

**STUDI KASUS: PENATALAKSANAAN PEMBERIAN TEH *CHAMOMILE*
TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA PENDERITA BIPOLAR TIPE II**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan



Oleh :

Salma Adila Rahmani

NIM 2001958

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2023

LEMBAR HAK CIPTA

**STUDI KASUS: PENATALAKSANAAN PEMBERIAN TEH *CHAMOMILE*
TERHADAP KUALITAS TIDUR TERHADAP PENDERITA BIPOLAR TIPE
II.**

Oleh

Salma Adila Rahmani

NIM 2001958

Sebuah karya tulis ilmiah yang diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

©Salma Adila Rahmani

Universitas Pendidikan Indonesia

Hak cipta dilindungi undang-undang

Karya Tulis Ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan cetak ulang, di fotocopy, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

HALAMAN PENGESAHAN

SALMA ADILA RAHMANI
STUDI KASUS: PENATALAKSANAAN PEMBERIAN TEH *CHAMOMILE*
TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA PENDERITA BIPOLAR TIPE II

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Upik Rahmi, S.Kp., M.Kep.

NIP. 197501252014042001

Pembimbing II



Suci Tuty Putri, S.Kep., Ners., M.Kep.

NIP. 198406042012122001

Mengetahui

Ketua Program Studi DIII Keperawatan FPOK UPI



Dr. Lisna Anisa F, S.Kep., Ners., M.Kes., AIFO.

NIP. 198202222012122003

ABSTRAK

STUDI KASUS: PENATALAKSANAAN PEMBERIAN TEH *CHAMOMILE* TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA PENDERITA BIPOLAR TIPE II

Salma Adila Rahmani

NIM 2001958

E-mail: salmaadila@upi.edu

Pendahuluan: Gangguan bipolar merupakan gangguan kronis berulang ditandai dengan munculnya fluktuasi keadaan mood dan energi. Gangguan bipolar menyebabkan penurunan kualitas tidur yang disebabkan karena gangguan bipolar itu sendiri dan obat-obatan yang digunakan dalam pengobatan. Terdapat banyak cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas tidur, salah satunya menggunakan obat herbal teh *chamomile*. Salah satu zat yang paling banyak terkandung pada *chamomile* yaitu zat apigenin yang dapat merangsang timbulnya kantuk dan dapat merelaksasi otot. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penatalaksanaan pemberian teh *chamomile* terhadap kualitas tidur penderita bipolar. **Metode:** penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan keperawatan kepada dua responden penderita bipolar tipe II yang mengalami kualitas tidur yang buruk. Intervensi yang dilakukan yaitu pemberian teh *chamomile* yang diseduh dengan air hangat sebanyak 100-150cc selama dua minggu dengan frekuensi dua kali sehari pada pagi dan malam hari sebelum tidur. **Hasil:** Dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa penatalaksanaan pemberian teh *chamomile* dapat meningkatkan kualitas tidur pada penderita bipolar dibuktikan dengan adanya penurunan skor PSQI pada responden satu dari 21 menjadi 16 dan pada responden dua dari 22 menjadi 14. **Diskusi:** Teh *chamomile* dapat meningkatkan kualitas tidur terbukti dengan adanya penurunan skor PSQI karena kandungan apigenin yang dapat merangsang rasa kantuk sehingga apigenin akan mengikat *Gamma-Aminobutyric Acid* (GABA) A pada sistem saraf pusat yang kemudian menimbulkan efek timbulnya rasa kantuk.

Kata Kunci: Bipolar, Teh *Chamomile*, Kualitas Tidur

ABSTRACT

CASE STUDY: MANAGEMENT OF CHAMOMILE TEA ON SLEEP QUALITY IN TYPE II BIPOLAR SUFFERERS

Salma Adila Rahmani

NIM 2001958

E-mail:salmaadila@upi.edu

Introduction: Bipolar disorder is a chronic recurrent disorder characterized by fluctuations in mood and energy. Bipolar disorder causes a decrease in sleep quality caused by bipolar disorder itself and the drugs used in treatment. There are many ways that can be used to improve sleep quality, one of which is using herbal tea chamomile. One of the most abundant substances contained in chamomile is apigenin which can stimulate drowsiness and can relax muscles. This study aims to determine the effect of administering chamomile tea on the sleep quality of bipolar sufferers. ***Methods:*** this study used a case study method with a nursing approach to two respondents with type II bipolar sufferers who experienced poor sleep quality. The intervention was given 100-150cc of chamomile tea brewed with warm water for two weeks with a frequency of twice a day in the morning and at night before going to bed. ***Results:*** From this study it was found that the administration of chamomile tea can improve sleep quality in bipolar sufferers as evidenced by the decrease in PSQI score in respondent one from 21 to 16 and in respondent two from 22 to 14. ***Discussion:*** Chamomile tea can improve sleep quality is proven with a decrease in the PSQI score due to the presence of apigenin in chamomile tea which can stimulate drowsiness so that apigenin will bind Gamma-Aminobutyric Acid (GABA) A in the central nervous system which then causes drowsiness.

