



## **PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE OPERASI**

**Lina Khomariah<sup>1</sup>, Bagas Biyanzah Drajad Pamukhti<sup>2</sup>, Isti Wulandari<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Email Korespondensi: [linakhomariah@gmail.com](mailto:linakhomariah@gmail.com)

---

### **ABSTRAK**

Respon psikologis yang muncul sebelum dilakukan tindakan operasi merupakan suatu reaksi emosional yang berupa kecemasan. Kecemasan adalah reaksi yang antusias terhadap suatu evaluasi yang menggambarkan suatu kondisi ketegangan dan ketakutan. Untuk mengurangi kecemasan pasien pre operasi dapat diberikan aromaterapi lavender. Tujuan: Mengetahui hasil penerapan aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Metode: Dilakukan dengan metode deskriptif studi kasus kepada 2 pasien pre operasi yang mengalami kecemasan. Kecemasan diobservasi sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender, pengukuran skala kecemasan menggunakan skala *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Hasil: Terjadi penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh kedua pasien pre operasi setelah diberikan aromaterapi lavender, Tn. A (responden 1) sebelum diberikan aromaterapi lavender mengalami kecemasan sedang, kemudian setelah diberikan aromaterapi lavender mengalami kecemasan ringan dan Ny. H (responden 2) sebelum diberikan aromaterapi lavender mengalami kecemasan ringan, kemudian setelah diberikan aromaterapi lavender tidak ada kecemasan. Kesimpulan : Aromaterapi lavender yang dilakukan oleh penulis terhadap pasien pre operasi mampu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

**Kata Kunci:** Aromaterapi, Kecemasan, Lavender, Pre Operasi

---

### **ABSTRACT**

*The psychological response that emerges before undergoing surgery is an emotional reaction in the form of anxiety. Anxiety is an enthusiastic reaction to an evaluation that describes a condition of tension and fear. To reduce pre-operative anxiety in patients, lavender aromatherapy can be administered. Objective: To determine the results of applying lavender aromatherapy to reduce anxiety levels in pre-operative patients. Methods: This study was conducted using a descriptive case study method with 2 pre-operative patients experiencing anxiety. Anxiety was observed before and after lavender aromatherapy, and anxiety levels were measured using the *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Results: There was a decrease in anxiety levels experienced by both pre-operative patients after receiving lavender aromatherapy. Tn. A (respondent 1) initially experienced moderate*

*anxiety, which decreased to mild anxiety after receiving lavender aromatherapy, and Ny. H (respondent 2) initially experienced mild anxiety, which decreased to no anxiety after receiving lavender aromatherapy. Conclusion: Lavender aromatherapy administered by the author to pre-operative patients was able to reduce anxiety levels in pre-operative patients.*

**Keywords:** *anxiety, aromatherapy, lavender, pre-operative*

## PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan emosi yang berhubungan dengan ketegangan mental dan memicu reaksi terhadap ketidakmampuan mengatasi suatu masalah (Anderson *and* Taareluan, 2019). Kecemasan adalah reaksi antusias terhadap suatu evaluasi yang menggambarkan suatu kondisi ketegangan dan ketakutan. Kecemasan dapat ditimbulkan oleh stress yang berlebihan dalam berbagai kesempatan di kehidupan sehari-hari. Kecemasan dapat terjadi oleh beberapa faktor yaitu faktor Pendidikan, pengalaman, informasi, usia, social, ekonomi, dan budaya (Hastuti, 2024).

Berdasarkan data *World Health Organization* menyatakan bahwa secara global pada tahun 2019 sebanyak 301 juta orang hidup dengan kecemasan, 280 juta orang hidup dengan skizofrenia atau gangguan bipolar, dan 703.000 orang meninggal karena bunuh diri (WHO, 2024). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan peningkatan signifikan dalam jumlah gangguan jiwa yang terjadi di Indonesia. Tercatat sebanyak 315.621 rumah tangga di Indonesia yang memiliki anggota rumah tangga (ART) dengan gangguan jiwa psikosis atau skizofrenia dan sebanyak 630.827 penduduk Indonesia yang berusia  $\geq 15$  tahun mengalami depresi. Provinsi Jawa Tengah merupakan salah satu provinsi dengan angka gangguan jiwa psikosis atau skizofrenia tertinggi pada rumah tangga yang memiliki ART dengan gangguan jiwa psikosis atau skizofrenia, Jawa Tengah menduduki peringkat ke-3 dengan angka 44.456 rumah tangga yang memiliki ART dengan gangguan jiwa psikosis atau skizofrenia. Selain itu, Provinsi Jawa Tengah juga merupakan salah satu provinsi dengan angka depresi tertinggi pada penduduk usia  $\geq 15$  tahun (SKI, 2023).

