meningkatkan kualitas tidur
  - 2. Mengurangi Stres dan Kecemasan
  - 3. Alternatif Non-Farmakologis
  - 4. Memberikan efek sedative

## 5. Meningkatkan Relaksasi

### c. Alat dan Bahan

1. Tempat dan lingkungan nyaman
2. Air bersih .
3. Essential Oil Lavender
4. Diffuser

### d. Prosedur melakukan penerapan Aromaterapi dengan diffuser

1. Atur posisi pasien senyaman mungkin, pastikan posisi klien nyaman dan rileks.
2. Cek reaksi alergi terhadap essential oil lavender
3. Cek pola tidur pasien (kualitas tidur, frekuensi tidur, dan durasi tidur klien)
4. Buka tutup diffuser lalu isi dengan air sebanyak 30-40 ml
5. Teteskan minyak essensial (jumlah sesuai kebutuhan), kemudian tutup diffuser.
6. Tancapkan kabel diffuser ke stop kontak, atur kecepatan keluarnya uap pada diffuser.
7. Anjurkan klien untuk menghirup aromaterapi dan rileks serta beri afirmasi positif pada klien.
8. Setelah terapi selesai bersihkan alat dan atur posisi nyaman untuk klien.

### e. Aturan Pakai dan Pemberian

Untuk penggunaannya, 4-5 tetes essential oil dalam 30-40 ml air dalam diffuser (60 menit) dengan jarak pemberian adalah 50-100 cm dari lokasi pasien, Implementasikan Penggunaan dilakukan setiap malam selama 3- 7 hari.

***Lampiran 9 Kusioner Pittsburgh Sleep Quality (PSQI)***

DATA UMUM

Nama :

Usia :

- A. Jawablah pertanyaan berikut ini! Selain pertanyaan no 1 dan 3 tanda (√) pada salah satu jawaban yang anda anggap paling sesuai!

---

1. Jam berapa biasanya anda tidur pada malam hari?

---

2. Berapa lama (dalam menit) yang anda perlukan untuk dapat mulai tertidur setiap malam? Waktu Yang Dibutuhkan Saat Mulai Berbaring Hingga Tertidur

---

3. Jam berapa biasanya anda bangun di pagi hari?

---

4. Berapa jam lama tidur anda pada malam hari? (hal ini mungkin berbeda dengan jumlah jam yang anda habiskan ditempat tidur) Jumlah Jam Tidur Permalam

---

B. Berikan tanda (√) pada salah satu jawaban yang anda anggap paling sesuai!

5. seberapa sering anda mengalami hal di bawah ini:	Tidak pernah (0)	1x (1)	2x (2)	≥ 3x (3)
a. Tidak dapat tidur di malam hari dalam waktu 30 menit				
b. Bangun tengah malam atau dini hari				
c. Harus bangun untuk ke kamar mandi				
d. Tidak dapat bernafas dengan nyaman				
u. Merasa kedinginan				
v. Merasa Kepanasan				
w. Merasakan nyeri				
x. Tolong jelaskan penyebab lain yang belum disebutkan di atas yang menyebabkan anda terganggu di malam hari dan seberapa sering anda mengalaminya?				
6. Seberapa sering anda mengkonsumsi obat tidur (diresepkan oleh dokter ataupun obat bebas) untuk membantu anda tidur?				
7. Seberapa sering anda merasa terjaga atau mengantuk ketika melakukan aktifitas mengemudi, makan atau aktifitas sosial lainnya?				
	Tidak ada masalah (0)	masalah kecil (1)	Masalah sedang (2)	Masalah berat (3)



- Selama sebulan terakhir, bagaimana anda menilai kualitas tidur anda secara keseluruhan? Selama sebulan terakhir, adakah masalah yang anda hadapi untuk bisa berkonsentrasi atau menjaga rasa antusias untuk menyelesaikan suatu?

	Sangat Baik (0)	Cukup Baik (1)	Cukup Buruk (2)	Sangat Buruk (3)
--	--------------------	-------------------	--------------------	---------------------

- Selama sebulan terakhir, bagaimana anda menilai kualitas tidur anda secara keseluruhan?

### KISI-KISI PSQI

Komponen	No item	Penilaian	
		Jawaban	skor
Kualitas Tidur secara subyektif	9	Sangat baik	0
		Cukup baik	1
		Buruk	2
		Sangat buruk	3
Durasi Tidur (lamanya waktu tidur)	4	>7 jam	0
		6-7 jam	1
		5-6 jam	2
		<5 jam	3
Skor Latensi Tidur	2+5a	0	0
		1-2	1
		3-4	2
		5-6	3
Latensi Tidur (waktu yang diperlukan untuk memulai tidur)	2	≤ 15 menit	0
		16-30 menit	1
		31-60 menit	2
		>60 menit	3

Efisiensi tidur Rumus:	1+3	>85 %	0
$\frac{\text{jumlah lama tidur}}{\text{jumlah lamanya ditempat tidur}} \times 1$		75-84 %	1
		65-74 %	2
		<65 %	3
Gangguan tidur pada malam hari	5b, 5c,	0	0
	5d, 5e,	1-9	1
	5f, 5g,	10-18	2
	5h, 5i, 5j	19-27	3
Disfungsi tidur siang hari	7+8	0	0
		1-2	1
		3-4	2
		5-6	3
Penggunaan obat tidur	6	0	0
		<1	1
		1-2	2
		>3	3

Sumber:(Nurhalimah, 2024)

Keterangan Kolom Nilai Skor:

0 = Sangat Baik

1 = Cukup Baik

2 = Agak Buruk

3 = Sangat Buruk

Untuk menentukan Skor akhir yang menyimpulkan kualitas Tidur keseluruhan:

Jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7 Dengan hasil ukur:

(Baik :  $\leq 5$ , Buruk :  $>5$ )

***Lampiran 10 Format Auhan Keperawatan Maternitas***

**a. Pengkajian**

**1. Pengumpulan Data**

a) Identitas Klien

Nama :  
TTL :  
Umur :  
Jenis kelamin :  
Agama :  
Pendidikan :  
Pekerjaan :  
Status pernikahan :  
Suku /Bangsa :  
Tanggal asuk RS : Jam  
Tanggal pengkajia : Jam  
Tanggal /rencana operasi : Jam  
No. Medrec :  
Diagnosa Medis :  
Alamat :

b) Identitas Penanggung Jawab

Nama :  
Umur :  
Jenis Kelamin :  
Pendidikan :  
Pekerjaan :  
Agama :  
Hubungan dengan klien :  
Alamat :

c) Riwayat Kesehatan

1) Riwayat Kesehatan Sekarang

(a) Keluhan Utama Saat Masuk Rumah Sakit

Menguraikan saat keluhan pertama kali dirasakan, tindakan yang dilakukan sampai klien datang ke RS, tindakan yang sudah dilakukan di rumah sakit sampai klien menjalani perawatan.

(b) Keluhan Utama Saat Di kaji

Keluhan yang paling dirasakan oleh klien saat dikaji, diuraikan dalam konsep PQIRST dalam bentuk narasi

(1)Provokatif dan paliatif : apa penyebabnya apa yang memperberat dan apa yang mengurangi

(2)*Quality*/ kuantitas : dirasakan seperti apa, tampilanya, suaranya, berapa banyak

(3)*Region* /radiasi : lokasinya dimana , penyebarannya

(4)*Saverity /scale* : intensitasnya (skala) pengaruh terhadap aktifitas

(5)*Timing* : kapan muncul keluhan, berapa lama, bersipat (tiba- tiba,sering, bertahap)

2) Riwayat Kesehatan Dahulu

Mengidentifikasi riwayat kesehatan yang memiliki hubungan dengan klien dengan atau memperberat keadaan penyakit yang sedang diderita saat ini. Termasuk faktor predisposisi penyakit.

3) Riwayat Kesehatan Keluarga

Mengidentifikasi apakah di keluarga ada riwayat penyakit menular atau turunan atau keduanya

(1) Bila ditemukan riwayat penyakit menular di buat struktur keluarga, dimana di identifikasi individu – individu yang tinggal serumah bukan genogram

(2) Bila ditemukan riw. Penyakit keturunan dibuat genogram minimal 3 generasi

d) Riwayat ginekologi dan obstetric

1) Riwayat ginekologi

(a) Riwayat menstruasi Menarche

Lama haid :

Siklus menstruasi :

Masalah selama haid :

HPHT :

TP :

(b) Riwayat pernikahan Usia ibu menikah

Usia ayah menikah :

Lama Pernikahan :

Pernikahan ke :

Jumlah anak :

(c) Riwayat keluarga berencana

Melaksanakan keluarga berencana :  Ya  Tidak

Jenis kontrasepsi apa yang digunakan :

MOP (Medis Operatif Pria)  IUD

MOW (Medis Operatif Wanita)  Pil

Suntik  Inplant  Lain-lain .....

