

NASKAH PUBLIKASI

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN
MENGHADAPI OSCE PADA MAHASISWA KEPERAWATAN (S1)
DAN NERS STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA**

Diajukan Sebagai Satu Syarat Untuk Memperoleh

Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh

Ririn Sumarni Tamelab

KP.18.01.308

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1) DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA**

2022



NASKAH PUBLIKASI

Efektivitas Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan
Menghadapi OSCE Pada Mahasiswa Keperawatan (S1) Dan
Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

Oleh :

Ririn Sumarni Tamelab
KP.18.01.308

**Telah diseminarkan di depan Dewan Penguji
pada tanggal.....**

Susunan Dewan Penguji

Penguji I

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji II

Ika Mustika Dewi, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji III

Tulus Prasetyo, S.Kep., Ns., MBA

**Naskah Publikasi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar sarjana Keperawatan
Yogyakarta.....**

Ketua Prodi Keperawatan dan Ners

Yuli Ernawati S.Kep.,Ns., M.Kep.





PERNYATAAN

Nama : Ririn Sumarni Tamelab

Judul : Efektivitas Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Menghadapi OSCE Pada Mahasiswa Keperawatan (S1) Dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

Dengan ini saya setuju naskah ringkasan penelitian yang telah disusun dipublikasikan dengan/tanpa mencantumkan nama pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum.

Yogyakarta,

Pembimbing Utama

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep

Pembimbing Pendamping

Ika Mustika Dewi, S.Kep., Ns., M.Kep



EFEKTIVITAS AROMATHERAPY LAVENDER TERHADAP KECEMASAN MENGHADAPI OSCE PADA MAHASISWA KEPERAWATAN (S1) DAN NERS STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA

Ririn Sumarni Tamelab¹, Yuli Ernawati², Ika Mustika Dewi³

Mahasiswa Jurusan Keperawatan STIKes Wira Husada Yogyakarta
Dosen keperawatan STIKes Wira Husada Yogyakarta
Email:ririntamelab90@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : *Objective Structured Clinical Examintion* (OSCE) merupakan salah satu metode penilaian kompetensi klinis. OSCE menimbulkan tekanan karena harus mengkolaborasikan skill dengan daya ingat yang kuat sehingga meningkatkan kecemasan yang akan berdampak pada perfoma mahasiswa. Salah satu bentuk strategi yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan adalah dengan aromaterapi jenis lavender yang mempunyai sifat menenangkan, merangsang tidur, efek anxyeti (anti kecemasan), dan efek psikologis lainnya.

Tujuan penelitian : mengetahui efektivitas aromatherapi lavender terhadap kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada yogyakarta.

Metode penelitian : Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *Quasi Eksperiment* (eksperimen semu) rancangan penelitian ini adalah *one group pretest-posttest design*. Dilakukan dengan mengoleskan sebanyak 2 kali aromatherapi lavender pada masker dan benar-benar terhirup oleh responden, setelah itu diobsevasi selama 15 menit. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa semester III dan semester V, diambil menggunakan *Total Sampling* 84 orang mahasiswa. Analisa data menggunakan uji *Paired t-test*.

Hasil : Hasil analisa data menggunakan uji statistik *paired t-test* didapatkan p value = 0.000 (<0.05) yang berarti H_0 diterima dan H_0 ditolak.

Kesimpulan : Ada perbedaan skor kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan pemberian aromaterapi lavender terhadap mahasiswa sebelum menghadapi OSCE pada mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta.

Kata sandi : OSCE, Kecemasan , Aromatherapi Lavender

¹Mahasiswa Keperawatan (S1)dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Dosen Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

³Dosen Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

THE EFFECTIVENESS *LAVENDER AROMATHERAPY* ON ANXIETY FACING OSCE IN NURSING (S1) STUDENTS AND NERS STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA

Ririn Sumarni Tamelab¹, Yuli Ernawati², Ika Mustika Dewi³

Mahasiswa Jurusan Keperawatan STIKes Wira Husada Yogyakarta
Dosen keperawatan STIKes Wira Husada Yogyakarta
Email:ririntamelab90@gmail.com

ABSTRACT

Background : Objective Structured Clinical Examintion (OSCE) is one method of clinical competency assessment. OSCE creates pressure because it has to collaborate skills with strong memory thereby increasing anxiety which will have an impact on student performance. One form of strategy that can be used to reduce anxiety is the aromatherapy type of lavender which has calming properties, stimulating sleep, anxyolitic effects and other psychological effects.

Research objectives : knowing the effectiveness lavender aromatherapy on anxiety facing OSCE in Nursing students (S1) and Nurses Stikes Wira Husada Yogyakarta.

Research methrods : This type of research is quantitative with a *quasi-experimental* (quasi-experimental). This research design is a *one group pretest-posttest design*. This was done by applying lavender aromatherapy 2 times to the mask and actually being inhaled by the respondent, after that it was observed for 15 minutes. The population of this study were students in semester III and semester V, taken using a *total sampling* of 84 students. Data analysis using *Paired t-test*.

Results : The rseults of data analysis using the paired t-test statistical tests obtaiied p-value of 0.000 (<0.05). Which means that H_a is accepted and H_0 is rejected. Conclusion: There is a difference in anxiety scores before and after giving lavender aromatherapy to students before facing OSCE for Nursing students (S1) and Nurses Stikes Wira Husada Yogyakarta.

Keywords: OSCE, anxiety, lavender aromatherapy

¹Nursing Student of STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Lecture of STIKES Wira Husada Yogyakarta

³Lecture of STIKES Wira Husada Yogyakarta

PENDAHULUAN

Uji Kompetensi Perawat merupakan ujian yang dilaksanakan untuk menguji, menentukan, mengukur, dan menilai pengetahuan, keterampilan, serta sikap perawat, baik dalam menjalankan profesionalisme pelayanan kesehatan maupun asuhan keperawatan kepada klien. Metode evaluasi terdiri dari evaluasi tertulis, observasi, wawancara dan salah satunya adalah penerapan *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)* (Goh, 2019). *OSCE* merupakan salah satu metode yang sesuai dalam evaluasi ketrampilan klinis karena dapat meningkatkan ketrampilan klinis mahasiswa dan mempersiapkan alumni yang kompeten serta berkualitas.

