

KOMBINASI PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER DAN TERAPI MUSIK MUROTAL TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR TERHADAP GANGGUAN POLA TIDUR PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DI RUANG DRUPADI II RSUD JOMBANG

Imelda Aqhna Ariyani*, Fitriana Kurniasari S., S.Kep., Ns., M. Kep
Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Malang, Jl. Besar Ijen No. 77C
Email: imeldaaqhnaariyani@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Masa nifas merupakan masa penyesuaian ibu setelah hamil dan melahirkan. Penyesuaian ini menimbulkan ketidaknyamanan, ketidaknyamanan yang dialami adalah gangguan tidur. Penyebab gangguan tidur pada ibu nifas adalah kelelahan fisik yang disebabkan menyusui bayi, merawat bayi, kebutuhan bayi yang terus menerus sehingga istirahat ibu berkurang. **Tujuan** : memberikan asuhan keperawatan pada pasien post section caesarea dengan masalah gangguan pola tidur. **Metode** : Penelitian ini menggunakan metode studi kasus tunggal dengan diagnosa medis post sectio caesarea dengan usia 25 tahun, pasien diberikan intervensi keperawatan berupa aromaterapi lavender dan terapi musik murotal untuk mengatasi masalah gangguan pola tidur. Penelitian ini dilakukan pada 25 Maret – 27 Maret 2025 di Ruang Drupadi II RSUD Jombang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, pemeriksaan fisik dan kuesioner. Kuesioner PSQI digunakan untuk mengukur kualitas tidur. **Hasil** : Setelah diberikan intervensi aromaterapi lavender dan terapi musik murotal selama 3 hari menunjukkan tercapainya tujuan dan kriteria hasil keluhan sulit tidur menurun, keluhan sering terjaga menurun dan keluhan tidak puas tidur menurun. Masalah gangguan pola tidur teratasi. **Kesimpulan** : Pemberian aromaterapi lavender dan terapi musik murotal dapat meningkatkan kualitas pola tidur.

Kata Kunci : Terapi Musik Murotal, Aromaterapi Lavender, Gangguan Pola Tidur, Post Sectio Caesarea.