Sebagian orang mengalami kecemasan pada prosedur pembedahan, kecemasan paling banyak dialami yaitu pada tahap pre operatif (Nurani, Helen *and* Komala, 2022). Prosedur pembedahan yang direncanakan dapat memicu respon fisiologis dan psikologis pada pasien. Respon psikologis yang biasanya terjadi pada pasien pre operasi adalah kecemasan. Kecemasan pre operasi dapat dirasakan oleh pasien sejak operasi mulai dijadwalkan sampai waktu operasi tiba. Kecemasan pre operasi merupakan respon pasien yang mana pasien menganggap prosedur pembedahan sebagai ancaman terhadap perannya dalam hidup, integritas tubuh, dan kelangsungan hidup (Tarigan, 2021).

Angka kejadian gangguan kecemasan pre operasi di Amerika Serikat mencapai 28%. Selain itu, diperkirakan 20% dari populasi dunia mengalami kecemasan sebelum menjalani operasi, dan data tentang prevalensi kecemasan pre operasi di Indonesia berkisar antara 75% sampai 90% (Kemenkes RI, 2021). Menurut penelitian Hastuti (2024) di ruang perawatan bedah RSUD Prof. Dr. Hi. Aloei Saboe Kota Gorontalo bahwa sekitar 1,2 juta orang mengalami kecemasan sebelum menjalani operasi. Menurut penelitian Maulina *et al.* (2023), angka prevalensi kejadian gangguan kecemasan pre operasi di Jawa Tengah sebanyak 80% pasien.

Seseorang yang tidak mampu mengatasi kecemasannya dengan tepat, maka kecemasan tersebut akan dianggap berbahaya, yang berujung pada ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan dan berpotensi membahayakan kesehatannya

(Anderson *and* Taareluan, 2019). Kecemasan pada pasien pre operasi berdampak pada gejala mental dan fisiologis. Gejala fisiologis pasien pre operasi dengan kecemasan yaitu ditadai dengan tekanan darah meningkat, jantung berdebar, suhu tubuh meningkat, berkeringat, dan bisa mengakibatkan gangguan kandung kemih serta usus. Peningkatan kecemasan pre operasi dengan respon fisiologis seperti detak jantung tidak teratur dan tekanan darah tinggi dapat menunda operasiserta menghambat penyembuhan pasca operasi (Nurani, Helen *and* Komala, 2022).

Penatalaksanaan dalam mengatasi kecemasan dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Peran perawat sangat penting dalam menurunkan kecemasan, terutama dengan menggunakan terapi non farmakologi atau terapi komplementer. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien adalah dengan pemberian aromaterapi (Rahmanti *and* Haksara, 2023). Aromaterapi adalah penggunaan *extract* minyak esensial dari tumbuh-tumbuhan, bunga, dan bagian tanaman lainnya untuk mengobati berbagai penyakit. Salah satu bunga yang dapat digunakan sebagai *extract* minyak esensial untuk aromaterapi adalah lavender. Lavender diketahui sebagai anti bakteri, anti inflamasi, relaksasi otot, analgesia, dan menenangkan (Triana, 2021). Kandungan senyawa kimia dari minyak esensial aromaterapi lavender dapat mempengaruhi aktivitas otak yang berhubungan dengan Indera penciuman melalui system saraf. Respon tersebut dapat merangsang dan meningkatkan aktivitas *neurotransmitter*, memulihkan keadaan psikologis seperti emosi, perasaan, pikiran, dan keinginan. Minyak lavender mengandung banyak *linalool* dan *linalyl acetate* yang bermanfaat untuk menciptakan kondisi relaksasi atau mengurangi kecemasan (Anderson *and* Taareluan, 2019).

Penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Nurani *et al.* (2022) dengan judul pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan pada pasien pre operasi di Rumah Sakit Adhyaksa Jakarta Timur didapatkan hasil setengah dari seluruh responden berjumlah 20 mengalami kecemasan sedang, setelah dilakukan intervensi terdapat penurunan kecemasan menjadi kecemasan ringan. Hasil uji statistik didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) adalah 0,00 yang berarti  $p < 0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan pada pasien pre operasi di Rumah Sakit Adhyaksa Jakarta Timur.

Hasil observasi yang dilakukan penulis melalui wawancara pada tanggal 5 Februari 2025 terhadap 9 pasien pre operasi di bangsal flamboyan 5 RSUD Dr. Moewardi Surakarta yaitu didapatkan hasil bahwa rata-rata pasien mengeluh khawatir dan merasa takut akan tindakan pembedahan. Ketakutan yang dirasakan pasien adalah ketakutan akan tindakan pembiusan, rasa sakit akibat luka, kematian, kehilangan waktu kerja, kehilangan pekerjaan, tidak dapat berperan kembali dalam lingkungan keluarga, kehilangan pendidikan, dan cacat jangka panjang. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi”.

## METODE PENELITIAN

Laporan karya tulis ilmiah ini bersifat deskriptif dengan desain penelitian studi kasus. Studi kasus adalah suatu jenis yang memiliki batasan tertentu yaitu seperti sasaran dan objek yang akan dituju merupakan manusia, peristiwa, latar dan dokumen. Sasaran ini akan dikaji secara menyeluruh sesuai dengan latar yang dikaji guna untuk mempelajari dan memahami hubungan atau yang berkaitan dengan kasus-kasus tersebut. Desain penelitian studi kasus meliputi pengkajian keperawatan, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan,

implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan. Desain ini digunakan untuk menerapkan tindakan intervensi pemberian aromaterapi lavender pada pasien pre operasi yang mengalami kecemasan di bangsal Flamboyan 5 RSUD Dr. Moewardi Surakarta.

### HASIL PENELITIAN

Penerapan ini digunakan untuk mengetahui tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Penerapan ini dilakukan pada bulan Februari 2025 dengan hasil :

Tabel 4. 1 Hasil Kecemasan Pasien Pre Operasi Sebelum Diberikan Penerapan Aromaterapi Lavender

Subjek	Sebelum
Tn. A	Skor 21 (Kecemasan Sedang)
Ny. A	Skor 15 (Kecemasan Ringan)

*Sumber: Data primer (2025)*

Berdasarkan tabel menunjukkan data sebelum dilakukan penerapan aromaterapi lavender didapatkan pasien pre operasi mengalami kecemasan. Diperoleh hasil Tn. A mengalami kecemasan sedang Ny.H mengalami kecemasan ringan.

Tabel 4. 2 Hasil Kecemasan Pasien Pre Operasi Setelah Diberikan Penerapan Aromaterapi Lavender

Subjek	Sesudah
Tn. A	Skor 19 (Kecemasan Ringan)
Ny. H	Skor 12 (Tidak Ada Kecemasan)

*Sumber: Data primer (2025)*

Berdasarkan tabel menunjukkan data sesudah dilakukan penerapan aromaterapi lavender didapatkan pasien pre operasi mengalami penurunan kecemasan. Diperoleh hasil Tn. A kecemasan ringan dan Ny.H tidak ada kecemasan.

Tabel 4. 3 Perkembangan Hasil Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penerapan Aromaterapi Lavender Pada 2 Responden

Subjek	Sebelum	Sesudah
Tn. A	Skor 21 (kecemasan sedang)	Skor 19 (kecemasan ringan)
Ny. H	Skor 15 (kecemasan ringan)	Skor 12 (tidak ada kecemasan)

*Sumber: Data primer (2025)*

Berdasarkan hasil penerapan sebelum dan sesudah yang diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* pada tabel diatas menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami penurunan tingkat kecemasan. Penurunan kecemasan pada kedua subjek berbeda sesuai dengan tingkat kecemasan yang dialami. Pada tabel diatas Tn. A mengalami penurunan skor kecemasan menjadi kecemasan ringan. Sedangkan Ny. H mengalami penurunan tingkat kecemasan menjadi tidak ada kecemasan.

