

**PENGARUH INHALASI AROMATERAPI LAVENDER  
TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN KANKER:  
STUDI PERBANDINGAN BERBASIS SINTESIS  
LITERATUR**

**SKRIPSI**



**OLEH :**  
**Katarina Bertha Laurensia**  
**NRP: 9103016021**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA**  
**2020**

**PENGARUH INHALASI AROMATERAPI LAVENDER  
TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN KANKER:  
STUDI PERBANDINGAN BERBASIS SINTESIS  
LITERATUR**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada  
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya untuk  
Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan



**OLEH :**  
**Katarina Bertha Laurensia**  
**NRP: 9103016021**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA**

**2020**

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Katarina Bertha Laurensia

NRP : 9103016021

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

**“PENGARUH INHALASI AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN KANKER: STUDI PERBANDINGAN BERBASIS SINTESIS LITERATUR”**

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari di temukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, Juni 2020

Yang membuat pernyataan,



Katarina Bertha Laurensia

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : Katarina Bertha Laurensia

NRP : 9103016021

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya:

Judul :

Pengaruh Inhalasi Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Pasien kanker: Studi Perbandingan Berbasis Sintesis Literatur.

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan *sebenarnya*.

Surabaya, Juni 2020

A 5000 Rupiah Indonesian postage stamp with a signature over it. The stamp features the text 'METERAI TEMPEL', '3BA7BAHF25/00184', '5000', and 'RIBU RUPIAH'. The signature is written in black ink over the stamp.

Katarina Bertha Laurensia

**HALAMAN PERSETUJUAN**

SKRIPSI

PENGARUH INHALASI AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KUALITAS  
TIDUR PASIEN KANKER: STUDI PERBANDINGAN BERBASIS SINTESIS  
LITERATUR

OLEH:

Katarina Bertha Laurensia

NRP: 9103016021

Pembimbing Utama: Yesiana Dwi Wahyu W., S.Kep.,Ns.,M.Kep



(.....)

Pembimbing Pendamping: Ermalynda Sukmawati.,S.Kep.,Ns.,M.Kep



(.....)

Surabaya, Juni 2020

## HALAMAN PENGESAHAN

### SKRIPSI

#### PENGARUH INHALASI AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN KANKER: STUDI PERBANDINGAN BERBASIS SINTESIS LITERATUR

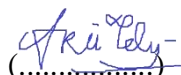
Skripsi yang ditulis oleh Katarina Bertha Laurensia, NRP 9103016021 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 8 Juli 2020 dan telah dinyatakan lulus oleh

#### Tim Penguji

1. Ketua : Linda Juwita, S.Kep., Ns., M.Kep.

  
(.....)

2. Sekretaris : M.T. Arie Lilyana, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.Kep.M.B.

  
(.....)

3. Anggota : Yesiana Dwi Wahyu W., S.Kep., Ns., M.Kep.

  
(.....)

4. Anggota : Ermalynda Sukmawati, S.Kep., Ns., M.Kep.

  
(.....)

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keperawatan,



  
Dr. dr. B. Handoko Daeng, Sp.KJ.(K)

NIK. 911.08.0624

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan saya kekuatan, sukacita, damai sejahtera  
dalam setiap proses hidup saya.

Keluarga saya yang telah mendukung saya dan memberikan kasih sayang serta  
motivasi tanpa batas kepada saya.

Pembimbing dan penguji saya yang telah memberikan motivasi serta mengajarkan  
saya banyak hal dalam proses penyusunan skripsi.

## **HALAMAN MOTTO**

Sebab Aku ini, Tuhan, Allahmu, memegang tangan kananmu dan berkata kepadamu:

“Janganlah takut, Akulah yang menolong engkau” (Yesaya 41 : 13)



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang maha Esa berkat Rahmat, dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “PENGARUH INHALASI AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN KANKER: STUDI PERBANDINGAN BERBASIS SINTESIS LITERATUR”. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. dr. B. Handoko Daeng, Sp.KJ(K) selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya atas motivasi yang diberikan.
2. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dosen Pembimbing Utama, atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan
3. Ibu Ermalynda Sukmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Dosen Pembimbing Pendamping, atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
4. Ibu Kristina Pae, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Penasehat Akademik (PA) angkatan 2016, atas dukungan dan motivasi yang diberikan.
5. Segenap Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.

6. Keluarga dan teman-teman yang senantiasa memberikan dukungan doa, nasihat-nasihat, biaya dan motivasi selama ini.

Penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik untuk kesempurnaan dan perbaikan skripsi ini, sehingga akhirnya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan dilapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut.

