



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 164/LP-LPBK/VI/2025

Judul : Penerapan Pemberian Aromaterapi Sereh Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Kedungmalang Kecamatan Wonotunggal Kabupaten Batang

Nama : Anisah Luthfiyyah,

Menerangkan bahwa abstrak ini telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris oleh Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Pekalongan, 24 Juni 2025

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)



Aida Rusmariana, S.Kep., Ns., MAN

**Diploma Tiga Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRAK

Anisah Luthfiyyah¹, Herni Rejeki², Dwi Fijianto³

Penerapan Pemberian Aromaterapi Sereh Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Desa Kedungmalang Kecamatan Wonotunnggal Kabupaten Batang

Hipertensi adalah tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg. Penatalaksanaan hipertensi adalah dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Tujuan studi kasus ini adalah menerapkan aromaterapi sereh untuk meningkatkan kualitas tidur pada lansia hipertensi. Metode menggunakan studi kasus pada 2 lansia yang mengalami kesulitan tidur. Hasil setelah dilakukan pemberian aromaterapi sereh setiap hari selama 5 kali terjadi peningkatan kualitas tidur untuk klien 1 dari skala penilaian PSQI 14 turun menjadi 2, pada klien 2 skala penilaian PSQI dari 15 turun menjadi 3. Simpulan studi kasus ini menunjukkan bahwa aromaterapi sereh dapat meningkatkan kualitas tidur pada 2 lansia di keluarga yang mengalami hipertensi. Saran bagi klien dan keluarga lansia yang mengalami hipertensi dapat melakukan penerapan aromaterapi sereh sebagai alternatif untuk meningkatkan kualitas tidur pada lansia hipertensi.

Kata Kunci: *Aromaterapi Sereh, Hipertensi, Kualitas Tidur, Lansia*

**Vocational Program in Nursing
Faculty of Health Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

Anisah Luthfiyyah¹, Herni Rejeki², Dwi Fijianto³

The Application of Lemongrass Aromatherapy to Improve Sleep Quality in Elderly Hypertensive Patients in Kedungmalang Village, Wonotunnggal District, Batang Regency

Hypertension is defined as systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. The management of hypertension involves pharmacological and non-pharmacological therapies. The aim of this case study was to apply lemongrass aromatherapy to improve sleep quality in elderly hypertensive patients. The method used a case study involving two elderly individuals experiencing sleep difficulties. Results: After administering lemongrass aromatherapy daily for 5 days, there was an improvement in sleep quality for Client 1, with the PSQI score decreasing from 14 to 2, and for Client 2, the PSQI score decreased from 15 to 3. The conclusion of this case study indicates that lemongrass aromatherapy can improve sleep quality in two elderly individuals with hypertension. Recommendations for elderly clients and their families with hypertension include considering the application of lemongrass aromatherapy as an alternative method to improve sleep quality in elderly hypertensive individuals.

Keywords: *Lemongrass Aromatherapy, Hypertension, Sleep Quality, Elderly*