

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
KECEMASAN MAHASISWA S1 KEPERAWATAN DALAM  
PENYUSUNAN SKRIPSI DI STIKES WIRA HUSADA  
YOGYAKARTA

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan



Oleh

Gisella Dwiputri Sutasoma

KP.18.01.285

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

2022

**SKRIPSI**

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
KECEMASAN MAHASISWA S1 KEPERAWATAN DALAM  
PENYUSUNAN SKRIPSI DI STIKES WIRA HUSADA  
YOGYAKARTA**

**Disusun Oleh:**

Gisella Dwiputri Sutasoma

KP. 18.01.285

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 28 Juli 2022**

**Susunan Dewan Penguji**

**Ketua Dewan Penguji**



(Ns Nur Anisah, S.Kep., M.Kep., Sp.KJ)

**Penbimbing Utama/Penguji I**



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

**Pembimbing Pendamping/Penguji II**



(Andri Purwandari, S.Kp., Ns., M.Kep)

**Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh  
gelar Sarjana Keperawatan**

Yogyakarta, ..9.08.2022

**Ketua Prodi Keperawatan (S1) dan Ners**

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



## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertandatangan di Bawah ini,

**Nama** : Gisella Dwiputri Sutasoma  
**Nomor Induk Mahasiswa** : KP.18.01.285  
**Program Studi** : Program Studi Keperawatan (S1) dan  
Ners  
**Minat Studi** : Keperawatan Medikal Bedah  
**Angkatan** : 2018-2022

**Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penyusunan skripsi dengan judul :**

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN MAHASISWA S1 KEPERAWATAN DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI DI STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA

adalah karya saya sendiri dan sepengetahuan saya belum pernah di publikasikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta maupun di institusi lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ternyata apa yang saya nyatakan tidak benar maka saya siap menerima sanksi akademik berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan ijazah beserta gelar yang melekat.

Mengetahui

**Pembimbing Utama/Penguji I**



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

**Yang Menyatakan**

Gisella Dwiputri Sutasoma

“Cast All Your Anxiety On Him  
Because  
He Cares For You”  
1 Peter 5 : 7

“It’s Better To Do Something and  
Regret It Than Regret  
Not Doing Something”  
Johnny NCT

PERSEMBAHAN :

Puji syukur atas rahmat yang telah di berikan Tuhan Yesus kepada hamba karena telah menyelesaikan Skripsi ini dengan baik dan lancar. Skripsi ini saya persembahkan kepada :

- ❖ *Ayahanda tercinta Benedictus Sutasoma dan Ibunda tercinta Esri Hetharua yang telah memberikan nasehat dan dukungan baik moral maupun material demi tercapainya cita-cita saya serta doa yang tiada hentinya untuk kesuksesan saya dalam bangku perkuliahan.*
- ❖ *Kakak tercinta Bernadetta Savitri Sutasoma yang senangtiasa mendukung dan menyemangati saya dalam penyusunan skripsi.*
- ❖ *Dosen pembimbing I dan II yang telah bersedia membimbing saya sampai saya mendapat gelar sarjana.*
- ❖ *Almamater tercinta Stikes Wira Husada Yogyakarta tempat saya menimba ilmu, terkhusus S1 Keperawatan dan Ners Stikes Wira Husada Yogyakarta, sahabat serta rekan-rekan seperjuangan S1 keperawatan 2018 yang telah berjuang bersama sampai pada akhirnya kita akan pulang ke daerah masing-masing untuk mengabdikan.*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyampaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Mahasiswa S1 Keperawatan Dalam Penyusunan Skripsi Di Stikes Wira Husada Yogyakarta”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menempuh Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners di Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Wira Husada Yogyakarta.