Surabaya, Juni 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN .....	xvii
ABSTRAK .....	xviii
<i>ABSTRACT</i> .....	xix
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	8

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Aromaterapi.....	9
2.1.1 Definisi Aromaterapi.....	9
2.1.2 Fungsi Aromaterapi.....	9
2.1.3 Manfaat Aromaterapi.....	10
2.1.4 Kontraindikasi Aromaterapi lavender .....	11
2.1.5 Mekanisme Aromaterapi .....	11
2.1.6 Bentuk Sediaan Aromaterapi .....	12
2.1.6 Metode Dalam Aromaterapi Secara Umum.....	14
2.1.7 Metode Pemberian Aromaterapi Secara Inhalasi .....	15
2.2 Konsep Kualitas tidur .....	16
2.2.1 Definisi Tidur dan Kualitas Tidur .....	16
2.2.2 Fisiologis dan Pengaturan Tidur .....	17
2.2.3 Tahapan Tidur .....	18
2.2.4 Hormon-Hormon yang Mempengaruhi Tidur .....	20
2.2.5 Persyaratan dan Pola Tidur Normal .....	21
2.2.6 Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur .....	23
2.2.7 Pengukuran Kualitas Tidur .....	25
2.2.8 Penatalaksanaan Gangguan Tidur .....	26
2.3 Konsep Kanker.....	28
2.3.1 Definisi kanker .....	28
2.3.2 Stadium Kanker.....	28
2.3.3 Jenis-jenis Kanker .....	29
2.3.4 Penyebab Kanker.....	29
2.3.5 Manifestasi Klinis Kanker .....	31
2.3.6 Efek Samping Pengobatan Kanker.....	33
2.3.7 Metode Pengobatan Kanker .....	34
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS .....	37
3.1 Kerangka Konseptual .....	37
3.2 Pengaruh Inhalasi Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Pasien Kanker.....	38
3.3 Hipotesis .....	39

BAB 4 METODE PENELITIAN .....	40
4.1 Desain Penelitian.....	40
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	41
4.3 Definisi Operasional Variabel penelitian.....	41
4.4 Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel .....	43
4.4.1 Populasi.....	43
4.4.2 Sampel .....	43
4.4.3 Teknik sampel .....	44
4.5 Kerangka Kerja Penelitian .....	45
4.6 Metode Pengumpulan Data.....	46
4.6.1 Teknik Pengumpulan Data.....	46
4.6.2 Instrumen Penelitian.....	48
4.7 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur .....	49
4.7.1 Validitas .....	49
4.7.2 Reliabilitas .....	50
4.8 Teknik Analisis Data .....	51
4.8.1 Editing .....	51
4.8.2 Skoring.....	51
4.8.3 Coding .....	55
4.8.4 Tabulating .....	55
4.8.5 Uji hipotesis .....	56
4.9 Etika Penelitian .....	56
4.9.2 Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia (respect human dignity).....	56
4.9.3 Prinsip keadilan.....	57
BAB 5 SINTESIS DAN INTERPRETASI ARTIKEL .....	58
5.1 <i>Mapping</i> Artikel .....	58
5.2 Sintesis dan Interpretasi Artikel .....	61
BAB 6 PEMBAHASAN .....	108
6.1 Persamaan Artikel .....	108
6.1.1 Persamaan 10 Artikel .....	108
6.1.2 Persamaan 10 Artikel dengan Topik .....	112
6.2 Perbedaan Artikel .....	113
6.2.1 Perbedaan 10 Artikel .....	113

6.2.2	Perbedaan Antara 10 artikel dengan Topik.....	118
6.3	Opini Ilmiah.....	119
6.3.1	Keunggulan dan kelemahan topik yang diteliti dibandingkan dengan 10 artikel .....	119
6.3.2	Manfaat topik penelitian untuk masyarakat luas dibandingkan dengan 10 artikel .....	122
6.4	Keterbatasan Penelitian .....	122
BAB 7 KESIMPULAN dan SARAN .....		123
7.1	Kesimpulan .....	123
7.2	Saran .....	123
DAFTAR PUSTAKA .....		124
LAMPIRAN .....		128

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	42
Tabel 4.2. Kisi-Kisi Variabel Penelitian : Kualitas Tidur .....	49
Tabel 5.1. <i>Matriks</i> Mapping Artikel.....	58

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Tahapan siklus tidur dewasa.....	19
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Pengaruh Inhalasi Aromaterapi lavender Terhadap Kualitas Tidur Pasien Kanker.....	37
Gambar 4.1 Kerangka Kerja penelitian Pengaruh Inhalasi Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas tidur Pada Pasien Kanker.....	45