Menurut penelitian yang dilakukan (Herlambang, dkk., 2021) untuk keseluruhan data kelulusan OSCE dimulai dari Pulau Jawa (87,92%), Madura (2,01%), Sumatra (2,01%), Kalimantan (4,7%), Sulawesi (0,67%), Papua (1,34%), Nusa Tenggara Timur dan Nusa Tenggara Barat (1,34%). Sedangkan untuk hasil kelulusan Uji Kompetensi (UKOM) tertinggi di pulau Jawa antara lain Provinsi Jawa Timur (84%), Provinsi Jawa Barat (80%), Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (63,3%) dan Jawa Tengah (45%) (Ristek Dikti, 2020).

Pelaksanaan Uji kompetensi Ners di Indonesia telah dilaksanakan sebanyak lima belas kali. Hasil UKNI dari tahun ke tahun mengalami tingkat kelulusan yang fluktuatif. Data nasional Direktorat Penjaminan Mutu 3 tahun terakhir yaitu pada tahun 2017, peserta yang mengikuti UKNI yang dinyatakan

kompeten/lulus berjumlah 20.754 (51,15%) dan yang dinyatakan tidak kompeten/lulus berjumlah 19.822 (48.85%), pada tahun 2018 peserta yang dinyatakan kompeten/lulus berjumlah 26.208 (54,89%) dan yang dinyatakan tidak kompeten/lulus berjumlah 21.535. (45.11%), pada tahun 2019 peserta yang dinyatakan kompeten/lulus berjumlah 29.240 (55,16%) dan yang dinyatakan tidak kompeten/lulus berjumlah 21.535 (44.84%) (Ristek Dikti, 2020).

Data yang diperoleh peneliti pada kampus STIKES Wira Husada Yogyakarta dalam lampiran SK No.P89/KOM-Kes/VI/2021 tanggal 12 juni 2021 kelulusan UKNI adalah sebesar 99% dan lampiran SK No.1435/KOM-Kes/XII/2021 tanggal 15 Desember 2021 Kelulusan UKNI adalah sebesar 97%. Pada tahun 2021 Ujian kompetensi dilaksanakan dengan *exit exam*, yaitu nilai kelulusannya penggabungan antara nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) 60% dan nilai Uji Kompetensi 40%. Sedangkan sebelumnya UKNI 2020 dimana nilainya murni berdasarkan nilai batas lulusnya saja. Untuk memenuhi indeks prestasi kumulatif mahasiswa harus memenuhi salah satu syarat lulus skill laboratorium yaitu OSCE. Studi pendahuluan untuk kelulusan OSCE yang dilakukan peneliti di kampus Stikes Wira Husada Yogyakarta pada semester gasal tahun ajaran 2020/2021 kelulusan OSCE pada mata kuliah Keperawatan Medical Bedah I mahasiswa semester III sebesar 80%, sedangkan kelulusan OSCE untuk mata kuliah Keperawatan Medical Bedah III

pada mahasiswa semester V sebesar 85%.

Adapun *OSCE* memberikan pengalaman ujian pada setiap mahasiswa, sehingga harus melewati tahap *nursing area*. *Nursing area* merupakan tempat dilakukannya pengujian kompetensi klinik secara obyektif dan terstruktur dalam bentuk putaran *station* dengan waktu tertentu. Dalam *OSCE* penilaian berdasarkan pada keputusan yang sifatnya menyeluruh dari berbagai komponen kompetensi. Lamanya waktu untuk masing-masing stasiun terbatas, sehingga menimbulkan rasa cemas pada mahasiswa (Dikti, 2020)

Kecemasan yang timbul saat menghadapi ujian akan berpengaruh pada performa mahasiswa dan kegagalan ujian. Meskipun mahasiswa sudah mempersiapkan diri dengan baik dan sudah berkali-kali menghadapi *OSCE*. Kecemasan merupakan perasaan yang kita alami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan yang akan terjadi. Kecemasan dapat diidentifikasi menjadi empat tingkat, yaitu: Kecemasan ringan, sedang, berat dan panik (Budiono, dkk., 2016)

Menurut *World Health Organization* (WHO) memperkirakan 20% dari populasi dunia sebanyak 48% remaja sering merasa cemas. Gangguan cemas merupakan gangguan mental yang paling sering ditemukan dan berhubungan dengan beban penyakit yang tinggi. Berdasarkan studi populasi ditemukan bahwa terdapat 7,7% kasus kecemasan pada anak berusia 13-17 tahun dan 6,6% kasus pada usia 18-64 tahun. Studi meta-

analisis menunjukkan bahwa prevalensi umum kecemasan di Cina adalah 0,9%, di Afganistan 28,3%, Itali 2,4%, dan Meksiko 29,8%, dan prevalensi global pada tahun 2013 adalah 7,3%, yaitu 1 dalam 14 orang di seluruh dunia dapat menderita gangguan cemas dan 1 orang dalam 9 orang akan mengalami gangguan cemas setiap tahunnya. menurut Riset Kesehatan Dasar (2018) Di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan adalah sebesar 61 % untuk usia 15 tahun ke atas atau sekitar 14 juta orang. Terkait dengan mahasiswa dilaporkan bahwa 25% mahasiswa mengalami kecemasan ringan, 60% mengalami kecemasan sedang, dan 15% mengalami kecemasan berat. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diketahui bahwa setiap orang dapat mengalami kecemasan baik cemas ringan, sedang dan berat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016)