Lama menggunakan kontrasepsi : Masalah yang terjadi :

Rencana kontrasepsi yang akan digunakan : Alasan memilih kontrasepsi :

2) Riwayat obstetri

(a) Riwayat kehamilan, persalinan dan nifas dahulu

Anak ke	Kehamilan	persalinan	Komplikasi	Anak	
No	Thn Umur Kehamilan	Penyulit	Jenis Penolo ng Penyulit	Las era Infek si pen dar aha n	Jenis kela min B T B b

(b) Riwayat kehamilan sekarang

Pemeriksaan Kehamilan :

Riwayat Imunisasi :

Riwayat Pemakaian obat selama Kehamilan :

Keluhan selama kehamilan :

(c) Riwayat persalinan sekarang Tanggal persalinan :

Tipe persalinan : spontan/ tindakan

Lama persalinan : Kala I, Kala II, Kala III, penyulit  
perdarahan ml Jumlah

Jenis kelamin bayi : ..... BB ..... PB .....

APGAR score :

(d) Riwayat nifas sekarang Lochea:

Warna :

Bau :

Jumlah :

Tinggi fundus :

Kontraksi :

e) Pola aktivitas sehari-hari

Meliputi pola *activity daily living* (ADL) antara kondisi sehat dan sakit, diidentifikasi hal-hal yang memperburuk kondisi klien saat ini dari aspek ADL. Meliputi:

No	Jenis aktivitas	Dirumah	Dirumah sakit
1.	Nutrisi		
	a. Makan		
	Frekuensi		
	Jenis		
	Porsi		
	Keluhan		

- 
- b. Minum
    - Frekuensi
    - Jumlah
    - Jenis
    - Keluhan
- 

2. Eliminasi

- a. BAB
    - Frekuensi
    - Warna
    - Bau
    - Keluhan
  - b. BAK
    - Frekuensi
    - Jumlah
    - Bau
    - Keluhan
- 

3. Istirahat Tidur

- Siang
  - Malam
  - Keluhan
- 

4. Personal Hygiene

- Mandi
  - Gosok gigi
  - Keramas
  - Gunting kuku
  - Ganti pakaian
- 

5. Aktivitas  
(mobilisasi)

- Jenis
  - (pasif / aktif)
  - Keluhan
- 

a. Pemeriksaan Fisik

1) Pemeriksaan fisik ibu

- Keadaan Umum :  
Kesadaran : GCS (EMV)  
Penampilan :

2) Tanda-tanda Vital



Tekanan darah : mmHg  
Nadi : x /menit  
Respirasi : x /menit  
Suhu : °C

3) Antropometri

Tinggi badan : cm  
BB sebelum hamil : cm  
BB setelah hamil : cm  
BB setelah melahirkan : cm

4) Pemeriksaan Fisik *Head To Toe*

- 1) Kepala
- 2) Wajah
- 3) Mata
- 4) Telinga
- 5) Hidung
- 6) Mulut
- 7) Leher
- 8) Dada

Paru-paru, Jantung, Payudara

- 9) Abdomen

TFU, Kontraksi Uterus, Luka Post SC

- 10) Punggung dan bokong
- 11) Genitalia

Perdarahan pervaginam; jumlah, warna, konsistensi, bau  
Flour albus; jumlah, warna, konsistensi, bau

Lochea; jumlah, warna, konsistensi, bau  
Pemasangan dower cateter

Luka episiotomy; kondisi luka

- 12) Anus
- 13) Ekstremitas
  - Ekstremitas atas
  - Ekstremitas bawah

3) Pemeriksaan fisik bayi

- a) Keadaan Umum Penampilan :

Kesadaran bayi :

APGAR Score	1 menit pertama	5 menit pertama
Appearance (warna kulit)		
Pulse (denyut jantung)		
Grimace (respon refleks)		
Activity (tonus otot)		
Respiration (pernafasan)		
Jumlah		

b) Antropometri

Berat badan	:	Kg
Panjang badan	:	cm
Lingkar kepala	:	cm
Lingkar dada	:	cm
Lingkar abdomen	:	cm
Lingkar lengan atas	:	cm

c) Pemeriksaan Fisik *Head To Toe* (dilengkapi dengan refleks primitif bayi baru lahir)

- 1) Kepala
- 2) Wajah
- 3) Mata
- 4) Telinga
- 5) Hidung
- 6) Mulut
- 7) Leher
- 8) Dada
- 9) Abdomen
- 10) Punggung dan bokong
- 11) Genitalia
- 12) Anus
- 13) Ekstremitas
  - Ekstremitas atas
  - Ekstremitas bawah

b. Data Psikologis

1. Adaptasi psikologi post partum

Mengidentifikasi adaptasi psikologis klien pada masa nifas /post partum.

2. Konsep diri

a. Gambaran diri

- b. Ideal diri
- c. Harga diri
- d. Peran
- e. Identitas diri

c. Data Sosial

Hubungan dan pola interaksi klien dengan keluarga, masyarakat dan lingkungan saat sakit

d. Kebutuhan *Bounding Attachment*

Mengidentifikasi kebutuhan klien terhadap interaksi dengan bayi secara nyata, baik fisik, emosi, maupun sensori.

e. Kebutuhan Pemenuhan Seksual

Mengidentifikasi kebutuhan klien terhadap pemenuhan seksual pada masa post partum / nifas.

f. Data Spiritual

Mengidentifikasi tentang keyakinan hidup, optimise kesembuhan penyakit, gangguan dalam melaksanakan ibadah.

g. Pengetahuan Tentang Perawatan Diri

Mengidentifikasi pengetahuan tentang perawatan diri; breast care, perawatan luka perineum, perawatan luka dirumah, senam nifas, KB dll.

h. Data Penunjang

Semua prosedur diagnostik dan lab yang dijalani klien. Hasil pemeriksaan di tulis termasuk nilai rujukan, pemeriksaan terakhir secara berturut – turut, (berhubungan dengan kondisi klien)

1) Laboratorium

Tanggal	Jenis pemeriksaan	Nilai rujukan	Satuan
---------	-------------------	---------------	--------

2) Radiologi

Tanggal	Jenis pemeriksaan	Hasil/Kesan
---------	-------------------	-------------

i. Program dan Rencana Pengobatan

Terapi yang diberikan diidentifikasi mulai nama obat, dosis, waktu, cara pemberian

Jenis Terapi	Dosis	Cara pemberian	Waktu
--------------	-------	----------------	-------

## 2. Analisa Data

Melakukan interpretasi data data senjang dengan tinjauan patofisiologi

No	Data	Etiologi	Masalah
	Kelompok data senjang yang menunjang masalah dikelompokkan dalam data Subjektif dan obyektif	Interprestasi data senjang secara ilmiah/fatofisiologi	Rumusan masalah keperawatan

### b. Diagnosa Keperawatan Berdasarkan Prioritas

Diagnosa keperawatan disusun dalam format PES (problem, etiologi, *symptom or sign*). Daftar diagnosa keperawatan disusun berdasarkan prioritas masalah. Diagnosa yang digunakan merujuk pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)

No Diagnosa Keperawatan

No	Diagnosa Keperawatan	Tanggal ditemukan	TTD
----	----------------------	-------------------	-----

### c. Perencanaan

No	Diagnosa Keperawatan	Intervensi	Tujuan	Tindakan
----	----------------------	------------	--------	----------

a. Rumusan tujuan mengandung konsep SMART dan mengandung kriteria indikator diagnosa keperawatan teratasi, merujuk pada Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)

b. Rencana tindakan keperawatan dibuat secara eksplisit dan spesifik, merujuk pada Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI)

c. Rasional

Berisi mekanisme pencapaian hasil melalui tindakan yang dilakuakn berupa tujuan dri satu tindakan

Salah : distraksi mengurangi nyeri

Benar : distraksi bekerja di corteks serebri dengan mengalihkan persepsi nyeri pada persepsi objek yang dilihat

**d. Pelaksanaan**

Pelaksanaan implementasi dan dilakukan evaluasi secara formatif setelah tindakan

---

No	Tanggal/Jam	Diagnosa Keperawatan	Tindakan	Nama & Ttd
----	-------------	----------------------	----------	------------

---

**e. Evaluasi**

- a. Evaluasi formatif dituliskan sebagai hasil dari suatu tindakan yang dicatat dalam format implementasi
- b. Evaluasi sumatif berupa pemecahan masalah diagnosa keperawatam dalam bentuk catatan perkembangan (SOAPIER) yang dibuat bila :
  - a. Kerangka waktu di tujuan tercapai
  - b. Diagnosa tercapai sebelum waktu di tujuan
  - c. Terjadi perburukan kondisi
  - d. Muncul masalah baru

---

No	Tanggal	Diagnosa Kaperawatan	Evaluasi Sumatif	Nama & Ttd
----	---------	----------------------	------------------	------------

---

S :

O :

A :

P :

I :

E :

R :

---

## Lampiran 10 Leaflet Gangguan Pola Tidur

### APA ITU GANGGUAN POLA TIDUR?



Gangguan pola tidur adalah kondisi yang mempengaruhi kualitas dan kuantitas tidur seseorang, yang sering kali disebabkan oleh faktor eksternal. Gangguan ini terjadi ketika individu mengalami perubahan dalam pola istirahatnya, baik dari segi durasi maupun kualitas, yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan mengganggu gaya hidup yang diinginkan.

