

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS IMELDA MEDAN**

**Nama :Eka Novita Ritonga**  
**Nim :1714401010**  
**Judul :Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang Pemberian Aromaterapi Jasmine Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur di Desa Gorahut Tapanuli Selatan.**

**ABSTRAK**

Usia merupakan salah satu faktor penentu lamanya tidur yang dibutuhkan seseorang, keluhan tentang kesulitan tidur waktu malam sering kali terjadi diantara lansia sebagai akibat dari penyakit kronik lain. Kebanyakan lansia berisiko mengalami gangguan tidur yang disebabkan oleh banyak faktor. Meskipun perubahan-perubahan pola tidur dianggap sebagai bagian yang normal dari proses penuaan. Lansia yang mengalami gangguan terhadap kualitas tidur mengalami sulit untuk memulai tidur, sulit untuk mempertahankan tidur. Penelitian dalam studi ini menggunakan metode penelitian yang digunakan yaitu deskriptif dengan rancangan *cross sectional* dan teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *accidental sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan pengisian lembar kuesioner dengan jumlah sampel 36 responden. Hasil penelitian dari 36 responden pengetahuan lansia tentang pemberian aromaterapi *jasmine* mayoritas cukup sebanyak 15 responden (42%), minoritas pengetahuan lansia tentang pemberian aromaterapi *jasmine* sebanyak 10 responden (28%). Kualitas tidur pada lansia mayoritas buruk sebanyak 22 responden (61%), minoritas baik sebanyak 14 responden (39%). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mulai tanggal 26 Juni tahun 2020 di Desa Gorahut Tapanuli Selatan, maka diperoleh kesimpulan : kualitas tidur responden mayoritas buruk (61%).

**Kata kunci :Pengetahuan, Lansia, Aromaterapi Jasmine, Kualitas Tidur**  
**Daftar Pustaka :19 Referensi (2010-2019)**