Keywords: Bipolar, Chamomile Tea, Sleep Quality

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
PERNYATAAN TENTANG KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH DAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
UCAPAN TERIMAKASIH	iii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.4 Manfaat	4
1.4.1 Manfaat Bagi Perawat	4
1.4.2 Manfaat Bagi Klien	4
1.4.3 Manfaat Bagi Institusi	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Bipolar.....	6
2.1.1 Definisi Bipolar	6

2.1.2 Etiologi Bipolar	6
2.1.3 Patofisiologi Bipolar	7
2.1.4 Klasifikasi Bipolar	8
2.1.5 Manifestasi Klinis Bipolar	9
2.1.6 Penatalaksanaan Bipolar	10
2.2 Konsep Kualitas Tidur	12
2.2.1 Definisi Kualitas Tidur.....	12
2.2.2 Jenis-Jenis Tidur.....	12
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	14
2.2.4 Gangguan Tidur	15
2.3 Konsep Teh <i>Chamomile</i>	16
2.3.1 Definisi Teh <i>Chamomile</i>	16
2.3.2 Kandungan Teh <i>Chamomile</i>	17
2.4 Konsep Asuhan Keperawatan	18
2.4.1 Pengkajian	18
2.4.2 Diagnosa Keperawatan.....	19
2.4.3 Intervensi Keperawatan.....	20
2.4.4 Evaluasi Keperawatan.....	22
2.5 Kerangka Konsep	22
BAB III METODE PENELITIAN	23
3.1 Pendekatan Penelitian	23
3.2 Subyek Penelitian.....	23
3.3 Fokus Studi.....	23
3.4 Definisi Operasional.....	24

3.5 Instrumen Penelitian.....	25
3.6 Metode Pengumpulan Data.....	25
3.7 Metode Uji Keabsahan Data	26
3.8 Lokasi dan Waktu Penelitian	27
3.9 Analisis Data dan Penyajian Data	27
3.10 Etika Penelitian	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	29
4.1 Hasil Studi Kasus	29
4.1.1 Gambaran Lokasi Studi Kasus	29
4.1.2 Karakteristik Responden	29
4.1.3 Kualitas Tidur.....	31
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	34
5.1 Simpulan	34
5.2 Implikasi Dan Rekomendasi	34
5.2.1 Bagi Responden	34
5.2.2 Bagi Perawat	34
5.2.3 Bagi Lembaga	34
DAFTAR PUSTAKA	36
LAMPIRAN-LAMPIRAN	39

DAFTAR PUSTAKA

- Anggarwati, E. S. B., & Kuntarti, K. (2016). Peningkatan Kualitas Tidur Lansia Wanita melalui Kerutinan Melakukan Senam Lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 19(1), 41–48.
- Ayu, R. A. A. P. K. (2021). Genetika terhadap Penyakit Bipolar. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(4), 911–918.
- Carvalho, A. F., Firth, J., & Vieta, E. (2020). Bipolar disorder. *New England Journal of Medicine*, 383(1), 58–66.
- Devi, P. P., Soleha, T. U., & Utama, W. T. (2021). Efektivitas Konsumsi Teh Chamomile Untuk Mengurangi Kesulitan Tidur (Insomnia). *Jurnal Agromedicine*, 8(2).
- Chisholm-Burns, M. A., Malone, P. M., Schwinghammer, T. L., Kolesar, J. M., Wells, B. G., & DiPiro, J. T. (2016). *Pharmacotherapy principles & practice*. McGraw-Hill Education.
- Djawa, Y. D., Hariyanto, T., & Ardiyani, V. M. (2017). Perbedaan Kualitas Tidur Sebelum Dan Sesudah Melakukan Relaksasi Otot Progresif Pada Lansia. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(2).
- Ehiri, J. C. (2020). The Role of Tea in Sleep Improvement and Cancer Prevention. In *Neurological modulation of sleep* (pp. 245–254). Elsevier.
- Esan, O., & Fela-Thomas, A. (2022). The significance of sleep quality in euthymic bipolar patients from Nigeria. *South African Journal of Psychiatry*, 28, 1739.
- Faurholt-Jepsen, M., Frost, M., Busk, J., Christensen, E. M., Bardram, J. E., Vinberg, M., & Kessing, L. V. (2019). Differences in mood instability in patients with bipolar disorder type I and II: a smartphone-based study. *International Journal of Bipolar Disorders*, 7(1), 1–8.
- Firmansyah, M., & Masrun, M. (2021). Esensi Perbedaan Metode Kualitatif Dan Kuantitatif. *Elastisitas-Jurnal Ekonomi Pembangunan*, 3(2), 156–159.
- Gitlin, M., & Malhi, G. S. (2020). The existential crisis of bipolar II disorder. *International Journal of Bipolar Disorders*, 8(1), 5.