### Penyebab gangguan pola tidur

1. Nyeri pasca operasi, rasa sakit akibat sayatan operasi dapat mengganggu kenyamanan dan kualitas tidur ibu.
2. Ketidaknyamanan fisik, selain nyeri, ketidaknyamanan di area kandung kemih dan gangguan dari bayi juga dapat berkontribusi terhadap kesulitan tidur
3. Kelelahan, ibu yang mengalami kelelahan akibat proses persalinan dan perawatan bayi cenderung mengalami gangguan tidur.

### Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kuantitas dan Kualitas Tidur

1. Penyakit atau status kesehatan
2. Lingkungan
3. Kelelahan
4. Kecemasan
5. Alkohol
6. Obat-obatan
7. Stres
8. Nutrisi
9. Motivasi
10. Merokok

### GANGGUAN POLA TIDUR



**AYU LESTARI**  
221FK06007

PROGRAM STUDI III KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA GARUT  
2025

### Kuncinya? Tingkatkan Kualitas tidur

### Dampak Gangguan Pola Tidur

1. Kualitas tidur yang baik memiliki peranan penting dalam menjaga keseimbangan tubuh dan memulihkan energi setelah sehabis beraktivitas.
2. Kurang tidur dapat menghambat kemampuan seseorang untuk berkonsentrasi, yang sangat penting dalam berbagai aktivitas
3. Rasa kantuk yang berlebihan di siang hari juga merupakan dampak dari sulit tidur di malam hari.
4. Kurang tidur dapat menurunkan motivasi dan produktivitas.
5. Insomnia juga dapat memengaruhi kesehatan mental seseorang.

### Dampak Gangguan Pola Tidur pada Ibu Post SC

1. Kualitas Tidur yang Buruk menjadi salah satu masalah utama.
2. Dampak pada Kesehatan Fisik juga tidak bisa diabaikan. Gangguan tidur dapat menghambat proses penyembuhan pasca operasi
3. Pengaruh Emosional dan Psikologis dari gangguan pola tidur sangat signifikan.
4. Interaksi dengan Bayi juga menjadi faktor penyebab kesulitan tidur.
5. Pemulihan dan Dukungan menjadi aspek penting dalam proses ini.

### Penatalaksanaan medis

#### 1. Terapi Non Farmakologi

1. Terapi Relaksasi,
2. Terapi Tidur yang Bersih,
3. Terapi Pengaturan Tidur
4. Terapi Psikologi atau Psikiatri
5. Cognitive Behavioral Therapy (CBT)
6. Sleep Restriction Therapy
7. 1. Stimulus Control Therapy

#### 2. Terapi Farmakologi

1. Penggunaan dosis yang rendah namun tetap efektif sangat dianjurkan untuk mengurangi risiko efek samping.
2. Dosis yang diberikan sebaiknya bersifat intermiten
3. Pengobatan sebaiknya dilakukan dalam jangka pendek
4. Proses penghentian terapi harus dirancang sedemikian rupa sehingga tidak menimbulkan kekambuhan pada gejala insomnia
5. Mengingat potensi efek samping yang dapat ditimbulkan oleh obat-obatan, termasuk risiko ketergantungan, sangat penting bahwa terapi farmakologis dilakukan di bawah pengawasan dokter yang kompeten di bidangnya.

8. Cognitive Therapy
9. Imagery Training
10. Mengubah gaya hidup

## Lampiran 11 Leaflet Aromaterapi Lavender



### AROMATERAPI LAVENDER

Aromaterapi lavender adalah suatu bentuk terapi yang memanfaatkan minyak esensial yang diekstraksi dari bunga lavender (*Lavandula angustifolia*). Minyak ini mengandung senyawa aktif seperti linalool dan linalyl asetat, yang memiliki berbagai efek terapeutik, linalool diketahui memiliki efek sedatif, yang dapat membantu menenangkan pikiran dan tubuh. Di sisi lain, linalyl asetat berkontribusi pada pengurangan gejala depresi, memberikan efek antineurodepressive.

#### MANFAAT AROMATERAPI LAVENDER

1. Meningkatkan Suasana Hati
2. Membantu Tidur Lebih Nyenyak
3. Meredakan Sakit Kepala
4. Meringankan Gejala Penyakit Kulit
5. Meredakan Nyeri Haid
6. Sifat Antimikroba
7. Mengatasi Insomnia

### MINYAK LAVENDER

Minyak essential lavender merupakan salah satu bahan dasar yang sangat penting dalam aromaterapi dan aplikasi farmasi. Minyak ini dikenal memiliki berbagai sifat terapeutik, termasuk sebagai antikonvulsan, sedatif, antidepresan, antiseptik, antihipertensi, antioksidan, dan antiinflamasi. Proses pembuatan minyak lavender dilakukan melalui penyulingan bunga lavender, yang memiliki beberapa spesies, antara lain *Lavandula burnamii*, *Lavandula dhofarensis*, *Lavandula latifolia*, dan *Lavandula stoechas*. Lavender juga sering digunakan dalam terapi aroma



### TEKNIK PEMBERIAN

teknik yang digunakan yaitu dengan alat diffuser, diffuser adalah perangkat yang berfungsi mengubah minyak aromaterapi menjadi uap, sehingga dapat menyebarkan aromanya ke seluruh ruangan. Alat ini tersedia dalam berbagai bentuk, seperti wadah keramik (tungku) yang menggunakan lilin atau yang beroperasi dengan listrik. Saat menggunakan diffuser, sebaiknya tidak digunakan dalam jangka waktu yang terlalu lama untuk menghindari kelebihan paparan aroma.

### TUJUAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER

1. Meningkatkan Kualitas Tidur
2. Mengurangi Stres dan Kecemasan
3. Efek Sedatif
4. Alternatif Non-Farmakologis
5. Meningkatkan Relaksasi

### ALAT DAN BAHAN

1. Tempat dan lingkungan nyaman
2. Air bersih
3. Essential Oil Lavender
4. Diffuser

### PROSEDUR PENGGUNAAN

- a. Atur posisi pasien nyaman mungkin, pastikan posisi klien nyaman dan rileks.
- b. Cek reaksi alergi terhadap essential oil lavender
- c. Cek pola tidur pasien (kualitas tidur, frekuensi tidur, dan durasi tidur klien)
- d. Buka tutup diffuser lalu isi dengan air sebanyak 30-40 ml
- e. Teteskan minyak esensial (jumlah sesuai kebutuhan), kemudian tutup diffuser.
- f. Tancapkan kabel diffuser ke stop kontak, atur kecepatan keluarannya uap pada diffuser.
- g. Anjurkan klien untuk menghirup aromaterapi dan rileks serta beri afirmasi positif pada klien.
- h. Setelah terapi selesai bersihkan alat dan atur posisi nyaman untuk klien.

### ATURAN PAKAI

Untuk penggunaannya, 4-5 tetes essential oil dalam 30-40 ml air dalam diffuser (60 menit) dengan jarak pemberian adalah 50-100 cm dari lokasi pasien, Implementasikan Penggunaan dilakukan setiap malam selama 3-7 hari.



### AROMATERAPI LAVENDER DENGAN MENGGUNAKAN DIFFUSER



**AYU LESTARI**  
NIM:221FK06007

**PROGRAM STUDI III  
KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA  
GARUT 2025**



## Lampiran 12 Lembar Catatan Bimbingan



Universitas  
Bhakti Kencana



12.03.00/FRM-03/CAB.GRT-SPMI

### CATATAN BIMBINGAN


Nama Mahasiswa : Ayu Lestari  
NIM : 221Pk06007  
Judul Proposal : Penerapan pemberian Aromaterapi Lavender dalam Asuhan keperawatan  
Nama Pembimbing : Pany-tullantie, SST, M.Kes.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	18 Desember 2024.	* BAB I - Data perbandingan lengkap - kutipan perbukti - untuk penelitian terdahulu disertakan dengan judul - Pampat Nyeri jelaskan secara rinci - Lavender lengkap pengertian, kandungan. - perbandingan lavender dengan aromaterapi lainnya (lengkap).	



CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Ayu Iestari  
 NIM : 2211706007  
 Judul Proposal : Penerapan pemberian aromaterapi lavender dalam asuhan  
 keperawatan pada ibu post sc  
 Nama Pembimbing : Pamy tullanie . S . ST . M . Kes .