Hasil studi pendahuluan wawancara yang dilaksanakan oleh peneliti pada tanggal 01 Oktober 2021 pada mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta yaitu mahasiswa semester III, V, dan VII sebanyak 20 orang dari 25 orang mahasiswa mengatakan cemas saat melakukan ujian *OSCE* dan 5 orang lainnya mengatakan tidak cemas karena sudah belajar dari pengalaman ujian yang sebelumnya. Kecemasan yang dirasakan disebabkan oleh berbagai hal salah satunya adalah kesiapan dalam menghadapi ujian. Dari 20 orang yang mengalami kecemasan lima belas diantaranya mengatakan

bahwa materi dan praktek skill yang cukup banyak dipelajari menyebabkan mahasiswa sulit untuk memahami keseluruhannya, dan 5 orang lainnya mengatakan padatnya jadwal perkuliahan dan waktu setiap stase yang dirasanya kurang. Mahasiswa yang paling merasa cemas adalah mahasiswa semester III dan V yang mendapat mata kuliah Keperawatan Medical Bedah (KMB). Sedangkan mahasiswa semester VII mengatakan tidak terlalu merasakan cemas karena sudah sering mengikuti ujian OSCE dan sudah mempunyai banyak pengalaman saat Praktek Klinik. Karena Pentingnya OSCE dalam pendidikan profesi kesehatan, maka perlu dilakukan upaya dalam menurunkan kecemasan mahasiswa saat ujian. Baru-baru ini, berbagai jenis terapi nonfarmakologis seperti pijat terapi, teknik relaksasi, terapi music, terapi spiritual dan aromaterapi terbukti efektif untuk mengurangi kecemasan (Setyawan & Oktavianto, 2018).

Aromaterapi merupakan metode terapi keperawatan yang menggunakan minyak essensial dan senyawa aromatik tumbuhan yang berasal dari tumbuhan yang bertujuan untuk mempengaruhi suasana hati, membuat rileks pikiran, dan kesehatan seseorang (Purwanto, 2018). Beberapa minyak atsiri yang umum digunakan dalam aromaterapi karena sifatnya yang serba guna antara lain Langon Kleri (*Salvia Scarea*), Lavender (*Lavendula Vera Officianals*), Lemon (*Citrus Lenomen*), Pappermint (*Mentha Piperita*), dan Rosmari (*Rosmarinus officinals*), dari minyak-minyak tersebut minyak lavender merupakan

minyak essensial yang paling populer (Andriani, 2016).

Dari hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Setiyawan A. 2020), tentang efektifitas aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa keperawatan. Hasil penelitian didapatkan terjadi penurunan kelompok intervensi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi. Terbukti aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa keperawatan Aromaterapi lavender diharapkan bisa menjadi strategi mahasiswa dalam mengatasi kecemasan saat OSCE. maka peneliti tertarik untuk mengetahui efektifitas aromatrapi lavender terhadap kecemasan mahasiswa menghadapi OSCE mahasiswa keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Jenis dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain *Quasi Eksperiment* (eksperimen semu). Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *one group pretest-posttest design*. Rancangan penelitian ini berupaya untuk mengungkapkan apakah ada efek aromaterapi lavender pada kecemasan mahasiswa sebelum OSCE (Nursalam, 2017). Observasi dilakukan 2 kali yaitu sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi.

WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2022 sampai dengan Februari

2022. Penelitian ini dilakukan Kampus Stikes Wira Husada Yogyakarta.

POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Prodi Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta semester III angkatan 2020 berjumlah 33 responden dan semester V angkatan 2019 berjumlah 51 responden yang mendapat mata kuliah KMB yang akan menghadapi OSCE sejumlah 84 mahasiswa. Pengambilan sampel dari populasi penelitian dilakukan dengan teknik pengambilan *total sampling*. *Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2018). Alasan mengambil total sampling karena jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya (Sugiyono, 2018)

Variabel Penelitian

Variabel Independen dalam penelitian ini adalah Aromaterapi Lavender.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan mahasiswa menghadapi OSCE.

Alat Pengumpulan Data

Analog Anxiety Scale (AAS) terdiri dari 6 item pertanyaan dengan menggunakan Scala Ranting Scale dengan cara penilaian dengan nilai kumulatif dari enam item pertanyaan yaitu cemas,tegang,takut,tidak bisa tidur,kesulitan konsentrasi dan depresi (setyawati,2015) Pengukuran tingkat kecemasan dilakukan sebelum dan sesudah pemberian

aromaterapi lavender. Jarak waktunya adalah 15 menit.

ANALISA DATA

Analisis Univariat

Peneliti menganalisis nilai *mean* atau rata rata dan standar deviasi pada data tingkat kecemasan, karena data tersebut termaksud dalam kategori numerik dan dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Semua karakteristik responden dalam penelitian ini seperti: usia, Jenis kelamin, semester dan kriteria-kriteria yang dirasakan mahasiswa sebelum OSCE berbentuk kategori yang dianalisis menggunakan analisis proporsi dan dituangkan dalam tabel distribusi frekuensi.

Analisa Bivariat

Tabel 3 Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov

Data	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	Degree Of Freedom	Signifikan
Asymp. Sig(2-tailed)	0,53	84	.200

Sumber : (Data Primer Terolah, 2022)

Hasil uji normalitas didapatkan hasil nilai signifikan sebesar $0,200 > 0,05$ yang berarti data berdistribusi normal. Karena data berdistribusi normal maka uji yang digunakan adalah uji Paired T-Test.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi : usia, jenis kelamin dan semester III dan V mahasiswa keperawatan

(S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta.

Tabel 4
Distribusi frekuensi karakteristik responden semester III dan V mahasiswa keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

Karakteristik Responden	Kategori	Frekuensi (n)	Persentasi (%)
Usia	≤ 20	48	56,5
	21-30	34	40,0
	> 30	2	2,4
Jenis Kelamin	Laki-laki	25	29,4
	Perempuan	59	69,4
Semester	Semester III	33	38,8
	Semester V	51	60,0
Total		84	100,0

Sumber : (Data Primer Terolah, 2022)

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa usia responden sebagian besar adalah usia ≤ 20 tahun yaitu sebanyak 48 responden (56,5), jenis kelamin responden sebagian besar adalah perempuan yaitu sebanyak 59 responden (69,4) dan semester responden sebagian besar adalah semester V 51 responden (60,0%) .

