

BAB 7

KESIMPULAN dan SARAN

7.1 Kesimpulan

Pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi yang dapat membantu penderita kanker dalam meringankan keluhan gangguan tidur yang dialami baik akibat proses penyakit kanker maupun proses pengobatan kanker dan dapat memberikan wawasan baru bagi para *Family Care Giver* kanker dalam memberikan intervensi yang bersifat komplementer dengan biaya yang terjangkau. Selain itu penelitian dengan menggunakan desain penelitian seperti yang digunakan pada topik penelitian tidak menggunakan terlalu banyak biaya dan waktu.

7.2 Saran

Pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi merupakan metode sederhana dan mudah diakses serta untuk penelitian berikutnya disarankan untuk dilakukan secara langsung di lapangan. Hal ini disarankan untuk digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur pasien kanker. Penelitian lainnya disarankan untuk menyelidiki efek dari aromaterapi yang lain serta rute pemberian aromaterapi lainnya terhadap kualitas tidur pasien kanker.

DAFTAR PUSTAKA

- Anantasari, R. (2019). *Terapi komplementer pijat dan minyak aromaterapi untuk meningkatkan gairah seksual pada ibu menopause* (N. Azizah (ed.)). Surabaya: Media Sahabat Cendekia.
- Ariani, S. (2015). *Stop kanker*. Yogyakarta: Istana Media.
- Balkam, J. (2001). *Aromaterapi*. Semarang: Dahara Prize.
- Black & Hwaks. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah* (8th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Blackburn, L., Achor, S., Allen, B., Bauchmire, N., Dunnington, D., Klisovic, R. B., Naber, S. J., Roblee, K., Samczak, A., Tomlinson-Pinkham, K., & Chipps, E. (2017). The effect of aromatherapy on insomnia and other common symptoms among patients with acute leukemia. *Oncology Nursing Forum*, 44(4), E185–E193. <https://doi.org/10.1188/17.ONF.E185-E193>
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28, 193-213
- CancerHelps, T. (2019). *Stop Kanker kanker bukan lagi vonis mati*. Jakarta: PT AgroMedia Pustaka.
- Chen, Rosita & CancerHelps, T. (2012). *Solusi Cerdas Mencegah & Mengobati Kanker*. Jakarta Selatan: PT AgroMedia Pustaka.
- Cheraghbeigi, N., Modarresi, M., Rezaei, M., & Khatony, A. (2019). Comparing the effects of massage and aromatherapy massage with lavender oil on sleep quality of cardiac patients: A randomized controlled trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 35, 253–258. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.03.005>
- Cho, M. Y., Min, E. S., Hur, M. H., & Lee, M. S. (2013). Effects of aromatherapy on the anxiety, vital signs, and sleep quality of percutaneous coronary intervention patients in intensive care units. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2013. <https://doi.org/10.1155/2013/381381>
- Ghofar, A. (2015). *Cara Mudah Mengenal & Mengobati Kanker*. Yogyakarta: Flaminggo.

- Hamzeh, S., Safari-Faramani, R., & Khatony, A. (2020). Effects of Aromatherapy with Lavender and Peppermint Essential Oils on the Sleep Quality of Cancer Patients: A Randomized Controlled Trial. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. <https://doi.org/10.1155/2020/7480204>
- Hananta, L., Benita, S., Barus, J., & Halim, F. (2014). *Gangguan Tidur Pada Pasien Kanker Payudara Di Rumah Sakit Dharmais Jakarta*. *Damianus Journal of Medicine*, 13(2), 84–94.
- Herlyssa, H., Jehanara, J., & Wahyuni, E. D. (2018). Aromaterapi Lavender Essensial Oil Berpengaruh Dominan terhadap Skala Nyeri 24 Jam Post Seksio Sesaria. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 192. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i2.829>
- Hidayat, A. A. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Huether & McCance. (2019). *Buku Ajar Patofisiologis* (6th ed.). Jakarta: Elsevier.
- Hwang, J.-H., Lee, S.-O., & Kim, Y.-K. (2011). Effects of Thermotherapy Combined with Aromatherapy on Pain, Flexibility, Sleep, and Depression in Elderly Women with Osteoarthritis. *Journal of Muscle and Joint Health*, 18(2), 192–202. <https://doi.org/10.5953/jmjh.2011.18.2.192>
- International Agency for Research on Cancer. (2018). *World factsheet Globocan 2018* (Vol. 876). <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/populations/900-world-fact-sheets.pdf>
- Jaelani. (2009). *Aromaterapi*. Jakarta: Yayasan Pustaka.
- Karadag, E., Samancioglu, S., Ozden, D., & Bakir, E. (2017). Effects of aromatherapy on sleep quality and anxiety of patients. *Nursing in Critical Care*, 22(2), 105–112. <https://doi.org/10.1111/nicc.12198>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia*.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Laporan Riskesdas 2018. In *Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia*. <https://doi.org/10.1111/nicc.12198> Desember 2013
- Koensoemardiyah. (2009). *Aromaterapi untuk kesehatan, Kebugaran, dan Kecantikan*. Yogyakarta: Lily.
- Kurnia, A. D., Wardhani, V., & Rusca, K. T. (2009). Lavender Aromatherapy Improve Quality of Sleep in Eldery People Aromaterapi Bunga Lavender