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	4 Februari 2025.	<p>* BAB I</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kandungan lavender di lengkapi</li> <li>- rumusan masalah di lengkapi</li> <li>- tujuan penelitian di tambahkan tempat (puangan).</li> </ul> <p>* BAB II</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- uraian konsep post partum dan sc di perbaiki</li> <li>- klasifikasi sc dilengkapi</li> <li>- adaptasi fisiologis post partum dilengkapi</li> <li>- sop perbaiki</li> <li>- pengkajian dilengkapi</li> </ul>	



CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Ayu Lestari  
NIM : 221906007.  
Judul Proposal : Penerapan pemberian Aromaterapi lavender dalam Anakan  
keperawatan pada Ibu post sc.  
Nama Pembimbing : Pany-tullanie, s. ST, m. ke.s.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	27 Februari 2025.	BAB I : Acc - Cek penulisan  BAB II - Tambahkan faktor penyebab yang mempengaruhi kuantitas dan kualitas tidur. - Tambahkan kelebihan dan kekurangan esensial oil lavender. - Perbaiki sumber sop - Perbaiki penempatan fisik - Evaluasi lengkap dengan kriteria hari  * BAB III - lengkapi etika studi kasus.	Raufy





CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Ayu Iestari  
NIM : 221Ft06007  
Judul Proposal : Penerapan pemberian Aromaterapi Lavender dalam Asuhan  
keperawatan Pada Ibu post-sc.  
Nama Pembimbing : Pany-tullantie .s.st.m.ker

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	21 .Maret 2025.	* BAB II : Acc Perbaiki penulisan -  * BAB III : Acc  * Penambahan Lampiran - Lampiran; surat persetujuan, surat pernyataan.  - lengkapi Daftar tabel, Daftar Gambar /Daftar Diagram, Daftar Lampiran .  - lengkapi Daftar pustaka .	



CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Ayu Lestari  
NIM : 2218100007  
Judul Proposal : Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender dalam Asuhan Keperawatan pada Ibu Post sc  
Nama Pembimbing : Ns. Winasari Dewi, M.kep.


No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	12/3/2025	<p>x BAB I:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Data perbandingan lengkap</li><li>- Justifikasi pemilihan tempat belum ada</li><li>- Penatalaksanaan nonfarmakologi &amp; pergelas</li><li>- Hasil jurnal terdahulu pergelas</li><li>- Hasil Stupen lengkap</li><li>- Tujuan khusus lengkap</li><li>- Manfaat sesuaikan</li></ul> <p>* Perbaiki lain lihat di draft * Lanjutkan ke BAB II</p>	



CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Ayu Lestari  
NIM : 24170007  
Judul Proposal : Penerapan Aromaterapi Lavender dalam Asuhan Keperawatan  
Nama Pembimbing : Nc. Winasari Dewi M.kep.



perawatan

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	18/3/2025	# BAB III: * Lengkapi desain penelitian * Kriteria Sampel sesuaikan * Tambahkan definisi operasional * Tempat & waktu sesuaikan * Tahapan penelitian perjelas * Instrumen lengkapi * Etika penelitian lengkapi - Perbaikan lain cek di draft	 0428033303



CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Ayu Iestari  
 NIM : 221fk06007  
 Judul Proposal : Penerapan Aromaterapi Lavender dalam Asuhan Keperawatan pada Ibu post Secto caesarea.  
 Nama Pembimbing : Ns. Winasari Dewi, m.kep.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	18/3/2025	<ul style="list-style-type: none"> <li>* BAB I : ACC               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cek penulisannya lasi</li> </ul> </li> <li>* BAB II :               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cek penulisan &amp; cara penyetikan</li> <li>- Konsep SC: urutan sesuaikan, penatalaksanaan perjalan, pathway perbaiki,</li> <li>- Konsep terapi : ⊕ kelebihan &amp; kekurangan, waktu &amp; durasi, gambar oil &amp; diffuser yg akan dipakai, SOP perbaiki</li> <li>- Konsep askep: analisa data perbaiki, intervensi lengkapi, implementasi lengkapi</li> </ul> </li> <li>* Perbaikan lain cek &amp; draft</li> </ul>	  



CATATAN BIMBINGAN


Nama Mahasiswa : Ayu Iestari  
NIM : 221706007  
Judul Proposal : penerapan Aromaterapi lavender dalam acuan keperawatan  
Nama Pembimbing : Pada Ibu Post Sectio caesarea -  
Ns. Wansari, Dewi, M.kep.

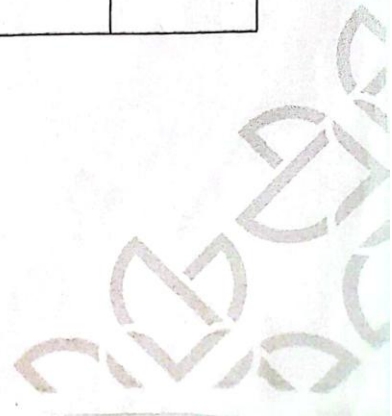
No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	20/3/2025	<p>* BAB II :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Konsep penyakit : urutan sesuaikan</li><li>- Konsep terapi : ttg terapinya bukan ttg minyaknya saja, SOP perbaikan</li></ul> <p>* BAB III :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- DO perbaikan &amp; persingkat</li><li>- Waktu penelitian sesuaikan</li><li>- Instrumen penelitian lengkap</li><li>- Tahap penelitian perjelas</li></ul> <p>* Perbaikan lain cek &amp; draft</p> <ul style="list-style-type: none"><li>* Buat daftar pustaka</li><li>* Lengkapi cover, daftar isi dll</li><li>* Lengkapi lampiran</li></ul>	



CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Ayu Iestari  
NIM : 211720007  
Judul Proposal : Penerapan Aromaterapi Lavender dalam Asuhan Keperawatan  
pada Ibu post se-  
Nama Pembimbing : Nc. Winasari Dewi M.kep.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	9/4/2025	<ul style="list-style-type: none"><li>- Cek kembali Cover, kata pengantar dll</li><li>- Daftar pustaka perbaiki</li><li>- Lampiran cek kembali</li></ul>	 Nc. Winasari 042509333








CATATAN BIMBINGAN

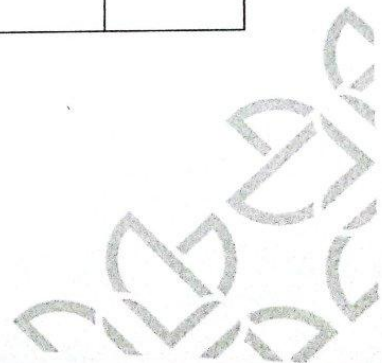
Nama Mahasiswa : Ayu Lestari  
NIM : 2211706007  
Judul Proposal : Penerapan pemberian Aromaterapi lavender dalam Asuhan  
keperawatan pada Ibu Post sc.  
Nama Pembimbing : Nc. Winarari Dwt, M.Kep.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	11/4/2025	<ul style="list-style-type: none"><li>* Perbaiki daftar pustaka</li><li>* ACC 4/ Seminar proposal</li><li>- Buat 2 rangkap draft 4/ penguji</li><li>- Buat slide 4/ presentasi</li><li>- Pahami isi draft</li></ul>	 0423020103

CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Ayu Lestari  
NIM : 221406007  
Judul Proposal : Penetapan Pemberian Aromaterapi Lavender dalam Asuhan  
Keperawatan Pada Ibu post sc.  
Nama Pembimbing : Pang -lullane . s-st .m.kes .

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	14. April 2025	- ACC BAB 1-3 . - persiapkan ppt dan pahami materi yang akan disampaikan.	









CATATAN BIMBINGAN

Nama Mahasiswa : Ayu Iestari  
NIM : 221F06007  
Judul Proposal : Penerapan pemberian Asuhan keperawatan pada  
Nama Pembimbing : Asuhan Keperawatan Ibu post sc.  
Ns. Wnasari Dewi M.kep.

No	Hari/Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
	31/7/2025	<ul style="list-style-type: none"><li>* Perbaiki abstrak B. Ind + B. Ins</li><li>* Waktu penelitian di BAB III Sesuaikan</li><li>* Lengkapi cover, kata pengantar dll</li><li>* Lengkapi lampiran</li><li>* Buat daftar pustaka</li><li>* BAB IV:<ul style="list-style-type: none"><li>- Beri ket pada hasil perhitungan kuesioner PSQI</li><li>- pembahasan perjelas</li></ul></li><li>* BAB V:<ul style="list-style-type: none"><li>- Kesimpulan perbaiki</li><li>- Saran lengkapi</li></ul></li></ul>	 



**Lampiran 13 Bakesbangpol Izin Penelitian**



**PEMERINTAH KABUPATEN GARUT**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Jl. Patriot No.10A, Telp. (0262) 2247473 Garut, Jawa Barat 44151

Nomor : 072/0622-Bakesbangpol/VI/2025  
Lampiran : 1 Lembar  
Perihal : Penelitian

Garut, 27 Mei 2025  
Kepada :  
Yth. Direktur UOBK RSUD  
dr. Slamet Garut

Dalam rangka membantu Mahasiswaji Universitas Bhakti Kencana Garut bersama ini terlampir Keterangan Penelitian Nomor : 072/0622-Bakesbangpol/VI/2025 Tanggal 27 Mei 2025, Atas Nama **AYU LESTARI / 221FK06007** yang akan melaksanakan Penelitian dengan mengambil lokasi di RSUD dr. Slamet Garut . Demi kelancaran Penelitian dimaksud, mohon bantuan dan kerjasamanya untuk membantu Kegiatan tersebut.

Demikian atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik



**Drs. H. NURRODHIN, M.Si.**  
Pembina Utama Muda, IV/c  
NIP. 19661019 199203 1 005

Tembusan, disampaikan kepada:  
1. Yth. Kepala Bappeda Kabupaten Garut;  
2. Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Garut;  
3. Yth. Ketua Universitas Bhakti Kencana Garut;  
4. Arsip.