Tabel 5

Distribusi frekuensi Kesiapan responden sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada semester III dan V mahasiswa keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

Karakteristik responden	Kategori	Sebelum		Sesudah	
		F(n)	P(%)	F(n)	P(%)
Presepsi terhadap ujian	Sangat yakin lulus	52	61,9	69	82,1
	Kurang yakin lulus	32	38,1	14	16,7
	Tidak yakin lulus	0	0	1	1,2
Refleksi persiapan diri	Sangat siap	35	42,7	52	61,9
	Cukup siap	44	52,4	29	34,5

Karakteristik responden	Kategori	Sebelum		Sesudah	
		F(n)	P(%)	F(n)	P(%)
Riwayat sakit/belajar saat OSCE	Kurang siap	5	6,0	3	3,6
	Sakit	2	2,4	0	0
Sehat		82	97,6	84	100,0
Total		84	100,0	84	100,0

Sumber : (Data Primer Terolah, 2022)

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa sebelum pemberian aromaterapi lavender sebagian besar responden sangat yakin lulus sebanyak 52 responden (61,9%), refleksi persiapan diri responden sebagian besar adalah cukup siap mengikuti ujian sebanyak 44 responden (52,4%) dan riwayat sakit/belajar saat OSCE sebagian besar responden adalah sehat sebanyak 82 responden (97,6%). sesudah pemberian aromaterapi lavender sebagian besar responden sangat yakin lulus sebanyak 69 responden (82,1%), refleksi persiapan diri responden sebagian besar adalah sangat siap mengikuti ujian sebanyak 52 responden (61,9%) dan riwayat sakit/belajar saat OSCE sebagian besar responden adalah sehat sebanyak 84 responden (100,0%).

2. Tingkat kecemasan sebelum pemberian aromatherapi lavender pada mahasiswa sebelum OSCE

Distribusi tingkat kecemasan responden sebelum diberikan aromatherapi lavender dapat dilihat pada tabel 6,7 dan 8.

Tabel 6

Tingkat kecemasan sebelum pemberian aromatherapi lavender pada semester III dan V mahasiswa keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta.

Variabel	Mean	Simpangan Baku	IK 95%
Tingkat kecemasan sebelum pemberian aromaterapi lavender	287,45	±50,957	276,93-308,33

Sumber : (Data Primer Terolah, 2022)

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sebelum pemberian aromatherapi lavender didapatkan hasil mean sebesar 287,45 dengan simpangan baku sebesar 50,957 dan interval koefisien sebesar 276,93-308,33.

Tabel 7

Analisa karakteristik tingkat kecemasan sebelum pemberian aromatherapi lavender pada mahasiswa keperawatan (S1) dan Ners Stikes Husada Yogyakarta

No	Karakteristik	Mean	IK 95%
1	Cemas	55,74	51,76-59,72
2	Tegang	55,88	51,87-59,89
3	Takut	52,12	47,98-56,26
4	Tingkah laku sikap	48,18	44,41-51,95
5	Kesulitan kosentrasi	45,07	40,85-49,30
6	Depresi	29,93	26,22-33,64
	Total	286,92	

Sumber : (Data Primer Terolah, 2022)

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa analisis item kecemasan sebelum pemberian aromatherapi lavender didapatkan hasil nilai mean pada karakteristik cemas sebesar 55,74, karakteristik tegang sebesar 55,88, katakteristik takut sebesar 52,12, karakteristik tingkah laku sikap sebesar 48,18, karakteristik kesulitan kosentrasi 45,07 dan karakteristik depresi 29,93.

Tabel 8

Analisa karakteristik tingkat kecemasan sebelum pemberian aromatherapi lavender berdasarkan usia ,jenis kelamin dan semester pada mahasiswa keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

No	Karakteristik	Mean	IK 95%
1	Usia		
	≤ 20	250,50	391,16-892,16
	21-30	335,50	356,99-1027,99
	> 30	240,00	52,24-532,24
2	Jenis kelamin		
	Laki-laki	279,80	264,62-294,98
	perempuan	301,72	277,18-326,26
3	Semester III	296,03	276,96-315,10
4	Semester V	286,03	269,27-302,80

Sumber : (Data Primer Terolah, 2022)

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa analisis karakteristik tingkat kecemasan sebelum pemberian aromatherapi lavender didapatkan hasil nilai mean pada karakteristik usia sebesar 335,50 jenis kelamin laki-laki sebesar 279,80, perempuan sebesar 301,72, semester III sebesar 296,30 dan semester V sebesar 286,03.

3. Tingkat kecemasan sesudah pemberian aromatherapi lavender pada mahasiswa sebelum OSCE

Distribusi tingkat kecemasan responden sesudah diberikan aromatherapi lavender dapat dilihat pada tabel 9,10 dan 11.

Tabel 9

Tingkat kecemasan sesudah pemberian aromatherapi lavender pada semester III dan V mahasiswa keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

Variabel	Mean	Simpangan Baku	IK 95%
Tingkat kecemasan sesudah pemberian aromaterapi lavender	135,51	±39,552	126,93-144,10

Sumber : (Data Primer Terolah, 2022)

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sesudah pemberian terapi lavender didapatkan hasil mean sebesar 135,51 dengan simpangan baku sebesar 39,552 dan interval koefisien sebesar 126,93-144,10.

Tabel 10

Analisa karakteristik tingkat kecemasan sesudah pemberian aromatherapi lavender pada semester III dan V mahasiswa keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

No	Karakteristik	Mean	IK 95%
1	Cemas	24,59	22,21-26,97
2	Tegang	23,48	21,19-25,77
3	Takut	24,64	21,89-27,39
4	Tingkah laku sikap	25,21	23,00-27,42
5	Kesulitan kosentrasi	21,91	19,54-24,28
6	Depresi	15,81	13,55-18,08
	Total	135,64	

Sumber : (Data Primer Terolah, 2022)

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan bahwa analisis item kecemasan sesudah pemberian aromatherapi lavender didapatkan hasil nilai mean pada karakteristik cemas sebesar 24,59, karakteristik tegang sebesar 23,48, katakarakteristik takut sebesar 24,64, karakteristik tingkah laku sikap sebesar 25,21, karakteristik kesulitan kosentrasi 21,91 dan karakteristik depresi 15,81.