Tabel 4. 4 Perbandingan Hasil Akhir Antara 2 Responden

Subjek	Sebelum	Sesudah	Selisih
Tn. A	Skor 21	Skor 19	2
Ny. H	Skor 15	Skor 12	3

Sumber: Data primer (2025)

Berdasarkan hasil penerapan sebelum dan sesudah yang diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) pada tabel diatas menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami penurunan tingkat kecemasan. Selisih pada kedua subjek berbeda, Tn. A selisih skor dari sebelum dan sesudah penerapan yaitu 2 skor, kemudian Ny. H selisih skor dari sebelum dan sesudah penerapan yaitu 3 skor.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang sudah dipaparkan kemudian akan dilakukan penjelasan lebih lanjut. Pembahasan merupakan penjelasan rincian dari hasil penelitian yang dihubungkan dengan tujuan penelitian. Hasil penelitian diperkuat dengan konsep atau teori yang disusun di tinjauan pustaka. Pembahasan lebih lanjut dapat dilihat dari interpretasi berikut ini :

### **Hasil Kecemasan Pasien Pre Operasi Sebelum Diberikan Penerapan Aromaterapi Lavender**

Berdasarkan hasil observasi pengkajian studi kasus pada awal sebelum melakukan intervensi keperawatan, kedua kasus ditemukan kesamaan yaitu pasien mengatakan khawatir akan kondisinya sekarang dan pasien merasa takut akan menjalani tindakan operasi. Menurut Ixora *et al.* (2024), apabila kecemasan pre operasi tidak ditangani, maka akan menyebabkan ketidakstabilan hemodinamik, stimulasi otonom dan endokrin, dan dapat memperburuk kondisi metabolik. Oleh karena itu, peneliti melakukan penerapan aromaterapi lavender untuk menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi tersebut, dari hasil sebelum dilakukan penerapan untuk skor kecemasan Tn.A yaitu skor 21 (kecemasan sedang) dan untuk skor kecemasan Ny.H yaitu skor 15 (kecemasan ringan) yang ditandai dengan beberapa gejala yang ada dalam *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Laksana (2023) yang menyatakan bahwa salah satu pasien pre operasi di RS Indriati Solo Baru sebelum diberikan penerapan aromaterapi lavender mengalami kecemasan sedang dengan skor kecemasan 26. Berdasarkan hasil pengkajian peneliti, pasien tersebut mengatakan gelisah gugup dan cemas tidak seperti biasanya, pasien merasa takut, dan juga jantung terasa berdebar.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Khoirunnisa *and* Priambodo (2024) yang menyatakan bahwa 2 pasien pre operasi di RSUP Surakarta sebelum diberikan penerapan aromaterapi lavender keduanya mengalami kecemasan sedang dengan masing-masing skor kecemasan 54 dan 51. Berdasarkan hasil pengkajian peneliti, kedua pasien terlihat gelisah, kulit sedikit pucat dengan jari-jari tangan dan kaki sedikit dingin.

### **Hasil Kecemasan Pasien Pre Operasi Sesudah Diberikan Penerapan Aromaterapi Lavender**

Hasil sesudah pemberian aromaterapi lavender didapatkan Tn. A skor 19 yaitu kecemasan ringan, kemudian Ny. H skor 12 yaitu tidak ada kecemasan. Setelah diberikan penerapan aromaterapi lavender Tn. A menjadi lebih tenang, merasa sedih sudah berkurang,

dan takikardia menurun, kemudian Ny. H setelah diberikan penerapan aromaterapi lavender juga menjadi lebih tenang, takikardia menurun dan pasien tampak lebih ceria.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Laksana (2023) yang menyatakan bahwa salah satu pasien pre operasi di RS Indriati Solo Baru sesudah diberikan penerapan aromaterapi lavender mengalami kecemasan ringan dengan skor kecemasan 18. Berdasarkan hasil pengkajian peneliti, setelah diberikan aromaterapi pasien mengatakan sedikit merasa rileks, jantung sudah tidak berdebar lagi, dan pasien tampak lebih tenang.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Khoirunnisa *and* Priambodo (2024) yang menyatakan bahwa 2 pasien pre operasi di RSUP Surakarta sesudah diberikan penerapan aromaterapi lavender keduanya mengalami kecemasan ringan dengan masing-masing skor kecemasan 37 dan 41. Berdasarkan hasil pengkajian peneliti, setelah diberikan aromaterapi lavender pasien mengatakan rasa cemas sedikit berkurang dan sedikit lebih rileks dengan keadaan fisik terlihat lebih tenang.