PEMERINTAH KABUPATEN GARUT  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
Jl. Patriot No.10A, Telp. (0262) 2247473 Garut, Jawa Barat 44151

## SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 072/0622-Bakesbangpol/V/2025

a. Dasar

1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Dalam Negeri (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2010 Nomor 316), sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 14 Tahun 2011 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 41 Tahun 2010 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Dalam Negeri (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2011 Nomor 168)
2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian.

b. Memperhatikan :

Surat dari Universitas Bhakti Kencana Garut, Nomor 587/03.FKP.LPPM-K.GRT/V/2025 Tanggal 27 Mei 2025

**KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**, memberikan Surat Keterangan Penelitian kepada:

1. Nama / NPM /NIM/ NIDN : AYU LESTARI/ 221FK06007
2. Alamat : Kp. Munjul RT/RW 002/014, Ds. Banyuresmi, Kec. Banyuresmi, Kab. Garut
3. Tujuan : Penelitian
4. Lokasi/ Tempat : RSUD dr. Slamet Garut
5. Tanggal Penelitian/ Lama Penelitian : 27 Mei 2025 s/d 31 Juli 2025
6. Bidang/ Status/ Judul Penelitian : Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender dalam Asuhan Keperawatan pada Ibu Post Sectio Caesarea dengan Masalah Gangguan Pola Tidur di Ruang Agate Bawah UOBK RSUD dr. Slamet Garut
7. Penanggung Jawab : Santi Rinjani, S.Kep., Ners., M.Kep
8. Anggota : -

Yang bersangkutan berkewajiban melaporkan hasil Penelitian ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Garut. Menjaga dan menjunjung tinggi norma atau adat istiadat dan Kebersihan, Ketertiban, Keindahan (K3) masyarakat setempat dilokasi Penelitian. Serta Tidak melakukan hal-hal yang bertentangan dengan hukum.

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

Tembusan, disampaikan kepada:  
1. Yth Kepala Bappeda Kabupaten Garut,  
2. Yth Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Garut,  
3. Yth Ketua Universitas Bhakti Kencana Garut,  
4. Arsip



**Drs. H. NURRODHIN, M.Si.**  
Pembina Utama Muda, IV/c  
NIP. 19661019 199203 1 005



Universitas  
Bhakti Kencana



No : 597/03.FKP.LPPM-K.GRT/VI/2025  
Lampiran :-  
Perihal : Izin Penelitian

Garut, 11 Juni 2025

Kepada Yth.  
Kepala Ruangan / CI Ruang Agate Bawah  
UOBK RSUD dr. Slamet Garut  
Di  
Tempat

Assalamualaikumwr.wb.

Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2024.2025 mahasiswa/i dituntut untuk melaksanakan penelitian berupa karya tulis ilmiah sebagai salah satu dari tiga pilar dalam Pendidikan di Perguruan Tinggi dan sebagai tugas akhir Pendidikan di UBK Garut.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk kesediaannya memberikan izin untuk penelitian kepada Mahasiswa/i kami yang terlampir dibawah ini :

Nama : AYU LESTARI  
NIM : 221FK06007

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum wr.wb.

Mengetahui  
Kepala Ruangan / CI,

Detti Kusri A.

Hormat Kami  
Ketua Panitia  
  
Santi Rtnjahi, S.Kep.,Ners.,M.Kep  
NIDN. 0430058904



Universitas  
Bhakti Kencana

Jl. Pembangunan No.112 Tarogong Kidul Kab.Garut 44151  
(0262) 2248380 - 2800993  
bku.ac.id psdku.garut@bku.ac.id

No : 588/03.FKP.LPPM-K.GRT/V/2025  
Lampiran : -  
Perihal : Izin Penelitian

Garut, 2 Juni 2025

KepadaYth.  
CI Ruangan Agate Bawah RSUD dr.Slamet Garut  
Di Garut

Assalamualaikumwr.wb.

Berdasarkan kurikulum Prodi D III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut T.A 2024.2025 mahasiswa/i dituntut untuk melaksanakan penelitian berupa karya tulis ilmiah sebagai salah satu dari tiga pilar dalam Pendidikan di Perguruan Tinggi dan sebagai tugas akhir Pendidikan di UBK Garut.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mohon kepada Bapak/Ibu untuk kesediaannya memberikan izin untuk penelitian kepada Mahasiswa/i kami yang terlampir dibawah ini :

Nama : AYU LESTARI  
NIM : 221FK06007

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum wr.wb.

Hormat Kami  
Ketua Panitia  
  
Santi Rinjani, S.Kep.,Ners.,M.Kep  
NIDN. 0430058904



**Lampiran 14 Persetujuan Responden 1 dan 2**

**Responden 1**

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut dengan judul "Penerapan pemberian aromaterapi lavender dalam asuhan keperawatan pada ibu post section caesarea dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur diruang marjan bawah RSUD dr. Slamet garut tahun 2025 "

Nama : *Niwi*  
Umur : *45 tahun*  
Pekerjaan : *Ibu rumah tangga*  
Suku : *sunda*  
Agama : *Islam*

Saya memahami penelitian ini dimaksudkan untuk kepentingan ilmiah dalam rangka menyusun Karya Tulis Ilmiah bagi peneliti dan tidak akan mempunyai dampak negatif, serta merugikan bagi saya. Sehingga jawaban dan hasil observasi, benar-benar dapat dirahasiakan. Dengan demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Dengan lembar persetujuan ini saya tanda tangani dan apabila digunakan sebagaimana mestinya.

Garut, April 2025



Responden

(.....)

## Responden 2

### LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Garut dengan judul "Penerapan pemberian aromaterapi lavender dalam asuhan keperawatan pada ibu post section caesarea dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur diruang Agate Bawah UOBK RSUD dr. Slamet garut tahun 2025 "

Nama : Nurina  
Umur : 35 tahun  
Pekerjaan : Ibu rumah tangga .  
Suku : Sunda  
Agama : Islam .

Saya memahami penelitian ini dimaksudkan untuk kepentingan ilmiah dalam rangka menyusun Karya Tulis Ilmiah bagi peneliti dan tidak akan mempunyai dampak negatif, serta merugikan bagi saya. Sehingga jawaban dan hasil observasi, benar-benar dapat dirahasiakan. Dengan demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Dengan lembar persetujuan ini saya tanda tangani dan apabila digunakan sebagaimana mestinya.

Garut, Juni 2025

  
(.....)

***Lampiran 15 Dokumentasi Responden 1 dan 2***

**Responden 1**



**Responden 2**



## Lampiran 16 Protokol Etik Penelitian Kesehatan

### Protokol Etik Penelitian Kesehatan Yang Mengikutsertakan Manusia Sebagai Subyek

Isilah formulir dibawah ini dengan uraian singkat yang menggambarkan penelitian. (tulis "Tidak relevan" bila item tidak sesuai/tidak ada dalam penelitian).  
Tidak merubah, mengurangi ataupun mengganti point-point dalam format protokol ini

#### A. Judul Penelitian (p-protokol no 1)\*

PENERAPAN PEMBERIAN AROMA TERAPI LAVENDER DALAM ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU POST SECTIO CAESAREA DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RUANG MARJAN BAWAH UOBK RSUD dr. SLAMET GARUT TAHUN 2025

Lokasi Penelitian : DI UOBK RSUD dr. SLAMET GARUT

#### B. Ringkasan Protokol Penelitian

1. Ringkasan dalam 200 kata, (ditulis dalam bahasa yang mudah difahami oleh "awam" bukan dokter/profesional kesehatan)

ringkasan memuat:

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan aromaterapi lavender dalam perawatan keperawatan pada ibu yang baru saja menjalani operasi *sectio caesarea* (operasi caesar) dan mengalami masalah gangguan pola tidur di ruang Marjan Bawah UOBK RSUD dr. Slamet Garut tahun 2025. Aromaterapi lavender dipilih karena diyakini dapat membantu menenangkan pikiran, mengurangi kecemasan, dan memperbaiki kualitas tidur, sehingga diharapkan mampu mempercepat proses pemulihan pasca operasi. kurangnya pengetahuan tentang manfaat Aromaterapi lavender sebagai salah satu alternative nonfarmakologis untuk mengatasi gangguan pola tidur.

Melalui studi kasus ini, peneliti ingin mengetahui sejauh mana efektivitas pemberian aromaterapi lavender dapat menjadi salah satu solusi non-obat untuk membantu ibu pasca operasi caesar yang mengalami gangguan tidur, sehingga kualitas hidup dan proses penyembuhan mereka dapat meningkat. Penelitian juga bertujuan untuk melengkapi proses asuhan keperawatan, mulai dari pengkajian, penentuan diagnosis keperawatan, penyusunan intervensi, pelaksanaan tindakan, hingga evaluasi. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi alternatif intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam praktik keperawatan maternitas, serta memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan asuhan keperawatan berbasis evidence-based practice.