Penulis menyadari dalam penulisan Skripsi ini, banyak sekali mengalami hambatan dan kesulitan namun berkat bantuan, bimbingan, pengarahan, dorongan, serta motivasi dari berbagai pihak yang telah banyak membantu, akhirnya penulis dapat menyelesaikannya dengan baik, oleh karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes., selaku Ketua Stikes Wira Husada Yogyakarta yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk penelitian dan menempuh pendidikan Sarjana Keperawatan di Stikes Wira Husada Yogyakarta.
2. Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku ketua Prodi S1 Ilmu Keperawatan dan Ners Stikes Wira Husada serta pembimbing pertama yang telah memberikan bantuan, arahan, motivasi serta dorongan untuk dapat menyelesaikan penulisan skripsi saya hingga selesai.
3. Andri Purwandari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku pembimbing kedua yang telah memberikan bantuan, pengarahan, motivasi serta dorongan untuk dapat menyelesaikan penulisan skripsi saya hingga selesai.
4. Ns Nur Anisah, S.Kep., M.Kep., SP.KJ, selaku penguji yang telah membimbing dan memberikan arahan terkait penulisan skripsi saya.

5. Teristimewa untuk Ayahanda tercinta Benedictus Sutasoma dan Ibunda tercinta Esri Hetharua serta kakak tercinta Bernadetta Savitri Sutasoma yang selalu memotivasi saya dalam menyelesaikan skripsi saya, memberikan nasehat dan bantuan baik secara moral dan material dalam menyelesaikan penelitian saya.
6. Teristimewa untuk Keluarga Maitimu di Maguwoharjo dan Keluarga Tyas Putra di Godean Yogyakarta, yang membantu dan mendukung saya selama berkuliah di Yogyakarta.
7. Rekan-rekan seperjuangan S1 Keperawatan angkatan 2018.
8. Terimakasih terkhusus 9 member EXO, 23 member NCT, dan 7 Member GOT7 yang telah menemani, menghibur dan menyemangati di kala terpuruk dan stress selama masa perkuliahan hingga dapat menyelesaikan skripsi dengan baik dan lancar.

Yogyakarta, Juli 2022

Penulis

Gisella Dwiputri Sutasoma

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
KECEMASAN MAHASISWA S1 KEPERAWATAN DALAM  
PENYUSUNAN SKRIPSI DI STIKES WIRA HUSADA  
YOGYAKARTA**

Gisella Dwiputri Sutasoma<sup>1</sup>, Yuli Ernawati<sup>2</sup>, Andri Purwandari<sup>3</sup>

**INTISARI**

**Latar belakang:** Kecemasan dapat timbul dari pengalaman pribadi yang bersifat obyektif yang bisa timbul dari diri sendiri. Pada proses pembelajaran ditingkat perguruan tinggi kecemasan yang dialami mahasiswa keperawatan selain teori, praktikum laboratorium, serta praktek lapangan yaitu penyusunan skripsi. Hal ini dapat mempengaruhi adanya gangguan tidur, stress, kurangnya konsentrasi dan perubahan jam makan. Pemberian aromaterapi *lavender* akan merangsang sistem *limbic* yang merupakan pusat nyeri, senang, marah, takut, depresi dan berbagai emosi lainnya. Selanjutnya pesan-pesan akan diteruskan oleh hipotalamus untuk dirangsang oleh otak dan mengeluarkan *sekresi serotonin* yang dapat memberikan efek *anti-anxiety* (anti kecemasan).

**Tujuan:** Untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian *kuantitatif eksperimental*, dengan metode *pra-eksperimental*, rancangan *one-group pra-post test design*, dilakukan di STIKES Wira Husada Yogyakarta. Sampel terdiri dari 48 mahasiswa yang diberikan aromaterapi *lavender* dipilih teknik *Purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), dengan analisis Uji *Statistik Wilcoxon*.

**Hasil:** Terdapat pengaruh kecemasan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender dengan *p value* = 0,000 (<0,05) maka pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan kecemasan pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

**Kesimpulan:** Aromaterapi lavender berpengaruh terhadap kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi di STIKES Wira Husada Yogyakarta.

**Kata Kunci:** Aromaterapi lavender, kecemasan, mahasiswa

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Prodi Keperawatan (S1) STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Prodi Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen Prodi Keperawatan (D3) STIKES Wira Husada Yogyakarta

**THE EFFECT OF GIVING LAVENDER AROMATHERAPY ON  
ANXIETY OF INTERNAL NURSING S1 STUDENTS DEVELOPMENT  
OF THESIS AT STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA**

Gisella Dwiputri Sutasoma<sup>1</sup>, Yuli Ernawati<sup>2</sup>, Andri Purwandari<sup>3</sup>

**ABSTRACT**

**Background:** Anxiety can arise from objective personal experiences that can arise from oneself. In the learning process at the college level, nursing students experience anxiety in addition to theory, laboratory practicum, and field practice, namely the preparation of the thesis. This can affect sleep disturbances, stress, lack of concentration and changes in eating hours. Giving lavender aromatherapy will stimulate the limbic system which is the center of pain, pleasure, anger, fear, depression and various other emotions. Furthermore, the messages will be forwarded by the hypothalamus to be stimulated by the brain and secrete serotonin which can have an anti-anxiety effect.