Tabel 11

Analisa karakteristik tingkat kecemasan sesudah pemberian aromatherapi lavender berdasarkan usia ,jenis kelamin dan semester pada mahasiswa keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

No	Karakteristik	Mean	IK 95%
1	Usia		
	≤ 20	135,02	121,88-148,17
	21-30	130,00	2,94-257,06
	> 30	123,50	104,44-142,56
2	Jenis kelamin		
	Laki-laki	141,04	124,78-157,30
	perempuan	150,28	137,74-162,82
3	Semester III	153,64	143,63-163,65
4	Semester V	135,97	121,27-150,67

Sumber : (Data Primer Terolah, 2022)

Berdasarkan tabel 11 menunjukkan bahwa analisis karakteristik tingkat kecemasan sebelum pemberian aromatherapi lavender didapatkan hasil nilai mean pada karakteristik usia sebesar 135,02, jenis kelamin laki-laki sebesar 141,04, perempuan sebesar 150,28, semester III sebesar 153,64 dan semester V sebesar 135,97.

4. Efektivitas aromatherapi lavender terhadap kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

Analisis bivariate pada tahap ini di teliti efektivitas aromatherapi

lavender terhadap kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners semester III dan V dengan menggunakan uji paired t-test untuk kuesioner pre test dan post test, dapat diketahui sebagai berikut :

Tabel 12

Analisis bivariate efektivitas aromaterapi lavender terhadap kecemasan menghadapi OSCE mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

Kecemasan	Rerata	Selisih	CI 95%		P Value
			Lower	Upper	
Pre test	287,45				
Posttest	136,94	150,512	139,367	161,657	0,000

Sumber : (Data Primer Terolah, 2022)

Berdasarkan tabel 12 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan mahasiswa semester III dan V sebelum pemberian aromatherapi lavender adalah 287,45 dan sesudah diberikan aromatherapi lavender rata-rata kecemasan mahasiswa semester III dan V menjadi 136,94. Nilai signifikan dengan CI 95% 139,367 sampai 161,657.

Berdasarkan hasil analisa statistik dengan menggunakan uji paired t-test dengan program spss didapatkan p value = 0,000 < 0,05, artinya H_0 diterima berarti ada perbedaan skor kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan pemberian aromatherapi lavender terhadap mahasiswa sebelum menghadapi OSCE pada mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta.

PEMBAHASAN

1. Kecemasan menghadapi OSCE mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta sebelum diberikan aromatherapi lavender.

Hasil penelitian didapatkan nilai rerata dari keseluruhan item sebesar mean 287,45 yang menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat kecemasan responden sebelum pemberian aromatherapi lavender pada kategori kecemasan sedang. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Brands & Scoonheim-Klein (2015) yang menyatakan bahwa OSCE adalah metode penilaian yang paling menimbulkan kecemasan dan mahasiswa mempersiapkan lebih banyak waktu belajar saat ujian OSCE dari pada ujian lainnya.

Kecemasan mahasiswa menghadapi OSCE pada semester III dan V sebelum pemberian aromatherapi menunjukkan hasil nilai mean pada karakteristik cemas sebesar 55,74, karakteristik tegang sebesar 55,88, katakteristik takut sebesar 52,12, karakteristik tingkah laku sikap sebesar 48,18, karakteristik kesulitan konsentrasi 45,07 dan karakteristik depresi 29,93. Dapat disimpulkan adanya peningkatan kecemasan pada mahasiswa.

Kecemasan adalah keadaan emosional yang ditandai dengan adanya rangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan khawatir terhadap sesuatu hal buruk yang akan terjadi. Kecemasan termasuk respon yang tepat terhadap suatu ancaman, namun apabila

tingkat kecemasan tidak proporsional dengan ancaman atau kecemasan yang datang tidak memiliki penyebab maka kecemasan tersebut bisa menjadi abnormal (Azizah, 2016).

Dari hasil kuesioner dengan 6 (enam) item pertanyaan kecemasan yang dilakukan peneliti meunjukkan bahwa pada item cemas sebagian besar responden merasa gugup, pada item tegang responden merasakan napas pendek dan cepat, pada item takut responden merasakan takut, pada item tingkah laku/sikap responden merasakan muka menjadi tegang, pada item kesulitan konsentrasi responden merasa lambat mengambil keputusan, dan pada item depresi responden merasakan nafsu makan menurun. Untuk persiapan mahasiswa sebelum menghadapi OSCE meliputi presepsi pada ujian sebanyak 52 responden (61,9%), Refleksi kesiapan diri sebanyak 44 responden (52,4%), dan riwayat sakit/belajar saat OSCE sebanyak 82 responden (97,6%). Penelitian yang dilakukan oleh Mery (2014) yang menjelaskan bahwa kecemasan mahasiswa timbul ketika menghadapi tes keterampilan (OSCE). Agustiar (2010) mengatakan bahwa timbulnya kecemasan menghadapi ujian karena ujian dipersepsikan sebagai suatu yang sulit, menentang dan mengancam, individu memandang dirinya sendiri sebagai seorang yang tidak sanggup atau mampu mengerjakan ujian. Selain itu, individu hanya terfokus pada bayangan-bayangan konsekuensi buruk yang tidak diinginkannya.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tingkat

kecemasan mahasiswa ditinjau dari nilai mean usia 21-30 tahun adalah sebesar 335,50, usia menjadi salah satu faktor terjadinya kecemasan. Menurut Suherman (2016) menyatakan bahwa usia muda lebih mudah terkena tekanan psikologis dan cemas, karena kesiapan mental dan jiwa yang belum matang serta kurangnya pengalaman. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Muyasaroh (2020) usia responden paling banyak ada di usia 21-24 tahun. Adapun perbandingan umur yang tidak terlalu jauh yakni umur 19 tahun, 20 tahun, 21 tahun, 22 tahun, 23 tahun dan 24 tahun, pada tahap usia ini disebut tahap remaja akhir yang kesiapan mental dan jiwa belum matang serta kurangnya pengalaman dalam manajemen kecemasannya.