2 Orang Responden ibu post section caesarea dengan kriteria Inklusi :

1. Pasien dengan Post Section Caesarea.
2. Pasien yang menjalani rawat inap di ruangan Marjan Bawah RSUD dr. Slamet Garut.
3. Pasien yang mengalami luka post SC dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur dengan nyeri akibat luka post SC
4. Pasien mampu berkomunikasi dengan baik
5. Pasien bersedia menjadi responden



2. Tuliskan mengapa penelitian ini harus dilakukan, manfaatnya untuk penduduk di wilayah penelitian ini dilakukan (Negara, wilayah, lokal)- *Justifikasi Penelitian (p3) Standar 2/A (Adil)*

Penelitian tentang pemberian aromaterapi lavender pada ibu post sectio caesarea di RSUD dr. Slamet Garut sangat penting dilakukan karena beberapa alasan khusus yang relevan dengan kebutuhan masyarakat di wilayah Garut dan Indonesia pada umumnya. Angka persalinan dengan operasi caesar di Indonesia, termasuk di Kabupaten Garut, terus meningkat setiap tahun. Data RSUD dr. Slamet Garut menunjukkan bahwa dalam empat tahun terakhir terdapat 4.308 kasus operasi caesar, dengan 1.135 kasus pada tahun 2024 saja. Banyak ibu yang menjalani operasi caesar mengalami nyeri pasca operasi dan gangguan tidur, yang dapat memperlambat pemulihan, menurunkan kualitas hidup. Aromaterapi lavender terbukti secara ilmiah dapat menurunkan nyeri dan meningkatkan kualitas tidur pada ibu post operasi caesar. Kandungan linalool dan linalyl acetate dalam minyak lavender memberikan efek relaksasi dan analgesik alami, sehingga ibu merasa lebih nyaman dan tenang setelah pemberian aromaterapi.

Manfaat penelitian ini bagi masyarakat lokal adalah memberikan solusi non-obat yang mudah, murah, dan aman untuk membantu pemulihan ibu pasca operasi caesar. Jika aromaterapi lavender terbukti efektif, metode ini dapat diterapkan secara luas di fasilitas kesehatan setempat, sehingga meningkatkan kualitas perawatan ibu nifas, mempercepat pemulihan, dan mendukung kesehatan ibu dan bayi di Garut dan sekitarnya.

### C. Isu Etik yang mungkin dihadapi

1. Pendapat peneliti tentang isu etik yang mungkin dihadapi dalam penelitian ini, dan bagaimana cara menanganinya (p4).

Dalam penelitian ini, peneliti menyadari bahwa terdapat beberapa isu etik yang mungkin muncul, mengingat subjek penelitian adalah ibu post section caesarea yang termasuk kelompok rentan, serta terapi yang digunakan melibatkan intervensi langsung berupa penerapan aromaterapi Lavender. Oleh karena itu, penting bagi peneliti untuk mengantisipasi dan menangani aspek etika secara hati-hati dan bertanggung jawab

### D. Kondisi Lapangan

1. Gambaran singkat tentang lokasi penelitian (p8)

Penelitian ini berlokasi di UOBK (Unit Operasional Badan Kerjasama) RSUD dr. Slamet Garut berlokasi di Jalan RSU dr. Slamet Garut No. 12, Sukakarya, Kec. Tarogong Kidul, Kabupaten Garut, Jawa Barat.

1. Informasi ketersediaan fasilitas yang tersedia di lapangan yang menunjang penelitian

Fasilitas yang tersedia di UOBK RSUD dr. Slamet Garut antara lain adalah instalasi Gawat Darurat (IGD), ruang bedah, ruang rawat intensif intensif (NICU, PICU, ICU) ruang rawat inap, poli umum, poli gigi, poli KIA, poli konsultasi, Poli jantung, poli saraf, poli mata, laboratorium, apotek, dan masih banyak lainnya.

### E. Disain Penelitian

1. Tujuan penelitian, pertanyaan penelitian (p11)

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Memberikan Asuhan Keperawatan pada ibu Post Sectio Caesarea (SC) dengan menerapkan Aroma Terapi Lavender dengan masalah gangguan pola tidur di ruang Marjan Bawah UOBK RSUD dr. Slamet Garut tahun 2025. Aromaterapi lavender dipilih karena diyakini dapat membantu menenangkan pikiran, mengurangi kecemasan, dan memperbaiki kualitas tidur, sehingga diharapkan mampu mempercepat proses pemulihan pasca

operasi. kurangnya pengetahuan tentang manfaat Aromaterapi lavender sebagai salah satu alternative nonfarmakologis untuk mengatasi gangguan pola tidur.

Melalui studi kasus ini, peneliti ingin mengetahui sejauh mana efektivitas pemberian aromaterapi lavender dapat menjadi salah satu solusi non-obat untuk membantu ibu pasca operasi caesar yang mengalami gangguan tidur, sehingga kualitas hidup dan proses penyembuhan mereka dapat meningkat. Penelitian juga bertujuan untuk melengkapi proses asuhan keperawatan, mulai dari pengkajian, penentuan diagnosis keperawatan, penyusunan intervensi, pelaksanaan tindakan, hingga evaluasi. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi alternatif intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam praktik keperawatan maternitas, serta memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan asuhan keperawatan berbasis evidence-based practice.

## 2. Deskripsi detail tentang desain penelitian. (p12)

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus (case study) dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan secara mendalam proses asuhan keperawatan pada ibu Post *Sectio Caesarea* (SC) dengan masalah gangguan pola tidur, melalui intervensi penerapan aromaterapi lavender.

Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami secara menyeluruh situasi klinis subjek, respon terhadap intervensi, serta penerapan praktik keperawatan secara kontekstual di lapangan (di UOBK RSUD dr. Slamet Garut). Fokus penelitian adalah pada proses asuhan keperawatan yang meliputi: pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi.

### F. Sampling

#### 1. Jumlah subyek yang dibutuhkan dan bagaimana penentuannya secara statistik (p13)

2 Subjek

#### 3. Kriteria partisipan atau subyek inklusi eksklusif. (Guideline 3) (p12)

- a. Pasien dengan Post *Section Caesarea*.
- b. Pasien yang menjalani rawat inap di ruangan Marjan Bawah RSUD dr. Slamet Garut.
- c. Pasien yang mengalami luka post SC dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur dengan nyeri akibat luka post SC
- d. Pasien mampu berkomunikasi dengan baik
- e. Pasien bersedia menjadi responden

### G. Intervensi

#### 1. Deskripsi dan penjelasan semua intervensi

Melakukan Intervensi Keperawatan dengan panduan SIKI (Standar Intervensi keperawatan Indonesia).

## H. Monitoring Penelitian

1. Sampel dari form laporan kasus yang sudah distandarisir, metode pencatatan respon terapeutik (deskripsi dan evaluasi metode dan frekuensi pengukuran), prosedur *follow-up*, dan, bila mungkin, ukuran yang diusulkan untuk menentukan tingkat kepatuhan subyek yang menerima treatment (*lihat lampiran*) (p17)

Dengan Lembar Observasi

## I. Penghentian Penelitian dan Alasannya

1. Aturan atau kriteria kapan subyek bisa diberhentikan dari penelitian atau uji klinis, atau, dalam hal studi multi senter, kapan sebuah pusat/lembaga di non aktipkan, dan kapan penelitian bisa dihentikan (*tidak lagi dilanjutkan*) (p22)

Seorang subyek (ibu post section caesarea) dapat diberhentikan dari penelitian apabila:

1. Mengalami reaksi alergi atau efek samping sedang hingga berat, seperti sesak napas, ruam kulit, batuk hebat, muntah, atau iritasi mata akibat penerapan aromaterapi lavender.
2. Menolak atau tidak kooperatif dalam proses terapi meskipun sudah dilakukan pendekatan edukatif kepada orang tua atau wali.
3. Subjek mencabut persetujuan (*informed consent*) kapan saja tanpa kewajiban memberikan alasan.
4. Mengalami kondisi medis lain yang memerlukan intervensi lebih lanjut di luar protokol penelitian.
5. Tidak memenuhi kriteria inklusi lanjutan, misalnya diketahui setelah skrining bahwa subyek memiliki riwayat asma atau alergi terhadap aromaterapi lavender.

## J. Adverse Event dan Komplikasi (Kejadian Yang Tidak Diharapkan)

1. Metode pencatatan dan pelaporan adverse events atau reaksi, dan syarat penanganan komplikasi (*Guideline 4 dan 23*) (p23)

Lembar Observasi, Dokumentasi Hasil Penelitian.

## K. Manfaat

1. Manfaat penelitian secara pribadi bagi subyek dan bagi yang lainnya (*Guideline 4*) (p25)

Manfaat Penelitian Secara Pribadi bagi Subjek

- a. Meningkatkan Kualitas Tidur  
Ibu yang menjadi subjek penelitian berpotensi merasakan tidur yang lebih nyenyak dan berkualitas setelah mendapatkan aromaterapi lavender, sehingga proses penyembuhan pasca operasi bisa berjalan lebih baik.
- b. Mengurangi Tingkat Stres dan Kecemasan  
Aromaterapi lavender dapat membantu menenangkan pikiran dan mengurangi kecemasan, sehingga ibu merasa lebih nyaman selama masa pemulihan.
- c. Mengurangi Ketergantungan Obat Tidur  
Dengan adanya alternatif non-obat seperti aromaterapi, subjek dapat mengurangi konsumsi obat tidur atau obat penenang yang mungkin memiliki efek samping.
- d. Mendapatkan Edukasi Kesehatan  
Subjek akan mendapatkan pengetahuan baru tentang manfaat aromaterapi dan cara penggunaannya untuk meningkatkan kesehatan.