**Objective:** To find out whether there is an effect of giving lavender aromatherapy to students' anxiety in writing a thesis.

**Methods:** This type of quantitative experimental research, with a pre-experimental method, a one-group pre-post test design, was conducted at STIKES Wira Husada Yogyakarta. The sample consisted of 48 students who were given lavender aromatherapy and selected purposive sampling technique. Collecting data using Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire, with Wilcoxon Statistical Test analysis.

**Results:** There is an effect of anxiety before and after giving lavender aromatherapy with  $p$  value = 0.000 ( $<0.05$ ), then giving lavender aromatherapy can reduce anxiety in students in writing thesis.

**Conclusion:** Lavender aromatherapy has an effect on student anxiety in writing thesis at STIKES Wira Husada Yogyakarta.

**Keywords:** lavender aromatherapy, anxiety, students

---

<sup>1</sup> Student of Nursing Study Program (S1) STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturer of Nursing Study Program (S1) and Nurse STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup> Lecturer of Nursing Study Program (D3) STIKES Wira Husada Yogyakarta



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
INTISARI.....	v
ABSTRACT.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	5
E. Manfaat Penelitian.....	6
F. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PENELITIAN.....	10
A. Landasan Teori.....	10
B. Kerangka Teori.....	25
C. Kerangka Konsep.....	26
D. Hipotesis.....	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	28
A. Rancangan Penelitian.....	28
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	29
C. Populasi dan Sampel.....	29
D. Variabel Penelitian.....	30
E. Definisi Operasional.....	32

	Halaman
F. Alat Penelitian.....	34
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	37
H. Pengelolahan dan Analisa Data.....	38
I. Jalannya Pelaksanaan Penelitian.....	40
J. Etika Penelitian.....	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	4
A. Hasil.....	45
B. Pembahasan.....	50
C. Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN.....	65

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Teori.....	25
Gambar 2 Kerangka Konsep.....	26
Gambar 3 Rancangan One Grup Pra-post Test Design.....	28

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2 Definisi Operasional.....	32
Tabel 3 Pengskoring Tingkat Kecemasan.....	39
Tabel 4 Data Frekuensi Responden.....	46
Tabel 5 Data Kecemasan Sebelum Intervensi Aromaterapi Lavender.....	47
Tabel 6 Data Kecemasan Sesudah intervensi Aromaterapi Lavender.....	48
Tabel 7 Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender.....	48
Tabel 8 Uji Statistik Wilcoxon.....	49

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Surat Persetujuan
- Lampiran 4 Surat Persetujuan Menjadi Asisten
- Lampiran 5 Lembar Kuesioner
- Lampiran 6 SOP Inhalasi Lavender
- Lampiran 7 Lembar Penjelasan Kepada Calon Responden
- Lampiran 8 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 9 Rencana Anggaran
- Lampiran 10 Lembar Konsultasi
- Lampiran 11 Surat Ethical Clearance
- Lampiran 12 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 13 Data Pre dan Post Kecemasan
- Lampiran 14 Data Umum Responden
- Lampiran 15 Uji Wilcoxon Signed ranks Test
- Lampiran 16 Crosstabs Sebelum dan Sesudah Pada Karakteristik Responden
- Lampiran 17 Dokumentasi

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Komplementer merupakan pengobatan konvensional yang memiliki sifat melengkapi serta menyempurnakan pengobatan medis lainnya dan tidak bertentangan dengan nilai dan hukum kesehatan yang berada di Indonesia (KBBI, 2021). Perkembangan terapi komplementer akhir-akhir ini menjadi sorotan. Pengobatan komplementer atau alternatif itu sendiri merupakan suatu bentuk terapi yang bersifat konvensional. Amerika Serikat diperkirakan 627 juta orang mengunjungi tempat terapi alternatif. Hal ini terjadi karena masyarakat ingin mendapatkan pelayanan yang sesuai dengan pilihannya (Snyder & Lindquis, 2012).