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Penjelasan Menjadi Responden .....	128
Lampiran 2. Persetujuan Menjadi Responden.....	130
Lampiran 3. Kuesioner Data Umum.....	131
Lampiran 4. Kuesioner Kualitas Tidur.....	133
Lampiran 5. Standar Operasional Inhalasi Aromaterapi Lavender.....	137
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas Kuesioner Kualitas Tidur.....	139
Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Kualitas Tidur.....	141
Lampiran 8. Surat Pengantar Permohonan Ijin Survei Awal.....	142
Lampiran 9. Surat Pengantar Badan Kesatuan Bangsa, Politik, Dan Perlindungan Masyarakat.....	143
Lampiran 10. Surat Pengantar Dinas Kesehatan Kota Surabaya.....	144

## DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	146
HALAMAN PERSETUJUAN .....	147
ABSTRAK .....	148
<i>ABSTRACT</i> .....	149
PENDAHULUAN .....	150
METODE PENELITIAN .....	152
HASIL dan PEMBAHASAN .....	153
KESIMPULAN DAN SARAN .....	158
DAFTAR PUSTAKA .....	159
BIODATA PENULIS .....	159

## ABSTRAK

### PENGARUH INHALASI AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN KANKER: STUDI PERBANDINGAN BERBASIS SINTESIS LITERATUR

OLEH: KATARINA BERTHA LAURENSIA

Salah satu akibat dari gejala dan pengobatan dari kanker adalah gangguan tidur. Tujuan penelitian membuktikan pengaruh inhalasi aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur pasien kanker. Desain penelitian adalah pra-eksperimental jenis *one group pretest-posttest design* dilanjutkan dengan metode sintesis literatur. Variabel independen adalah inhalasi aromaterapi lavender dan variabel dependen adalah kualitas tidur. Populasi penelitian ini pasien kanker di puskesmas Kalijudan sejumlah 49 orang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Aromaterapi lavender diteteskan pada tisu diberikan secara inhalasi selama 5 menit 7 hari berturut-turut. Instrumen yang digunakan SOP dan PSQI. Uji hipotesis pada penelitian ini uji statistik *Wilcoxon signed rank test*. Hasil sintesis terhadap 10 jurnal didapatkan persamaan dengan topik penelitian 3 (30%) artikel memiliki kesamaan tujuan dan populasi, 1 artikel (10%) memiliki kesamaan desain, metode, dan teknik analisa data, 7 (70%) artikel memiliki kesamaan teknik sampling, 8 (80%) artikel memiliki instrumen kesamaan dengan topik penelitian. Dari total 10 artikel terdapat 5 (50%) artikel memiliki tujuan, 9 (90%) artikel memiliki desain, 7 (70%) artikel memiliki populasi, 2 (20%) artikel memiliki teknik sampling dan instrumen yang berbeda dengan topik penelitian. 10 artikel didapatkan 100% hasil hipotesis H1 diterima. Topik penelitian penulis memiliki kriteria inklusi yang lebih spesifik, serta metode SOP berbeda dengan artikel yang disintesis.

**Kata Kunci:** Aromaterapi Lavender, Kualitas Tidur, Kanker

## **ABSTRACT**

### ***EFFECTS OF AROMATHERAPY LAVENDER VIA INHALATION ON THE SLEEP QUALITY OF CANCER PATIENTS: A COMPARATIVE STUDY OF LITERATURE SYNTHESIS***

**BY: KATARINA BERTHA LAURENSIA**

*One effects of the symptoms and treatment of cancer is sleep disorders. The purpose of this study is to prove the effect of lavender aromatherapy inhalation on the sleep quality of cancer patients. The research design was a pre-experimental one group type pretest-posttest design followed by a literature synthesis method. The independent variable is lavender aromatherapy inhalation and the dependent variable is sleep quality. The population in this study is cancer patients in the Kalijudan Community Health Center with 49 people taken with purposive sampling technique. Lavender aromatherapy drops on a tissue given inhaled for 5 minutes 7 consecutive days. The instruments used are SOP and PSQI. Hypothesis testing in this study uses the Wilcoxon signed rank test. The results of the synthesis of 10 journals found similarity to the research topic 3 (30%) articles have the same purpose and population, 1 article (10%) has the same design, methods, and data analysis techniques, 7 (70%) articles have the same sampling technique , 8 (80%) articles have instruments similarity to the research topic. From total of 10 articles, 5 (50%) articles have a purpose, 9 (90%) articles have a design, 7 (70%) articles have a population, 2 (20%) articles have sampling techniques and instruments that different from the research topic. 10 articles found 100% the results of the hypothesis I accepted. The author's research topic has more specific inclusion criteria, and the SOP method differs from the synthesized article.*

**Keywords:** *Lavender Aromatherapy, Sleep Quality, Cancer.*