Hasil didapatkan dari nilai mean jenis kelamin laki-laki adalah sebesar 279,80 dan perempuan adalah sebesar 301,72. Dari analisis dapat dipahami bahwa responden berjenis kelamin perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang berjenis kelamin laki-laki. Menurut Maryam dan Kurniawan A (2008) menyatakan bahwa faktor jenis kelamin secara signifikan dapat mempengaruhi tingkat kecemasan, dalam penelitian tersebut disebutkan juga bahwa jenis kelamin perempuan lebih beresiko mengalami kecemasan dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustiar dan Asmi (2010) yang menyatakan bahwa perempuan memiliki kecemasan yang lebih tinggi dari pada laki laki. Kecemasan yang dialami oleh

perempuan dipengaruhi oleh gen, estrogen, progesteron dan fenomena bawaan biologis otak yang dapat meningkatkan risiko depresi pada perempuan.

Tingkat kecemasan mahasiswa semester III dan semester V ditinjau dari nilai mean semester III adalah sebesar 296,03 dan semester V adalah sebesar 286,03. Dari analisis di atas dapat dipahami bahwa semester III mengalami tingkat kecemasan yang tinggi. Tuntutan internal dan eksternal yang dialami mahasiswa dapat menjadi sumber tekanan yang melampaui batas kemampuan mahasiswa (overload) sehingga timbul kecemasan, distres dalam bentuk kelelahan fisik atau mental, daya tahan tubuh menurun, dan emosi yang labil. Mahasiswa keperawatan seringkali merasa cemas dan gelisah menjelang ujian. Menurut Jaya (2015) Kecemasan menjelang ujian dipicu oleh keadaan mental, sensasi, dan perilaku motorik yang tidak dapat dikendalikan. Hal ini terlihat pada perubahan fisik, psikis, dan perilaku yang dialami mahasiswa saat menghadapi ujian. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Afolayan (2013) Kondisi ini tentunya akan mempengaruhi performa mahasiswa dalam menghadapi ujian OSCE yang akan berdampak pada hasil ujian.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti berpendapat bahwa kecemasan mahasiswa semester III dan V pada saat sebelum diberikan aromatherapi lavender mahasiswa mengalami kecemasan sedang dan berat, besarnya frekuensi kecemasan

pada mahasiswa cukup tinggi ini disebabkan oleh berbagai faktor dan kecemasan mahasiswa sebagai kombinasi dari respon fisiologis, emosional, dan perilaku yang berbeda-beda tergantung pada individu, sehingga terjadi kekhawatiran dan pikiran tidak relevan yang membebani sistem kognitif dan mengakibatkan mahasiswa merasakan kecemasan sebelum mengikuti ujian OSCE.

2. Kecemasan menghadapi OSCE mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta sesudah diberikan aromatherapi lavender

Hasil penelitian didapatkan nilai rerata dari keseluruhan item sebesar mean 135,51 yang menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat kecemasan responden setelah pemberian aromatherapi lavender pada kategori tidak ada kecemasan.

Pada efektivitas aromaterapi lavender terhadap kecemasan mahasiswa menghadapi OSCE pada mahasiswa semester III dan V sesudah pemberian aromatherapi menunjukkan bahwa analisis item kecemasan sesudah pemberian aromatherapi lavender didapatkan hasil nilai mean pada karakteristik cemas sebesar 24,59, karakteristik tegang sebesar 23,48, katakteristik takut sebesar 24,64, karakteristik tingkah laku sikap sebesar 25,21, karakteristik kesulitan konsentrasi 21,91 dan karakteristik depresi 15,81. Dapat disimpulkan adanya penurunan tingkat kecemasan mahasiswa setelah dilakukan pemberian aromatherapi lavender.

Hal tersebut juga sejalan dengan yang diungkapkan oleh Shinobi (2012), bahwa aromaterapi mempunyai efek yang positif karena diketahui bahwa aroma tersebut dapat merangsang sensori dan reseptor yang pada akhirnya mempengaruhi organ yang lainnya sehingga dapat menimbulkan efek kuat terhadap penurunan kecemasan.

Menurut Nurlaila (2011) kecemasan merupakan suatu perasaan yang dialami ketika seorang individu memikirkan tentang sesuatu yang tidak menyenangkan akan datang. Kecemasan digambarkan sebagai campuran dari ketakutan yang tidak menentu, kebingungan, tekanan dan ketidakpastian.

Dari hasil kuesioner sesudah pemberian aromatherapi lavender dengan 6 (enam) item pertanyaan kecemasan yang dilakukan peneliti meunjukkan bahwa pada item cemas sebagian besar responden merasa gugup, pada item tegang responden merasakan napas pendek dan cepat, pada item takut responden merasakan takut, pada item tingkah laku/sikap responden muka tegang, pada item kesulitan konsentrasi responden merasa lambat mengambil keputusan dan pada item depresi responden nafsu makan menurun. Untuk persiapan mahasiswa sebelum menghadapi OSCE meliputi presepsi pada ujian sebanyak 69 responden (82,1%), refleksi kesiapan diri sebanyak 52 responden (61,9%), dan riwayat sakit/belajar saat OSCE sehat sebanyak 84 responden (0%).

Menurut Setiono dan Hidayati (2013) Pemberian aromatherapi lavender bagi seseorang dapat menurunkan kecemasan, mengatasi gangguan tidur, stres dan

meningkatkan produksi hormon melatonin dan serotonin. Menghirup minyak aromaterapi sendiri dianggap sebagai cara penyembuhan yang paling langsung dan cepat. Hal ini dikarenakan molekul-molekul minyak esensial yang mudah menguap bereaksi langsung pada organ penciuman dan langsung diproses oleh otak.