Beberapa jenis pengobatan komplementer tradisional yang dapat diselenggarakan secara sinergi dan terintegrasi harus ditetapkan oleh Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor : 1109/Menkes/Per/2007 yaitu meliputi intervensi tubuh dan pikiran (*Hipnoterapi, meditasi, penyembuhan spiritual, doa, yoga*), penyembuhan manual (*Chiropractice, healing touch, tuina, shiatsu, osteopati, pijat urut*), diet dan nutrisi (*Diet makro nutrient, mikro nutrient*), diagnose (*terapi ozon, hiperbarik, EECP*), serta system pelayanan pengobatan alternatif yaitu aromaterapi (Konstania, 2015).

System pelayanan alternatif yang sering digunakan adalah penggunaan aromaterapi yang merupakan salah satu terapi pengobatan komplementer teknik non farmakologi dengan menggunakan minyak essensial maupun ekstrak tumbuh-tumbuhan. Istilah aromaterapi sendiri baru populer pada tahun

1928, namun sudah di terapkan sejak dimulainya peradaban bumi. Aromaterapi dapat mengurangi gangguan psikologi dan gangguan rasa nyaman seperti stres, kecemasan, kurang tidur, depresi dan sebagainya (Suhardi, 2015). Beberapa jenis ekstrak tumbuh-tumbuhan yang digunakan untuk aromaterapi yaitu aromaterapi lemon, peppermint, mawar, melati, bergamot, chamomile, hibiscus, kemangi, kamboja, dan lavender (Agustina, 2017).

Salah satu aromaterapi yang berfungsi sebagai penurunan tingkat kecemasan adalah aromaterapi lavender yang dapat mempengaruhi sistem limbik di otak manusia yang merupakan pusat emosi dan suasana hati untuk menghasilkan bahan *neurohormon endorpin* dan *encephalin*. Hormon ini merupakan hormon yang sifat mengatur rasa sakit dan ketegangan, sehingga aromaterapi ini dapat menjadi salah satu pilihan untuk mengurangi tingkat kecemasan, memberikan efek tenang dan relaksasi. Aromaterapi lavender juga memiliki beberapa kandungan seperti monoterpenehidrokarbon, camphene, limonene, geraniol lavandulol, nerol dan sebagian besar kandungan linalool dan Linalool asetat. Linalool adalah kandungan utama yang aktif sebagai relaksasi untuk mengurangi kecemasan (Perez, 2013).

Saat ini prevalensi kecemasan pada penduduk Indonesia diperkirakan 20% dari populasi dunia dan sebanyak 47,7% remaja merasa cemas. Terjadi penurunan prevelensi gangguan emosional seperti gangguan kecemasan dari 11,6% pada tahun 2007 (Riskesda, 2013). Pada tahun 2013 menunjukkan bahwa sebesar 6% untuk usia 15 tahun keatas atau sekitar 14 juta penduduk indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala kecemasan dan depresi (Kemenkes, 2014). Kecemasan dapat timbul dari pengalaman pribadi yang bersifat obyektif yang dapat timbul dari diri

sendiri, seperti perasaan takut akan menghadapi sesuatu atau kejadian yang tidak dapat dijelaskan (Donsu, 2017).

Kecemasan yang dihadapi mahasiswa keperawatan meliputi teori, praktikum laboratorium, serta praktek lapangan. Hal ini dikarenakan untuk memberikan pelayanan yang bermutu dan berorientasi pada kebutuhan masyarakat sehingga mahasiswa mempelajari ilmu keperawatan untuk mencapai taraf kesehatan yang lebih baik dimasyarakat (Ivana, 2017). Pada proses pembelajaran ditingkat perguruan tinggi kecemasan yang dialami mahasiswa keperawatan selain teori, praktikum laboratorium, serta praktek lapangan yaitu penyusunan skripsi. Hal ini dapat mempengaruhi adanya gangguan tidur, stress, dada berdebar, kurangnya konsentrasi dan perubahan jam makan (Hastuti, 2015). Keterampilan serta pengalaman yang dicapai oleh mahasiswa melalui teori, praktikum laboratorium serta praktek lapangan juga mempengaruhi nilai akademis yang diterima mahasiswa dalam pengambilan pasca sarjana keperawatan (Ivana, 2017).