### **Perkembangan Hasil Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penerapan Aromaterapi Lavender Pada 2 Responden**

Perkembangan pasien sebelum dan sesudah dilakukan penerapan aromaterapi lavender sangat berbeda. Perkembangan kecemasan pasien sebelum dilakukan penerapan aromaterapi lavender mereka cenderung khawatir, takut, dan merasa tegang. Tingkat kecemasan pada kedua subjek tersebut diukur menggunakan skala *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) didapatkan hasil sebelum dilakukan penerapan Tn. A berada pada tingkat kecemasan sedang dengan skor 21 dan Ny. H yaitu berada pada tingkat kecemasan ringan dengan skor 15. Tn. A dari skor 21 turun menjadi skor 19 yaitu dari kecemasan sedang turun menjadi kecemasan ringan, kemudian Ny. H dari skor 15 turun menjadi skor 12 yaitu dari kecemasan ringan turun menjadi tidak ada kecemasan. Perkembangan Tn. A setelah diberikan penerapan aromaterapi lavender menjadi lebih tenang, merasa sedih sudah berkurang, dan takikardia menurun, kemudian perkembangan Ny. H setelah diberikan penerapan aromaterapi lavender juga menjadi lebih tenang, takikardia menurun dan pasien tampak lebih ceria.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Nurani *et al.* (2022) yang menyatakan aromaterapi lavender dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien pre operasi. Penelitian Nurani *et al.* (2022) memiliki pengaruh dimana nilai  $p = 0,000 < \alpha (0,05)$ . Dalam penelitiannya, Nurani *et al.* (2022) menyebutkan penggunaan aromaterapi lavender dengan inhalasi efektif, karena saat responden menghirup aroma lavender lewat hidung, hal ini menstimulasi sistem limbik yang dapat memicu reaksi emosional. Dengan demikian, fungsi kognitif responden dapat diperkuat karena stimulasi pada sistem saraf otonom yang berkontribusi dalam mengurangi kecemasan serta menghasilkan efek menenangkan dan relaksasi.

Hasil penelitian ini sesuai juga dengan penelitian Sari *et al.* (2023) yang menyatakan aromaterapi lavender dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien pre operasi. Penelitian Sari *et al.* (2023) memiliki pengaruh dimana nilai  $p = 0,000 < \alpha (0,05)$ . Dalam penelitiannya, Sari *et al.* (2023) menyebutkan aromaetrapati lavender jika diberikan langsung dengan metode inhalasi maka pengaruh positif dari aromaterapi akan lebih dirasakan untuk mengurangi kecemasan. Hal tersebut dikarenakan hidung sebagai indra penciuman memiliki kontak secara langsung dengan komponen-komponen otak yang berperan untuk menstimulus terciptanya efek yang dimunculkan oleh aromaterapi.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian Santiasari *et al.* (2024) yang menyatakan aromaterapi lavender dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien pre operasi.

Penelitian Santiasari *et al.* (2024) memiliki pengaruh dimana nilai  $p = 0,002 < \alpha (0,05)$ . Dalam penelitiannya, Santiasari *et al.* (2024) menyebutkan aromaterapi lavender yang dihasilkan akan menghasilkan bau-bauan yang wangi dan memberikan efek relaksasi. Dengan demikian, aromaterapi lavender dapat dikatakan berpengaruh menurunkan kecemasan pasien pre operasi.