Menurut Dewi (2015) bahwa minyak lavender memiliki sifat yang menenangkan, merangsang tidur, efek anxiolytic (anti cemas) dan efek psikologis. Selain itu minyak lavender mempunyai kandungan seperti minyak esensial (1-3%), alpha-pinene (0,22%), limonene (1,06%), linalool (26,12%), borneol (1,21%), linalyl acetate (26,32%), geranyl acetate (2,14%).

Tingkat kecemasan mahasiswa ditinjau dari nilai mean usia 21-31 tahun adalah sebesar 135,02, sehingga ada penurunan tingkat kecemasan berdasarkan usia. Menurut Ericson (2012) mengatakan bahwa seseorang yang digolongkan dalam usia dewasa awal berada dalam tahap hubungan hangat, dekat dan komunikatif. Menurut teori Potter dan Perry (2015) Dewasa muda berada dalam transisi dari pengalaman masa remaja ke tanggung jawab orang dewasa. Mereka harus menyiapkan diri untuk menyelesaikan tugas sebagai mahasiswa, hidup mandiri, dan karir. Stressor mencakup konflik antara harapan dan realitas. Menurut Hidayat (2014) tingkat perkembangan dapat mempengaruhi respons tubuh dimana semakin matang dalam perkembangannya, maka semakin baik pula kemampuan untuk mengatasinya dalam

menghadapi stres dan respon terhadap stressor. Hal ini sesuai penelitian yang dilakukan oleh Maifrisco (2013) bahwa aromaterapi dapat mempengaruhi bagian otak yang berkaitan dengan mood, emosi, ingatan, dan pembelajaran. Dengan menghirup aromaterapi lavender maka akan meningkatkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi OSCE Nilai mean ditinjau dari jenis kelamin laki-laki adalah sebesar 141,04 dan perempuan adalah sebesar 150,28, sehingga ada penurunan tingkat kecemasan berdasarkan jenis kelamin. Menurut Primadiati (2018) Aromaterapi mempunyai beberapa keuntungan sebagai tindakan supportive seperti efek relaksasi menenangkan dan menurunkan kecemasan. Hasil sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Conrad dan Adams (2012) menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi dapat menurunkan secara signifikan tingkat kecemasan dan depresi pada perempuan.

Hasil didapatkan Nilai mean semester III adalah sebesar 153,64 dan semester V adalah sebesar 135,97, sehingga ada penurunan tingkat kecemasan berdasarkan semester. Menggunakan minyak esensial yang dinilai dapat membantu mengurangi bahkan mengatasi gangguan psikologis dan gangguan rasa nyaman seperti cemas, Menurut Wahyuningsih (2014) Aromaterapi lavender dapat

meningkatkan gelombang alfa di otak, sehingga dapat menyebabkan efek rileks, lebih tenang, lebih seimbang, lebih nyaman, serta menciptakan perasaan terbuka dan percaya diri. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Frayusi (2012) aromaterapi lavender juga merupakan upaya teraupetik yang memberikan banyak manfaat. Beberapa manfaat aromaterapi lavender antara lain meningkatkan kesehatan fisik dan mental. Secara fisik membantu meredakan rasa sakit, sedangkan secara psikologis dapat menenangkan pikiran, mengurangi ketegangan dan kecemasan, serta memberikan ketenangan.

Berdasarkan hal tersebut, pendapat peneliti sesudah pemberian aromaterpai lavender pada mahasiswa semester III dan V menunjukkan adanya penurunan kecemasan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Aromatherapi lavender bisa memberikan efek rileks dan tenang sehingga dapat membuat kecemasan mahasiswa berkurang. Aromatherapi lavender ini diberikan dengan cara mengoleskan pada masker diobservasi selama 15 menit. Aromatherapi lavender memiliki kandungan linali asetat yaitu suatu senyawa yang memiliki efek sedatif sehingga mampu mengurangi kecemasan.

3. Perbedaan sebelum dan sesudah pemberian aromatherapi lavender terhadap Kecemasan menghadapi OSCE mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan mahasiswa semester III dan V sebelum pemberian aromatherapi lavender adalah 287,45 dan sesudah diberikan aromatherapi lavender rata-rata kecemasan mahasiswa semester III dan V menjadi 136,94. Nilai signifikan dengan CI 95% 139,367 sampai 161,657. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aris Setyawan dan Eka Oktaviani (2020) tentang efektifitas aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa keperawatan dimana menunjukkan p value = 0,000 < 0,05, sehingga disimpulkan bahwa ada perbedaan skor sebelum dan sesudah pemberian aromatherapi

Menurut Balkam (2016) aromatherapi lavender bekerja dengan mempengaruhi tidak hanya fisik tetapi juga tingkat emosi, aromaterapi bekerja dengan merangsang sel-sel saraf penciuman dan mempengaruhi kerja sistem limbik dengan meningkatkan perasaan positif dan rileks .

Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan adanya efektivitas pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan. Hal ini dikarenakan setelah mahasiswa semester III dan V menghirup aromaterapi lavender molekul serta pertikel lavender akan masuk melalui hidung kemudian oleh reseptor saraf diterima sebagai signal yang baik dan kemudian di presentasikan sebagai bau yang menyenangkan dan akhirnya sensori bau tersebut masuk dan mempengaruhi sistem limbik sebagai pusat emosi seseorang sehingga

perasaan menjadi lebih rileks. Dengan perasaan yang tenang akan membuat mahasiswa dapat berpikir dengan tenang untuk mengatasi stressor, sehingga akan tercipta coping yang adaptif. Coping yang adaptif membuat mahasiswa dapat menerima kondisinya dengan baik. Dari pemikiran tersebut maka mahasiswa mengalami tingkat kecemasan dengan tingkat ringan saja atau bahkan tidak ada kecemasan sama sekali.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan tentang efektivitas aromaterapi lavender terhadap kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta, kesimpulannya adalah sebagai berikut :

1. Tingkat kecemasan mahasiswa semester III dan semester V sebelum pemberian aromatherapi lavender didapatkan nilai mean sebesar 287,45.
2. Tingkat kecemasan mahasiswa semester III dan semester V sesudah pemberian aromatherapi lavender didapatkan nilai mean sebesar 135,51.
3. Hasil analisa data menggunakan uji statistik paired t-test didapatkan p value = 0,000 yang berarti H_0 diterima, sehingga ada perbedaan skor kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan pemberian aromaterapi lavender terhadap mahasiswa sebelum menghadapi OSCE mahasiswa Keperawatan (S1) dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta.