- Memperbaiki Kualitas Tidur pada Lansia. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, XXV(5), 5–8.
- Lee, M. kyoung, Lim, S., Song, J. A., Kim, M. E., & Hur, M. H. (2017). The effects of aromatherapy essential oil inhalation on stress, sleep quality and immunity in healthy adults: Randomized controlled trial. *European Journal of Integrative Medicine*, 12, 79–86. <https://doi.org/10.1016/j.eujim.2017.04.009>
- Mahmoud, R., Ghani, A., Tawfik, A., & Ibrahim, A. (2013). The Effect of Aromatherapy Inhalation on Nausea and Vomiting in Early Pregnancy : A Pilot Randomized Controlled Trial. *Journal of Natural Sciences Research*, 3(6), 10–22.
- Muz, G., & Taşcı, S. (2017). Effect of aromatherapy via inhalation on the sleep quality and fatigue level in people undergoing hemodialysis. *Applied Nursing Research*, 37, 28–35. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2017.07.004>
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (4th ed.). Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Ozkaraman, A., Dugum, O., Yılmaz, H. ozen, & Yesilbalkan, O. U. (2018). Aromatherapy: The effect of lavender on anxiety and sleep quality in patients treated with chemotherapy. *Clinical Journal of Oncology Nursing*, 22(2), 203–210. <https://doi.org/10.1188/18.CJON.203-210>
- Potter & Perry. (2010). *Fundamental Keperawatan* (7th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Pertiwi, A., Idriansari, A., & Kusumaningrum, A. (2016). Pengaruh Aromaterapi Rosemary (*Rosmarinus officinalis*) Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 3(1), 65–71.
- Prasadja, A. (2009). *Ayo Bangun dengan bugar karena tidur yang benar*. Jakarta Selatan: Hikmah.
- Putro, Wisnu & Sari, S. (2018). *Ergonomi Untuk pemula Prinsip Dasar & Aplikasinya*. Malang: UB Press.
- Ramadhan, M. R., & Zettira, O. Z. (2017). Aromaterapi Bunga Lavender (*Lavandula angustifolia*) dalam Menurunkan Risiko Insomnia. *Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*, 6, 60–63.
- Sadewo, B. (2009). *Hidup Sehat Cara Mas Dewo*. Jakarta Selatan: PT AgroMedia Pustaka.

Sari, D., & Leonard, D. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Wisma Cinta Kasih. *Jurnal Endurance*, 3(1), 121. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i1.2433>

Stephen, J. (2011). *Patofisiologi Penyakit*. Jakarta: EGC.

Swarjana, K. (2016). *Statistik Kesehatan*. C.V. Yogyakarta: Andi Offset.

Widoyono, S., Setiyarni, S., & Effendy, C. (2018). Tingkat Depresi pada Pasien Kanker di RSUP Dr. Sardjito, Yogyakarta, dan RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo, Purwokerto: Pilot Study. *Indonesian Journal of Cancer*, 11(4), 171–177. <https://doi.org/10.33371/IJOC.V11I4.535>