Pada perguruan tinggi kesehatan memiliki beberapa bidang yang harus dijalankan untuk mencapai kelulusan. Di Stikes Wira Husada Yogyakarta khususnya prodi S1 keperawatan memiliki lama studi 8 semester dengan batas maksimal 12 semester dengan beban SKS sebanyak 37-145 SKS yang mencakup teori, praktikum serta praktek lapangan. Hal inilah yang menuntut mahasiswa dalam menyelesaikan masa studinya, jika mahasiswa tidak dapat menyelesaikan masa studi yang telah diberikan oleh kampus maka mahasiswa akan di Drop Out. Pada mahasiswa semester akhir kecemasan yang dialami yaitu dalam penyusunan skripsi (Kurikulum Stikes Wira Husada Yogyakarta, 2021).



Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan kepada 5 mahasiswa dengan wawancara tidak terstruktur didapatkan 3 orang mengatakan bahwa mengalami cemas dalam penyusunan skripsi dengan tanda-tanda yang muncul yaitu konsentrasinya menurun, gangguan pola tidur, gangguan pola makan dan perasaan khawatir, 1 orang mengalami cemas saat penyusunan skripsi dengan tanda-tanda konsentrasi menurun, gangguan pola tidur serta perasaan khawatir, 1 orang mengalami cemas dengan tanda-tanda perasaan khawatir. Dalam hal ini mahasiswa mengatasinya dengan meluangkan waktu untuk refreking dengan sekedar jalan-jalan ke luar, main game, serta beristirahat. Jika kecemasan yang mereka hadapi tidak diatasi maka dalam penyelesaian tugas akhir akan terlambat dari waktu yang ditentukan, serta berdampak pada orang tua yang khawatir karena anaknya belum menyelesaikan tugas akhir secara tepat waktu (Sulistiyowati, 2020).

Oleh karena itu pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan kecemasan mahasiswa menjadi salah satu cara yang strategis dalam pemberian terapi untuk mengurangi tingkat kecemasan mahasiswa. Aromaterapi dapat diberikan melalui beberapa cara antara lain dengan menghirup atau inhalasi, berendam, pijat dan kompres. Cara tercepat dalam mengaplikasikan aromaterapi dengan cara inhalasi (menghirup), dengan cara ini molekul-molekul dalam minyak terapi akan bereaksi secara langsung dengan organ penciuman dan dipersepsikan oleh otak (Setyawan, 2021).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, maka dirumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut : “Apakah terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan mahasiswa S1 Keperawatan dalam penyusunan skripsi di Stikes Wira Husada Yogyakarta”?.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan mahasiswa S1 Keperawatan Dalam Penyusunan Skripsi di Stikes Wira Husada Yogyakarta.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin dan status tinggal.
- b. Diketahui kecemasan pada mahasiswa S1 keperawatan dalam penyusunan skripsi sebelum diberikan aromaterapi lavender.
- c. Diketahui kecemasan pada mahasiswa S1 keperawatan dalam penyusunan skripsi sesudah diberikan aromaterapi lavender.

### **D. Ruang Lingkup**

#### 1. Materi

Ruang lingkup yang dibahas penulisan berhubungan dengan mata kuliah Keperawatan Medikal Bedah, Komplementer dan Keperawatan Jiwa.

#### 2. Responden

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir Prodi S1 Keperawatan dan Ners di Stikes Wira Husada Yogyakarta.

#### 3. Lokasi

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di prodi Keperawatan S1 dan Ners di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta.

#### 4. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 26 Maret sampai 8 April 2022.

## **E. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian dapat memberikan ilmu pengetahuan dibidang ilmu keperawatan terutama tentang pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan mahasiswa S1 Keperawatan dalam penyusunan skripsi.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Mahasiswa Stikes Wira Husada Yogyakarta.**

- 1) Hasil penelitian diharapkan dapat diterapkan dalam ilmu keperawatan.
- 2) Sebagai tambahan bahan pustaka bagi mahasiswa dalam menambah wawasan mengenai aromaterapi dan kecemasan.