### **Perbandingan Hasil Akhir Antara 2 Responden**

Berdasarkan hasil penerapan sebelum dan sesudah yang diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami penurunan tingkat kecemasan. Selisih pada kedua subjek berbeda, Tn. A selisih skor dari sebelum dan sesudah penerapan yaitu 2 skor, kemudian Ny. H selisih skor dari sebelum dan sesudah penerapan yaitu 3 skor.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Khoirunnisa *and* Priambodo (2024) yang menyatakan bahwa setelah pemberian aromaterapi lavender sebelum operasi kedua subjek mengalami penurunan tingkat kecemasan. Selisih pada kedua subjek berbeda, responden 1 selisih skor dari sebelum dan sesudah penerapan yaitu 17 skor, kemudian responden 2 selisih skor dari sebelum dan sesudah penerapan yaitu 10 skor. Dalam penelitiannya, Khoirunnisa *and* Priambodo (2024) menyebutkan aromaterapi lavender bekerja melalui mekanisme kompleks yang melibatkan interaksi antara aroma dan sistem saraf pusat, khususnya bagian otak yang bertanggung jawab atas emosi dan respon stres.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Sutantri, Rosidah *and* Dewi (2024) yang menyatakan bahwa setelah pemberian aromaterapi lavender sebelum operasi responden mengalami penurunan tingkat kecemasan. Dalam penelitiannya, Sutantri, Rosidah *and* Dewi (2024) menyebutkan di dalam minyak esensial lavender yang mengandung *linalool* memiliki efek relaksasi yang menyebabkan meningkatkan hormon serotonin, hormon tersebut berperan dalam mengatur pusat emosi dan membantu menurunkan tingkat kecemasan pada seseorang.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Hasil analisa dari pembahasan yang telah diuraikan maka kesimpulan yang dapat diambil yaitu sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil yang didapatkan penulis dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan pada kedua pasien pre operasi sebelum dilakukan penerapan aromaterapi lavender yaitu Tn. A mengalami kecemasan sedang dan Ny. H mengalami kecemasan ringan.
2. Berdasarkan hasil yang didapatkan penulis dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan pada kedua pasien pre operasi sesudah dilakukan aromaterapi lavender yaitu Tn. A mengalami kecemasan ringan dan Ny. H tidak ada kecemasan.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan yang dialami oleh kedua pasien pre operasi setelah diberikan aromaterapi lavender, Tn. A dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan dan Ny. H dari kecemasan ringan menjadi tidak ada kecemasan.
4. Perbandingan hasil akhir antara 2 responden adalah Tn. A dari skor 21 turun menjadi skor 19 yang berarti selisih skronya adalah 2 dan Ny. H dari skor 15 turun menjadi skor 12 yang berarti selisih skronya adalah 3. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa aromaterapi yang dilakukan oleh penulis mampu menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agusrianto, A., Rantesigi, N. and Suharto, D.N. (2021) 'Efektifitas Terapi Relaksasi Autogenik Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Di Ruang Icu Rsud Poso', *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 7(3), pp. 141–146. Available at: <https://doi.org/10.22487/htj.v7i3.330>.
- Akbar, R.R. *et al.* (2022) 'Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas', *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), pp. 876–881. Available at: <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i4.10008>.
- Anderson, E. and Taareluan, J.A. (2019) 'Aroma Terapi Lavender Terhadap Kecemasan Pasien Pra Operasi Katarak', *Nutrix Journal*, 3(1), p. 8. Available at: <https://doi.org/10.37771/nj.vol3.iss1.394>.
- Hastuti, W. (2024) 'Deskripsi Tingkat Kecemasan pada Pasien Pra-Operasi', *Journal of Holistics and Health Sciences*, 6(2), pp. 249–256.
- Hidayati, N., Sutisno, A. and Hidayah, I. (2021) 'Efektivitas Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan Anak Yang Menjalani Hospitalisasi', *Jurnal Keperawatan Indonesia Timur (East Indonesian Nursing Journal)*, 2, pp. 1–9.
- Ixora *et al.* (2024) *Keperawatan Medikal Bedah*. Malang: Media Nusa Creative.
- Kemendes RI (2021) *Masalah Kesehatan Jiwa Di Indonesia, Sehat Negeriku*. Available at: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemendes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/> (Accessed: 1 February 2025).
- Khoirunnisa, R. and Priambodo, G. (2024) 'Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Ansietas Pada Pasien Pre Operasi', *Naskah Publikasi*, 16, pp. 1–9.
- Komang, G. (2023) *Implementasi Aromaterapi Assential Oil Lavender Pada Pasien Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Post Operasi Appendectomy di rs Mardi Waluyo Kota Metro*. Politeknik Kesehatan Tanjungkarang.
- Laksana, K. (2023) 'Penerapan Aromaterapi Lavender Pada Ibu Hamil Dengan Kecemasan Pre Operasi Sectio Caesaria Di ruang IBS', *Naskah Publikasi*, 13(1), pp. 104–116.
- Masdiana, E. *et al.* (2024) 'Penerapan Tehnik Relaksasi Untuk Menurunkan Ansietas Pada Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Ujian Kompetensi', *Jurnal Kesehatan Akimal*, 3(2), pp. 23–29.
- Maulina, L., Susilowati, Y. and Diel, M.M. (2023) 'Perbedaan Tingkat Kecemasan Pemberian Informed Consent Pada Pasien Pra Operasi', *Jurnal Kesehatan*, 12(2), pp. 189–198. Available at: <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i2.164>.
- Miqiawati, A. (2022) *Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Kelompok EstiNastiti Di Desa Kauman Kecamatan Karangrejo Kabupaten Magetan*. STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Muyasaroh, H. (2020) 'Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap Dalam Menghadapi Pandemi Covid 19', *Pusat Penelitian Universitas Nadhatul Ulama aL GAZHALI CILACAP* [Preprint].
- Nixson, M. (2016) *Terapi Reminiscence: Solusi Pendekatan Sebagai Upaya Tindakan Keperawatan Dalam Menurunkan Kecemasan, Stress, dan Depresi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Nugroho, W. (2018) *Keperawatan Gerontik Dan Geriatrik Edisi 3*. 3rd edn. Jakarta: EGC.
- Nuliana, W. (2022) 'Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah Selama Hospitalisasi: Literatur Review.', *Jurnal Keperawatan*

