

## Relaksasi dengan aromaterapi sebagai upaya memenuhi kebutuhan tidur pasien covid-19 derajat berat: Studi kasus = Relaxation with aromatherapy as an effort to fulfill sleep needs in patients with severe level covid-19: A case report.

Diah Pangestika, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20517778&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Pemenuhan kebutuhan tidur menjadi kebutuhan dasar manusia yang harus dipenuhi karena akan mempengaruhi fisik dan psikologis seseorang. COVID-19 merupakan kondisi pandemik yang menyebabkan penyakit pada pernapasan dengan beberapa tingkat keparahan. Kondisi terpapar pada individu secara fisik dan psikologis akhirnya memengaruhi kebutuhan tidur seseorang. Jika dibiarkan kondisi ini akan membuat individu mengalami penurunan kualitas tidur yang berakibat perlambatan pemulihan pada pasien. Tindakan yang dapat digunakan adalah terapi relaksasi dengan penggunaan aromaterapi. Karya ilmiah ini bertujuan untuk melihat upaya pemberian intervensi keperawatan gangguan pola tidur pada pasien Ibu W usia 46 tahun yang terdiagnosa COVID-19 derajat berat dengan keluhan sesak, batuk dan tidak dapat tidur. Hasil yang didapatkan berupa pasien yang diberikan intervensi teknik relaksasi dengan aromaterapi terdapat perbaikan pada kualitas tidur menjadi lebih baik. Hal ini didukung dengan penggunaan kuesioner PSQI saat pengkajian 15 (kualitas tidur buruk) menjadi 10 (kualitas tidur sedang) setelah dilakukan intervensi. Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi terhadap tenaga kesehatan untuk menerapkan terapi relaksasi dengan aromaterapi sebagai alternatif pilihan untuk memenuhi kebutuhan tidur pasien dengan COVID-19 derajat berat.

.....The fulfillment of sleep needs is a basic human need that must be met because it will affect a person's physical and psychological. COVID-19 is a pandemic condition that causes respiratory disease of varying severity. This condition of being exposed to COVID-19 physically and psychologically ultimately affects a person's sleep needs. If this condition is left unchecked, the individual will experience a decrease in sleep quality which results in a slowdown in the patient's recovery. The action that can be used is relaxation therapies, one of them is the use of aromatherapy. This scientific work aims to see the effectiveness of providing nursing interventions for sleep disturbances in severe patient, Mrs. W, aged 46 years, was diagnosed with severe COVID-19 with complaints of shortness of breath, cough, and unable to sleep. The results obtained in the form of patients who were given the intervention of relaxation techniques with aromatherapy there was an improvement in the quality of sleep for the better. This is supported by the use of the PSQI questionnaire when assessing 15 (poor sleep quality) to 10 (moderate sleep quality). The results of this scientific work are expected to be used as information for health workers to apply relaxation therapy with aromatherapy as a choice to meet the sleep needs of patients with severe COVID-19.