#### **b. Bagi Peneliti Selanjutnya.**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu bagi penelitian selanjutnya untuk mengetahui terkait aromaterapi lavender terhadap kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

## F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.  
Keaslian penelitian

Penulis	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Komang et al., (2016)	Pengaruh Aromaterapi Dupa Lavender terhadap Penurunan Tingkat Stress Saat Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa S1	Desain penelitian menggunakan <i>Quasi Eksperimental</i> dengan pendekatan <i>Pre-test-Post- test With Group Control Sampling Probability Purposive sampling</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh aromaterapi dupa lavender terhadap kelompok eksperimen diperoleh nilai $P= 0.000$ ( $\alpha=0.05$ ) yang menunjukkan bahwa ada penurunan tingkat stress saat penyusunan skripsi pada mahasiswa S1 Keperawatan Stikes An Nur Purwodadi angkatan 2013. Sedangkan pada kelompok diperoleh nilai $P=1.000$ ( $\alpha=0.05$ ) yang menunjukkan adanya pengaruh pada kelompok control. Hal ini mengakibatkan perbedaan.	Menggunakan pendekatan <i>Pre-test- post-test With countrol design.</i> Responden mahasiswa dalam penyusunan skripsi	Desain penelitian Tempat, waktu, jumlah responden dalam penelitian berbeda Pengambilan sampling, alat/instrument berbeda

Penulis	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaa
Setyawan et al., (2020)	Efektifitas Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Osce Pada Mahasiswa keperawatan	Metode dari Setyawan ini merupakan penelitian quasi experiment dengan pendekatan <i>pre-post test with control design</i> .	Peneliti ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh secara signifikan dalam pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan mahasiswa dalam menghadapi osce $p > 0.05$ . Sehingga pemberian aromaterapi dapat diterapkan kepada mahasiswa.	Menggunakan pendekatan pre-test- post-test with countrol design Responden mahasiswa Meneliti tentang kecemasan	Desain penelitian Tempat, waktu jumlah responden dalam penelitian berbeda, Pengambilan sampling, alat/instrumen yang berbeda
Widiarti et al., (2015)	Pengaruh Kecemasan Menghadapi Skripsi Dengan Menggunakan Aromaterapi Inhalasi	Metode dari widiarti ini merupakan penelitian pra eksperimen dengan	Hasilnya berdasarkan hasil uji statistik data tingkat kecemasan sebelum dan sesudah perlakuan dengan nilai $P = 0,000$ ( $p < 0,05$ ) menunjukkan bahwa aromaterapi inhalasi berpengaruh menurunkan tingkat kecemasan.	Desain yang digunakan pra eksperimental dengan <i>one group pre-test-post-tets design</i> . Responden kecemasan mahasiswa dalam	Desain penelitian Tempat waktu, jumlah responden dalam penelitian berbeda pengambilan

<b>Penulis</b>	<b>Judul</b>	<b>Metode</b>	<b>Hasil</b>	<b>Persamaan</b>	<b>Perbedaan</b>
		pendekatan rancangan penelitian <i>One group pre test post test design</i>		Penyusunan skripsi	

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Mahasiswa S1 Keperawatan sebagian besar berusia 20-25 tahun dengan jenis kelamin perempuan dan status tinggal di kost.
2. Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan dalam penyusunan skripsi sebelum pemberian aromaterapi lavender mengalami tingkat kecemasan sedang.
3. Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan dalam penyusunan skripsi sesudah pemberian aromaterapi lavender mengalami tingkat kecemasan ringan.
4. Terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

#### B. Saran

Ada beberapa saran yang penelitian ajukan berdasarkan hasil, pembahasan dan kesimpulan tentang pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan mahasiswa *pre* dan *post* dalam penyusunan skripsi di STIKES Wira Husada Yogyakarta, antara lain :

1. Bagi Pengembangan Ilmu Kesehatan  
Memberikan ilmu pengetahuan dibidang ilmu komplementer serta menjadikan pengobatan aromaterapi lavender sebagai salah satu alternative dalam bidang kesehatan untuk menurunkan kecemasan.