- Guadagna, S., Barattini, D. F., Rosu, S., & Ferini-Strambi, L. (2020). Plant extracts for sleep disturbances: A systematic review. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2020.
- Gunawan, H., Satiadarma, M. P., & Idulfilastri, R. M. (2021). Mood Disorder Questionnaire-INA: Pengujian Konstruk Berdasarkan Validitas Butir Dengan Metode *Factor Analysis*. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 5(2), 327–332.
- Hacimusalar, Y., Karaaslan, O., Misir, E., Amuk, O. C., & Hacimusalar, G. (2022). Sleep quality impairments in schizophrenia and bipolar affective disorder patients continue during periods of remission: a case-controlled study. *Sleep Science*, 15(1), 47.
- Keskin, N., Tamam, L., & Ozpoyraz, N. (2018). Assessment of sleep quality in bipolar euthymic patients. *Comprehensive Psychiatry*, 80, 116–125.
- McIntyre, R. S., Berk, M., Brietzke, E., Goldstein, B. I., López-Jaramillo, C., Kessing, L. V., Malhi, G. S., Nierenberg, A. A., Rosenblat, J. D., & Majeed, A. (2020). Bipolar disorders. *The Lancet*, 396(10265), 1841–1856.
- Nasution, H. N., & Firdausi, H. (2021). Pendekatan Diagnosis Dan Tatalaksana Gangguan Mood Pada Usia Lanjut. *Jurnal Kedokteran*, 6(2), 131–142.
- Nurbayanti, S., & Suryati, Y. (2022). The Effectiveness of Yoga and Chamomile Tea on Sleep Quality in Adolescents Experiencing Dysmenorrhea. *KnE Medicine*, 198–206.
- Perrotta, G. (2019). Bipolar disorder: definition, differential diagnosis, clinical contexts and therapeutic approaches. *J Neuroscience and Neurological Surgery*, 5(1).
- Prasetyo, H. (2020). *Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Technique (Seft) terhadap Kualitas Tidur Pasien Rawat Inap Kelas III di Rsud Sleman Yogyakarta*. Universitas Alma Ata Yogyakarta.
- Putra, I. L., & Septa, T. (2018). Efek pemberian teh chamomile (*matricaria recutita*) terhadap pasien GAD (Generalized Anxiety Disorders). *Jurnal Majority*, 7(3), 296–300.
- Rajin, M. (2018). Terapi Spiritual Emotional Freedom Tehnique (SEFT) Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien Pasca Operasi di Rumah sakit. *Prosiding Seminas Competitive Advantage*, 1(2).

- Rosmawati, R., Anwar, M., & Liliandriani, A. (2020). Hubungan Penggunaan Gadget terhadap Kualitas Tidur Remaja di SMK Soeparman Wonomulyo. *Journal Peqguruang*, 1(1), 1–5.
- Sugiarto, I. (2020). Efektivitas Chamomile (*Matricaria chamomilla*) Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Medika Hutama*, 2(01 Oktober), 407–411.
- Sundara, A. K., Larasati, B., Meli, D. S., Wibowo, D. M., Utami, F. N., Maulina, S., Latifah, Y., & Gunarti, N. S. (2022). Aromaterapi Sebagai Terapi Stres Dan Gangguan Kecemasan. *Jurnal Buana Farma*, 2(2), 78–84.
- Videbeck, S., & Videbeck, S. (2013). *Psychiatric-mental health nursing*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Vieta, E., Berk, M., Schulze, T. G., Carvalho, A. F., Suppes, T., Calabrese, J. R., Gao, K., Miskowiak, K. W., & Grande, I. (2018). Bipolar disorders. *Nature Reviews Disease Primers*, 4(1), 1–16.
- Wedanthi, P. H. (2022). Studi kasus dinamika psikologis penderita bipolar disorder. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 2578–2582.
- Wirasugianto, J., Lesmana, C. B. J., Aryani, L. N. A., Ayu, A., & Wahyuni, S. (2021). *Gambaran Karakteristik Pasien Gangguan Bipolar Di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah Denpasar, Bali*