Manfaat Penelitian bagi Orang Lain (Masyarakat dan Tenaga Kesehatan)



- a. **Memberikan Solusi Nonfarmakologi t untuk Gangguan Tidur**  
Hasil penelitian dapat dijadikan rujukan bagi masyarakat dan tenaga kesehatan untuk menggunakan aromaterapi lavender sebagai alternatif penanganan gangguan tidur, khususnya pada ibu pasca operasi caesar.
- b. **Meningkatkan Kualitas Layanan Kesehatan**  
Tenaga kesehatan dapat menerapkan aromaterapi sebagai bagian dari asuhan keperawatan, sehingga pelayanan menjadi lebih holistik dan ramah pasien.
- c. **Mengurangi Beban Biaya Kesehatan**  
Aromaterapi lavender relatif murah dan mudah diaplikasikan, sehingga dapat membantu mengurangi biaya pengobatan yang biasanya dikeluarkan untuk membeli obat tidur.
- d. **Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat**  
Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat luas tentang manfaat aromaterapi, sehingga mereka dapat menerapkannya secara mandiri di rumah.

#### L. Wali (p31)

1. Adanya wali yang berhak bila calon subyek tidak bisa memberikan informed consent (Guidelines 16 and 17)<sup>[16]</sup>

Wali/Keluarga Responden, Orang terdekat Responden.

#### M. Penjagaan Kerahasiaan

1. Proses rekrutmen subyek (misalnya lewat iklan), serta langkah langkah untuk menjaga privasi dan kerahasiaan selama rekrutmen (Guideline 3) (p16)<sup>[16]</sup>

Tidak Relevan


#### N. Rencana Analisis

1. Deskripsi tentang rencana analisa statistik, dan kreteria bila atau dalam kondisi bagaimana akan terjadi penghentian dini keseluruhan penelitian (Guideline 4) (B,SZ)<sup>[16]</sup>

Seorang subjek (ibu post section caesarea) dapat diberhentikan dari penelitian apabila:

1. Mengalami reaksi alergi atau efek samping sedang hingga berat, seperti sesak napas, ruam kulit, batuk hebat, muntah, atau iritasi mata akibat penerapan aromaterapi lavender.
2. Menolak atau tidak kooperatif dalam proses terapi meskipun sudah dilakukan pendekatan edukatif kepada orang tua atau wali.
3. Subjek mencabut persetujuan (informed consent) kapan saja tanpa kewajiban memberikan alasan.
4. Mengalami kondisi medis lain yang memerlukan intervensi lebih lanjut di luar protokol penelitian.
5. Tidak memenuhi kriteria inklusi lanjutan, misalnya diketahui setelah skrining bahwa subjek memiliki riwayat asma atau alergi terhadap aromaterapi lavender.

Tanda tangan Peneliti Utama  
Garut, 9 Mei 2025

  
(Ayu Kestari).



## **Lampiran 17 Persetujuan Penjelasan (Informed Consent) Responden 1 dan 2**

### **Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent):**

Saya Ayu Lestari NIM 221FK06007 adalah peneliti dari **Universitas Bhakti Kencana PSDKU Garut** dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul " **Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender Dalam Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Section Caesarea Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Diruang Marjan Bawah UOBK RSUD dr.Slamet Garut Tahun 2025**" dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk melakukan Memberikan Asuhan Keperawatan pada ibu Post *Sectio Caesarea* (SC) dengan menerapkan Aroma Terapi Lavender dengan masalah gangguan pola tidur di ruang Marjan Bawah UOBK RSUD dr.Slamet Garut tahun 2025.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena untuk penerapan aromaterapi lavender pada ibu post section caesarea dalam mengatasi gangguan pola tidur. Keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun.
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 3 hari di bulan mei dengan sampel dengan melakukan asuhan keperawatan maternitas.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa pengetahuan terkait terapi yang dilakukan atas kehilangan waktu/ketidnyamanan lainnya.
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui laporan tertulis.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama pengambilan data/sampel dengan observasi dan monitoring.
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan temuan yang tidak diharapkan selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan penelitian deskriptif kualitatif melalui pendekatan studi kasus, melakukan wawancara pengkajian, perumusan diagnosa, intervensi keperawatan, implementasi dan evaluasi, cara ini mungkin menyebabkan Rasa sakit dan rasa tidak nyaman yang kemungkinan dialami oleh subjek, dari tindakan/ intervensi/ perlakuan yang diterima selama penelitian, dan kemungkinan

bahaya bagi subjek akibat keikutsertaan dalam penelitian. Termasuk risiko terhadap kesehatan dan kesejahteraan subjek dan keluarganya.

11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah dapat mengatasi permasalahan gangguan pola tidur akibat nyeri luka post section caesarea dengan penerapan aromaterapi lavender.
12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi responden, institusi, tenaga kesehatan, dan penulis.
13. Anda tidak memerlukan perawatan setelah penelitian karena tidak terdapat intervensi dalam penelitian ini
14. Anda tidak mendapatkan intervensi dengan risiko tertentu yang memerlukan pengobatan atau tindakan kesehatan setelah penelitian ini karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
15. Anda tidak memerlukan pengobatan atau tindakan tertentu karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner
16. Anda akan diberikan informasi bila didapatkan informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti dalam bentuk file dan tulisan disimpan oleh peneliti selama dilakukannya penelitian dan setelahnya.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebar luaskan sehingga kerahasiaannya akan terjamin.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.
21. Peneliti tidak memberikan jaminan kesehatan atau perawatan kepada subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya.
22. Tidak ada pengobatan atau rehabilitasi dan perawatan kesehatan pada individu / subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya terhadap subyek.
23. Peneliti tidak menjamin apabila terjadi resiko pada subyek karena penelitian ini intervensi yang tidak beresiko terhadap pasien dan tidak ada organisasi yang bertanggung jawab karena ini merupakan penelitian pribadi.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsure-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari KEPK UBK Garut
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan jika terjadi pelanggaran, maka ketua peneliti akan menghentikan penelitian
27. Anda akan mendapatkan penjelasan tentang rancangan penelitian dan perlakuan yang akan dilakukan hingga penelitian selesai.

28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selama penelitian berlangsung
29. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner tidak menggunakan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga.
30. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda.
31. Penelitian ini tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda, sehingga tidak diperlukan pengumpulan, penyimpanan, dan penggunaan bahan biologi.
32. Semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk bila ada wanita hamil/menyusui.
33. Penelitian ini melibatkan anda dan atau wali, serta berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi kesalahan dalam penelitian.
34. Semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online dan tidak menggunakan alat online atau digital.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.  
Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : WIWIN

Tanda tangan : 

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Saksi

.....

Dengan hormat  
Peneliti

  
.....  
Ati Lestari



**Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*):**

Saya Ayu Lestari NIM 221FK06007 adalah peneliti dari **Universitas Bhakti Kencana PSDKU Garut** dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul " **Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender Dalam Asuhan Keperawatan Pada Ibu Post Section Caesarea Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Pola Tidur Diruang Marjan Bawah UOBK RSUD dr.Slamet Garut Tahun 2025**" dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk melakukan Memberikan Asuhan Keperawatan pada ibu Post *Sectio Caesarea* (SC) dengan menerapkan Aroma Terapi Lavender dengan masalah gangguan pola tidur di ruang Marjan Bawah UOBK RSUD dr.Slamet Garut tahun 2025.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena untuk penerapan aromaterapi lavender pada ibu post section caesarea dalam mengatasi gangguan pola tidur. Keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 3 hari di bulan mei dengan sampel dengan melakukan asuhan keperawatan maternitas.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa pengetahuan terkait terapi yang dilakukan atas kehilangan waktu/ketidaknyamanan lainnya.
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui laporan tertulis.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama pengambilan data/sampel dengan observasi dan monitoring.
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan temuan yang tidak diharapkan selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan penelitian deskriptif kualitatif melalui pendekatan studi kasus, melakukan wawancara pengkajian, perumusan diagnosa, intervensi keperawatan, implementasi dan evaluasi, cara ini mungkin menyebabkan Rasa sakit dan rasa tidak nyaman yang kemungkinan dialami oleh subjek, dari tindakan/ intervensi/ perlakuan yang diterima selama penelitian; dan kemungkinan

bahaya bagi subjek akibat keikutsertaan dalam penelitian. Termasuk risiko terhadap kesehatan dan kesejahteraan subjek dan keluarganya.