2. Institusi STIKES Wira Husada Yogyakarta

Memberikan pendekatan yang baik antara dosen dan mahasiswa untuk membangun rasa saling menghargai, memiliki dan tanggungjawab dalam menanggapi masalah yang di hadapi mahasiswa. Serta Pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa terutama dalam penyusunan skripsi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap dengan penelitian ini peneliti selanjutnya dapat memperdalam terkait faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi di STIKES Wira Husada Yogyakarta dengan cara wawancara secara tidak langsung maupun secara langsung kepada mahasiswa dalam menghadapi skripsi.



## Daftar Pustaka

- Afrianti Wahyu, Widiarti, Suhardi. (2015). Penurunan *Kecemasan* Menghadapi Skripsi Dengan Menggunakan Aromaterapi Inhalasi. *Jurnal Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Fisioterapi*. <http://jurnal.poltekkessolo.ac.id/index.php/Int/article/view/143>. Diakses 28 Oktober 2021.
- Adiesisa K.P, Tazkiyah. (2016). Filosofi dan Manfaat Batimung dan Aromaterapi Untuk Mengurangi Stres. *Jurnal Psikostudia Universitas Malawaman*. <http://dx.doi.org/10.30872/psikoostudia.v5i1.2275>. Diakses 21 Juni 2022
- Anggraini Y. D. S. (2015) Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Stress Mahasiswa tingkat Akhir S1 Keperawatan kelas B program A. Skripsi. Stikes Muhammadiyah Samarinda.
- Aris Setyawan, Eka Oktavianto. (2020). Efektifitas Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan OSCE Pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal STIKES Surya Global Yogyakarta*.
- Arisma Eka Saputri Jannati. (2021). Gambaran Kecemasan Mahasiswa Dalam Menjalani Pembelajaran Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Universitas Hasanuddin Kota Makassar. <http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/6450/>. Diakses 5 Januari 2022.
- Aryani Nuryana. (2013). Efektifitas Brain Gym Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Anak. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi Indigenus*.
- Damayanti D. Desita, Putriana D. (2021). Aromaterapi Sebagai Alternatif Untuk Menurunkan Tingkat Stress Menghadapi Ujian Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. *Journal Of Community Services*.
- Donsu, Jenita DT. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Dohara Publisher Open Access Journal (DPOAJ) (2022). Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa yang Tinggal Dengan Keluarga Berbeda Dengan Mahasiswa yang Tinggal Di Kost Dalam Penyusunan Skripsi. *ISJNMS : Vol 01, No 06*.

- Eka Malfasari, Yeni Devita, Fitry Erlin, Filer. (2018). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Di STIKES Payung Negeri Pekanbaru. [https://www.researchgate.net/publication/339792192\\_FAKTOR-FAKTOR\\_YANG\\_MEMPENGARUHI\\_KECEMASAN\\_MAHASISWA\\_DALAM\\_MENYELESAIKAN\\_TUGAS\\_AKHIR\\_DI\\_STIKES\\_PAYUNG\\_NEGERI\\_PEKANBARU](https://www.researchgate.net/publication/339792192_FAKTOR-FAKTOR_YANG_MEMPENGARUHI_KECEMASAN_MAHASISWA_DALAM_MENYELESAIKAN_TUGAS_AKHIR_DI_STIKES_PAYUNG_NEGERI_PEKANBARU). Diakses 25 April 2022.
- Farikha Hidayah. (2018). Analisis Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Dalam Persepektif Psikoanalisis Prodi Bimbingan Dan Konseling FKIP UMSU Tahun Pembelajaran 2017/2018. <http://repository.umsu.ac.id/xmlui/handle/123456789/673>. Diakses 5 Januari 2022.
- Gita Kostania. (2015). Pelaksanaan Pelayanan Kebidanan Komplementer Pada Bidan Praktek Mandiri DI Kabupaten Klaten. Kebidanan Poltekekes Kemenkes Surakarta.
- Ibrahim A. S. (2012). Panik Neurosis dan Gangguan Cemas. Tangerang : Jelajah Nusa.
- Iga Prima Dewi A.P. (2018). Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi. Fakultas Kedokteran Jurusan Farmasi Universitas Udayana.
- Jaelani. (2017). *Aroma Terapi*. Edisi 1, Jakarta : Pustaka Populer Obor.
- Kemenkes RI (2014). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- KBBI. (2021). Kamus Besar Bahasa Indonesia. <https://kbbi.web.id/komplementer>. Diakses 16 Oktober 2021.
- M. Adiwibawa, D. M, Citrawathi. (2020). Pemberian Aromaterapi Lavender Berpengaruh Terhadap Tingkat Stress dan Motivasi Belajar Peserta Didik. Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha.