Saran

Adapun saran-saran yang diajukan dalam penelitian ini antara lain adalah sebagai berikut.

1. Bagi Stikes Wira Husada Yogyakarta
Disarankan skripsi ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dan dapat diaplikasikan ke dalam praktek keperawatan bagi mahasiswa Stikes Wira Husada Yogyakarta dalam mengurangi kecemasan sebelum menghadapi Ujian OSCE
2. Bagi mahasiswa
Disarankan bagi mahasiswa dapat menggunakan aromaterapi lavender sebagai salah satu alternatif untuk menurunkan kecemasan sebelum menghadapi ujian OSCE, UAS, dan ujian lainnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Disarankan meneliti tentang efektivitas aromaterapi lavender terhadap kecemasan menghadapi OSCE pada mahasiswa yang lebih mendalam dengan menggunakan metode pemberian aromaterapi lavender dengan teknik lainnya dan menggunakan kelompok kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade S, E., Wahyuningsih (2016). Pendidikan Kesehatan dengan Media Slide Efektif dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Perawatan Vulva Hygiene pada Siswi Kelas VIII SMP 2 Sedayu Bantul. Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia, 4(1), 6-10.

- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Adji, D. S., & Wardaningsih, S. (2016). Hubungan antara Kecemasan Mahasiswa PSIK UMY saat Menghadapi Ujian Objective Structured Clinical Examination (OSCE) terhadap Skor OSCE. Naskah Publikasi. Yogyakarta: FKIK UMY.
- Balkam, Jan. (2001). *Aromaterapi Penuntun Praktis Untuk Pijat Minyak Asiridan Aroma*. Edisi 1. Semarang : Dahara Prize
- Conrad, P., & Adams, C. (2012). Efek aromaterapi klinis untuk kecemasan dan depresi pada wanita— sebuah studi percontohan. *Latihan Klinik Ada*, 18(3), 164-8
- Daeng Muhammad Rafiki (2017) Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Mekanisme Koping Menghadapi Objective Structured Clinical Examination (Osce) Mahasiswa Semester Ii Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. *Journal pendidikan* .
- Direktorat Tenaga Kependidikan Direktorat Jenderal Peningkatan Mutu Pendidikan Dan Tenaga Kependidikan Departemen Pendidikan Nasional. (2019) “Penulisan modul”. Jakarta
- Eswi, A., Badawy, A. S., & Shaliabe, H. (2017). OSCE in Maternity and Community Health Nursing: Saudi Nursing Student’s Perspective.
- Erikson, E. H. (2012). *Childhood and Society*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Febrina. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres pada mahasiswa PSIK angkatan 2012 dalam menghadapi objective structure clinical examination (OSCE) di universitas muhammadiyah yogyakarta. KTI publikasikan. Yogyakarta: FKIK UMY.
- Goh, K. J. (2019). Climatic requirements of oil palm for high yields. *Prosiding Managing Oil Palm For High Yields : Agronomic Principles*. Malaysian Society of Soil Science. Kuala Lumpur.
- Hartaji, Damar A. (2019). Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua. *Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. Jurnal* , Naskah publikasi.
- Hawari, Dadang. (2016). *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- KBBI, (2016). *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*
- Khan, A. (2018). Causes and Coping Strategies for Stress among Employee. *Journal of Physical Fitness, Medicine & Treatment in Sports*, 1(4), 1–5.
- Maifrisco, O. (2013). Pengaruh Aromaterapi terhadap Tingkat Stress Mahasiswa. *Journal publikasih*
- Novita Sari Khouw, Aris Setyawan, Eka oktavianto, S. (2021). Pengaruh Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Selama Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Keperawatan Stikes Surya Global Yogyakarta. *Jurnal* 2, 27–38.
- Widiarti, A. W., & Suhardi. (2018). Penurunan Kecemasan Menghadapi Skripsi Dengan Menggunakan Aromaterapi

- Inhalasi. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 4(2), 82–196.
- Ramaiah (2013) kecemasan bagaimana cara mengatasinya : Jakarta : pustaka populer obor.
- Risma, G. B. (2015). Kecemasan dalam Objective Structured Clinical Examination (OSCE). *Agromed Unila*, 2(4), 419–424.
- Ristekdikti. (2020). Panduan Penyusunan Kurikulum Pendidikan Tinggi. Jakarta
- Siswoyo. (2018). Ilmu Pendidikan. Yogyakarta: UNY Press.
- Stuart, G. W (2012). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta:EGC.
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods). Bandung: CV Alfabeta.
- Tricintia Y (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stress Dalam Menjalani Osce Mahasiswa Semester Vi Angkatan Viii Di Stikes Suaka Insan Banjarmasin. Volume 2 . hal. 1-9
- Ware, J., Mardi, A. E., Abdulghani, H., & Siddiqui, I. (2017). Osce Manual 2014. Riyadh: Saudi Commission For Health Specialties. *Journal nursing*.
- Yul Iskandar, (2014) Test Bakat, Minat, Sikap dan Personality MMPI-DG, Penerbit Yayasan Dharma Graha, Jakarta 1984
- Yusuf, Syamsu (2017) Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Yolanda Dwi Sukma Angrain. (2015). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Stres Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan Kelas B Program A Stikes Muhammadiyah Samarinda. Skripsi dipublikasikan.