- Indonesia Timur (East Indonesian Nursing Journal)*, 18.
- Nurani, I., Helen, M. and Komala, N. (2022) ‘Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Rumah Sakit Adhyaksa Jakarta Timur’, *JAKHKJ*, 8, p. 6.
- Purba, F.R. and Nurhayani (2025) ‘Pengaruh Art Therapy untuk Menanggulangi Kecemasan Sosial Mahasiswa Tingkat Akhir’, *Jurnal Kependidikan*, 14(1), pp. 233–242.
- Rahmanti, A. and Haksara, E. (2023) ‘Penerapan Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di Rumkikit TK II dr. Soedjono Magelang’, *Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana*, 5(1), pp. 34–44. Available at: <https://doi.org/10.55606/jufdik.es.v5i1.203>.
- Santiasari, R.N. *et al.* (2024) ‘Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Caesaria Di RS AHK Surabaya’, *Jurnal Kebidanan*, 2(20), pp. 58–74.
- Sari, M. *et al.* (2023) ‘Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Kecemasan pada Pasien Pra-Operasi Sectio Caesarea dengan Anestesi Spinal’, *Jurnal Kesehatan*, 12(2), pp. 290–296. Available at: <https://doi.org/10.46815/jk.v12i2.172>.
- SKI (2023) ‘Indonesian Health Survey (Survei Kesehatan Indonesia) 2023’, *Ministry Of Health*, pp. 1–68.
- Sutantri, F., Rosidah, I. and Dewi, R. (2024) ‘Pengaruh Pemberian Humidifier Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Pre Operasi Bedah Abdomen Pada Pasien General Anestesi Di PKU Muhammadiyah Bantul’, *TSCD3Kep Jurnal*, 9(02).
- Tarigan L.M (2021) *Gambaran tingkat kecemasan pre operasi pada pasien pembedahan dengan tindakan subarachnoid block*. Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali. Available at: [https://repository.itekes-bali.ac.id/journal/detail/754/%0Ahttps://repository.itekes-bali.ac.id/medias/journal/17D10032\\_Laura\\_Melisa\\_Tarigan.pdf](https://repository.itekes-bali.ac.id/journal/detail/754/%0Ahttps://repository.itekes-bali.ac.id/medias/journal/17D10032_Laura_Melisa_Tarigan.pdf).
- Triana, K.Y. (2021) ‘Efektivitas Aromaterapi Lavender terhadap Nyeri dan Kecemasan Anak dengan Kanker Saat Prosedur Pemasangan Infus’, *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 9(1), p. 121. Available at: <https://doi.org/10.20527/dk.v9i1.9469>.
- WHO (2024) *World Mental Health Day, 10 October 2024: "It is time to Prioritize Mental Health In the Workplace"*, WHO Sri Lanka. Available at: <https://www.who.int/srilanka/news/detail/10-10-2024-world-mental-health-day--10-october-2024---it-is-time-to-prioritize-mental-health-in-the-workplace> (Accessed: 1 February 2025).
- Widyantari, N.P., Wijaya, I.P.A. and Pradiptha, I.D.A.G.F. (2021) ‘Pengaruh Tehnik Relaksasi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pra Operasi Sectio Caesarea Di Ruang Operasi.’, *Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), pp. 2087–2122.