- Ni Komang tri Widayani, Sutrisno, Wahyu Riniasih (2016). Pengaruh Aromaterapi Dupa Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Stress Saat Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes An Nur Purwodadi. *Jurnal Keperawatan STIKES An Nur Purwodadi*. <http://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCS1Kep/article/view/47>. Diakses pada 27 September 2021.
- Ni Made Septyari, I Made S. (2022). Tingkat Stres dan Mekanisme Koping Mahasiswa dalam penyusunan Skripsi Pada Masa Pandemi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ)*. Vol 11 (1): 14-22. <https://jab.stikba.ac.id/index.php/jab/article/view/403>. Diakses 30 April 2022.
- Nixson Manurung. (2016). *Terapi Reminiscence*. Edisi 1, Jakarta : Perpustakaan Nasional : Katalog Dalam penerbitan (KDT).
- Novita Sari Khouw, Aris Setyawan, Eka Oktaviano, Suib. (2020). Pengaruh Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Selama Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Keperawatan STIKES Surya Global Yogyakarta. *Nursing Science Journal (NSJ)*. <http://journal.akperkabpurworejo.ac.id/index.php/nsj/article/view/57>. Diakses 23 September 2021.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*. Edisi 5, Jakarta : Salemba Medika.Purwanto.
- Nurbaiti. H, Priyono. D. (2021). Aromaterapi menurunkan Intensitas Dismenore Primer Pada Remaja Putri. Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura Pontianak. *Tanjung Journal Of Nursing Practice and Education*. Volume No .3, No.2
- Rania Dwi Tirta Sari. (2017). Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Mahasiswa Keperawatan Dan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir (Skripsi) Di STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun tahun 2017. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/227/>. Diakses 8 Januari 2022.

- Reny Sulistyowati, Syam'ani. (2020). Pengaruh Aromaterapi Lavender Secara Masase terhadap Tekanan Darah Dan Tingkat Stres Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Palang Raya. *Jurnal Surya Medika*.
- Retno Yuli Hastuti, Ayu Arumsari. (2015). Pengaruh Terapi Hipnotis Lima Jari Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di STIKES Muhammadiyah Klaten. *Jurnal Keperawatan STIKES Muhammadiyah Klaten*.
- Rinkesda. (2013). Riset Kesehatan Dasar (Riskesda). <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-ri-set-kesehatan-dasar-riskesda/>. Diakses 19 Oktober 2021.
- Setyoadi & Kushariyadi. (2011). Terapi Modalitas keperawatan Pada Klien Psikogeriatik. Jakarta : Salemba Medika.
- Stuart. (2016). Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa. Edisi Indonesia Pertama. Elsevier Singapore.
- Synder M, & Lindquist. (2012). Komplementer Alternatif Dalam Keperawatan. Edisi 4, New York : Springer Publishing Company.
- Sumiatun. (2014). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kelulusan Ujian Tahap III Pada Mahasiswa Program Khusus Diploma III Kebidanan. *Jurnal Keperawatan*.
- Tricintia Y, Ivana T, Agustina D.M. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stress Dalam Menjalani OSCE Mahasiswa VI Angkatan VIII Di STIKES Suaka Insan Banjarmasin. *Jurnal Keperawatan STIKES Suaka Insan Banjarmasin*.
- Verawaty K & Widiastuti. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Semester II dalam menghadapi Ujian Akhir Semester di Akademi Perawatan RS PGI. Cikini. *Jurnal Keperawatan Cikini*

- Yogasara T, Daniel, Catharina. (2014). Pengaruh Jenis Musik dan Aromaterapi Terhadap Kemampuan Kognitif Mahasiswa Untuk Tipe-Tipe Kepribadian. Laporan Penelitian. Lembaga Pendidikan dan Pengabdian kepada Masyarakat. Universitas Katholik Parahyanga.
- Yugianti R. Rosyda, Nurdianti. D. (2022). Efektivitas *Massage Effleurage* Dengan Minyak Lavender Untuk Menurunkan Nyeri Dismenore Primer. D3 Kebidanan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.