11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah dapat mengatasi permasalahan gangguan pola tidur akibat nyeri luka post section caesarea dengan penerapan aromaterapi lavender.
12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi responden, institusi, tenaga kesehatan, dan penulis.
13. Anda tidak memerlukan perawatan setelah penelitian karena tidak terdapat intervensi dalam penelitian ini
14. Anda tidak mendapatkan intervensi dengan risiko tertentu yang memerlukan pengobatan atau tindakan kesehatan setelah penelitian ini karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
15. Anda tidak memerlukan pengobatan atau tindakan tertentu karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner
16. Anda akan diberikan informasi bila didapatkan informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti dalam bentuk file dan tulisan disimpan oleh peneliti selama dilakukannya penelitian dan setelahnya.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebar luaskan sehingga kerahasiaannya akan terjamin.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.
21. Peneliti tidak memberikan jaminan kesehatan atau perawatan kepada subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya.
22. Tidak ada pengobatan atau rehabilitasi dan perawatan kesehatan pada individu / subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi yang berbahaya terhadap subyek.
23. Peneliti tidak menjamin apabila terjadi resiko pada subyek karena penelitian ini intervensi yang tidak beresiko terhadap pasien dan tidak ada organisasi yang bertanggung jawab karena ini merupakan penelitian pribadi.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsure-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari KEPK UBK Garut
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan jika terjadi pelanggaran, maka ketua peneliti akan menghentikan penelitian
27. Anda akan mendapatkan penjelasan tentang rancangan penelitian dan perlakuan yang akan dilakukan hingga penelitian selesai.

28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selama penelitian berlangsung
29. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisisioner tidak menggunakan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga.
30. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisisioner, tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda.
31. Penelitian ini tidak menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda, sehingga tidak diperlukan pengumpulan, penyimpanan, dan penggunaan bahan biologi.
32. Semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk bila ada wanita hamil/menyusui.
33. Penelitian ini melibatkan anda dan atau wali, serta berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi kesalahan dalam penelitian.
34. Semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online dan tidak menggunakan alat online atau digital.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.  
Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : Nurina

Tanda tangan : [Signature]

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Saksi

Dengan hormat  
Peneliti

.....

[Signature]  
Ayu Lestari



**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**PERBAIKAN SEMINAR SIDANG PROPOSAL KTI**

JUDUL : Penerapan pemberian aroma terapi lavender dalam asuhan keperawatan pada ibu post sectio caesarea dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di ruang Agate Bawah UO BK RSUD dr. Slamet Garut tahun 2025

NAMA : Ayu Lestari

NIM : 221FK06007

Menyatakan bahwa nama diatas telah melaksanakan perbaikan Sidang Proposal.

Garut, 27 Mei 2025

Mengetahui,

**Pembimbing Utama,**

**Pembimbing serta,**



**Rany Yulianie, S.ST, M.Kes**  
**Penguji 1**



**Ns. Winasari Dewi, M.Kep.**  
**Penguji 2**



**Yani Annisa F.B., S.Kep., Ners., M.kep**



**Asep Suryana, S. Kep., Ners. MH. Kes**

## ***Lampiran 18 Discharge Planning pada pasien Post Sectio caesarea (SC)***

### **Discharge Planning pada pasien pasien 1(Ny.W) dan Pasien 2 (Ny. N)**

<b>No</b>	<b>Edukasi</b>	<b>Kegiatan</b>
1.	Perawatan Luka Operasi	<ul style="list-style-type: none"><li>- Jaga kebersihan luka operasi; bersihkan dengan air hangat, keringkan dengan lembut.</li><li>- Periksa tanda-tanda infeksi seperti kemerahan, bengkak, atau keluarnya nanah.</li><li>- Ganti perban setidaknya sekali sehari, jika perban basah atau kotor sesuai instruksi dokter, dan hindari menggaruk luka.</li></ul>
2.	Manajemen Nyeri	<ul style="list-style-type: none"><li>- Gunakan obat pereda nyeri sesuai resep dokter. Pastikan untuk mengikuti dosis dan jadwal yang tepat.</li><li>- Terapkan teknik relaksasi, seperti pernapasan dalam untuk membantu mengurangi nyeri.</li></ul>
3.	Gangguan Pola Tidur	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mengajukan kepada pasien dan keluarga untuk memanfaatkan aromaterapi lavender di rumah sebagai upaya untuk mengatasi gangguan pola tidur. Penggunaan lavender dapat membantu meningkatkan kualitas tidur, yang sangat penting bagi proses pemulihan setelah operasi <i>Sectio Caesarea</i> (SC).</li></ul>
4.	Mobilisasi dan Aktivitas	<ul style="list-style-type: none"><li>- Mulailah dengan mobilisasi ringan, seperti berjalan perlahan di sekitar rumah, untuk mempercepat pemulihan.</li><li>- Hindari aktivitas berat, seperti mengangkat barang berat atau berolahraga, hingga dokter memberikan izin.</li></ul>
5.	Nutrisi dan Hidrasi	<ul style="list-style-type: none"><li>- Konsumsi makanan bergizi yang kaya serat untuk mencegah sembelit. Contoh: buah, sayuran, biji-bijian.</li><li>- pasien dengan riwayat preeklamsi, penting untuk membatasi asupan garam guna menjaga tekanan darah tetap stabil.</li><li>- Minum cukup air (minimal 8-10 gelas per hari) untuk menjaga hidrasi. Hidrasi yang baik penting untuk mendukung proses penyembuhan dan mengurangi risiko komplikasi.</li><li>- Pertimbangkan minuman yang dapat membantu meningkatkan hidrasi,</li></ul>



		seperti air kelapa atau teh herbal yang tidak mengandung kafein.
6.	Perawatan diri Emosional	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dukungan emosional penting; bicaralah dengan keluarga atau teman tentang perasaan Anda.</li> <li>- Jangan ragu untuk mencari bantuan profesional jika merasa cemas atau depresi.</li> </ul>
7.	Pengelolaan Obat-obatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menjelaskan jenis obat, dosis, cara minum dan waktu obat yang telah diresepkan dokter</li> <li>- Menjelaskan potensi efek samping obat-obatan dan apa yang harus dilakukan jika mengalaminya</li> </ul>
8.	Tanda Bahaya	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menjelaskan kepada pasien dan keluarga tentang gejala yang memerlukan perhatian medis segera, seperti demam tinggi, nyeri luka yang tidak tertahankan, pendarahan hebat, dan tanda-tanda infeksi</li> </ul>
9.	Kontrol Lanjutan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menjadwalkan kontrol pasca operasi sesuai instruksi dokter untuk memastikan pemulihan berjalan baik.</li> <li>- Diskusikan rencana kontrasepsi dan kehamilan di masa depan selama kontrol.</li> </ul>

**Lampiran 19 Persetujuan Ujian Sidang Karya Tulis Ilmiah**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENERAPAN PEMBERIAN AROMA TERAPI LAVENDER DALAM  
ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA* DENGAN  
MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN POLA TIDUR DI RUANG AGATE  
BAWAH UOBK RSUD dr. SLAMET GARUT TAHUN 2025**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**AYU LESTARI**

**221FK06007**

Disetujui oleh Pembimbing untuk Mengajukan Ujian Sidang Karya Tulis Ilmiah  
pada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Keperawatan

Universitas Bhakti Kencana Garut 2025

Garut, Agustus 2025

**Pembimbing I**



**Rany Yulianie, S.Si, M.Kes.**

**NIDN:0408079201**

**Pembimbing II**



**Ns. Winasari Dewi, M.Kep**

**NIDN:0429098903**

## Lampiran 20 Turnitin

KTI-Ayu Lestari\_1753885481739

### ORIGINALITY REPORT

<b>15%</b>	<b>14%</b>	<b>2%</b>	<b>8%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<a href="http://eprints.aiska-university.ac.id">eprints.aiska-university.ac.id</a> Internet Source	<b>3%</b>
<b>2</b>	<a href="http://repository.lp4mstikeskhg.org">repository.lp4mstikeskhg.org</a> Internet Source	<b>2%</b>
<b>3</b>	<a href="http://www.slideshare.net">www.slideshare.net</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>4</b>	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<b>1%</b>
<b>5</b>	<a href="http://repository.unar.ac.id">repository.unar.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<a href="http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id">repository.poltekkesbengkulu.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	Submitted to Universitas Muhammadiyah Semarang Student Paper	<b>1%</b>
<b>9</b>	<a href="http://repository.bku.ac.id">repository.bku.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>10</b>	Submitted to State Islamic University of Alauddin Makassar Student Paper	<b>&lt;1%</b>

## *Lampiran 21 Riwayat Hidup*



### **Identitas Pribadi**

Nama : Ayu Lestari

Tempat, tanggal lahir : Garut, 19 Juni 2004

Alamat : Kp. Munjul RT02/RW14 Des.  
Banyuresmi Kec. Banyuresmi

Moto Hidup : “Dalam setiap aksara, terukir jejak  
penemuan, dalam setiap riset, terbitlah  
cahaya pengetahuan.”

Nama Orang tua : Alm. Bapak Iming

Ayah : Ibu Aisah

Ibu

### **Riwayat Pendidikan**

SD : MI CIKANANGA ( 2011 - 2016)

SMP/MTS : MTS AL-HIDAYAH ( 2016 – 2019 )

SMA/SMK : SMAN 25 GARUT ( 2019 – 2022)

UNIVERSITAS : UNIVERSITAS BHAKTI KENCANA  
GARUT (2022 – 2025)