

AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP KECEMASAN PASIEN COVID 19 DI KOTA BUKITTINGGI: MIX METHODE RESEARCH

Sherly Amelia¹, Rina Mariyana^{2*}

^{1,2}Fakultas Kesehatan, Universitas Fort De Kock

*Email korespondensi: rinamariyana@fdk.ac.id

Submitted: 19-10-2022, Reviewer: 21-10-2022, Accepted: 28-10-2022

ABSTRACT

Covid-19 patients are susceptible to psychological disorders in the form of anxiety, anxiety caused by the situation that is currently covering the patient, respiratory tract disorders, reduced social activities, and feelings of rejection by the community. Symptoms that arise are anxiety that affects the patient's sleep pattern. One of the non-pharmacological methods that can be used is using lavender aromatherapy. Aromatherapy works by stimulating olfactory nerve cells and influencing the work of the limbic system by increasing positive and relaxed feelings. The purpose of this study was to see the effect of lavender aromatherapy on the anxiety of covid 19 patients and how the experience of covid patients in using lavender aromatherapy was. This research uses mixed methods with an exploratory sequential design approach. The sample in this study was 20 people, taken by purposive sampling technique. The research instrument used the HARS anxiety instrument and in-depth interviews. Data analysis using Paired T Test and collaizi analysis. The results of the study obtained a mean difference value of 8,550 with a p value of 0.000, meaning that there was an effect of giving lavender aromatherapy on the anxiety of covid 19 patients, in addition, several main themes were found, namely physical complaints of covid 19 patients during self-isolation, psychosocial responses experienced by covid 19 patients during self-isolation. The patient's efforts in handling covid 19 during self-isolation and the response of covid 19 patients in giving lavender aromatherapy. Thus, lavender aromatherapy can be used as an additional complementary therapy for COVID-19 patients and it is recommended that health workers use this therapy as an intervention to relieve the anxiety of COVID-19 patients.

Keywords : lavender aromatherapy; worry; covid 19 patient

ABSTRAK

Pasien covid-19 rentan mengalami gangguan psikologis berupa kecemasan, Kecemasan disebabkan oleh situasi yang tengah meliputi pasien, gangguan saluran pernafasan, berkurangnya kegiatan sosial, dan perasaan terhadap penolakan oleh masyarakat. Gejala yang muncul adalah kecemasan yang berimbas pada pola tidur pasien. Salah satu metode non farmakologis yang dapat digunakan yaitu menggunakan aromaterapi lavender. Aromaterapi bekerja dengan merangsang sel-sel saraf penciuman dan mempengaruhi kerja sistem limbik dengan meningkatkan perasaan positif dan rileks. Tujuan penelitian ini untuk melihat pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan pasien covid 19 dan bagaimana pengalaman pasien covid dalam penggunaan aromaterapi lavender. Penelitian ini menggunakan metode mixed methods dengan pendekatan desain equential exploratory. Sampel pada penelitian ini 20 orang, diambil dengan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan intrumen kecemasan HARS dan wawancara mendalam. Analisa data menggunakan Paired T Test dan analisa collaizi. Hasil penelitian didapatkan nilai mean difference 8.550 dengan nilai p value 0.000 artinya ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kecemasan pasien covid 19, selain itu ditemukan beberapa tema utama yaitu keluhan fisik pasien covid 19 selama isolasi mandiri, respon psikososial yang dialami pasien covid 19 selama isolasi mandiri, Upaya pasien dalam penanganan covid 19 selama isolasi mandiri dan respon pasien covid 19 dalam

pemberian aromaterapi lavender. Sehingga, aromaterapi lavender dapat dijadikan salah satu terapi komplementer tambahan pada penderita covid dan disarankan agar tenaga kesehatan menjadikan terapi ini sebagai salah satu intervensi meringankan kecemasan pasien covid 19.

Kata Kunci : *aromaterapi lavender; kecemasan; pasien covid 19*

PENDAHULUAN

Coronavirus (CoV) adalah keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit mulai dari gejala ringan sampai berat. Ada setidaknya dua jenis coronavirus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS-CoV)* dan *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS-CoV)*. Penelitian menyebutkan bahwa SARS-CoV ditransmisikan dari kucing luwak (*civet cats*) ke manusia dan MERS-CoV dari unta ke manusia. Beberapa coronavirus yang dikenal beredar pada hewan namun belum terbukti menginfeksi manusia (Tull, M. T., Barbano, A. C., Scamaldo, K. M., Richmond, J. R., Edmonds, K. A., Rose, J. P., & Gratz, 2020).

Manifestasi klinis biasanya muncul dalam 2 hari hingga 14 hari setelah paparan. Tanda dan gejala umum infeksi coronavirus antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Pada kasus yang berat dapat menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal, dan bahkan kematian (Handayani, R. T., Suminanto, Darmayanti, A. T., Widiyanto, A., & Atmojo, 2020)

Kasus per tanggal 25 Oktober 2020 di dunia terhitung ada 218 negara dengan 42.512.186 total kasus. Kasus pertama yang ditemukan di Indonesia pada tanggal 2 maret 2020 dan jumlahnya terus meningkat. Dan saat ini Indonesia sudah berada di urutan ke 32. Kasus di Indonesia pada 25 Oktober 2020 tercatat 389.712 orang terkonfirmasi Covid, sembuh, 313.764 orang, meninggal, 13.299.

Sedangkan di Sumatera Barat sampai 25 Oktober 2020 terhitung 12.786 orang kasus terkonfirmasi Covid 19. Untuk data kota Bukittinggi total positif 560 orang, meninggal 10 orang (1,8%), Sembuh 268 orang (47,9%) (Kemenkes, 2020).

Menurut World Health Organisasi, pandemi yang suram telah menyebabkan meningkatnya kecemasan dan kesehatan mental baik pasien positif covid-19 maupun masyarakat dan tenaga kesehatan (Handayani, R. T., Suminanto, Darmayanti, A. T., Widiyanto, A., & Atmojo, 2020) Kecemasan kerap disebabkan oleh situasi yang tengah meliputi pasien, gangguan saluran pernafasan, berkurangnya kegiatan sosial, perasaan terhadap penolakan oleh masyarakat dan dinamika sosial masyarakat yang berubah drastic. Kecemasan yang dialami pasien harus dapat diatasi dikarenakan perasaan cemas dan takut akan dapat menurunkan imunitas diri pasien (Nikčević, A. V., & Spada, 2020).

Salah satu metode non farmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan yaitu menggunakan aromaterapi. Aromaterapi bekerja dengan merangsang sel-sel saraf penciuman dan mempengaruhi kerja sistem limbik dengan meningkatkan perasaan positif dan rileks (Kristanti, 2020).

Sampai saat ini belum pernah ada penelitian yang mengungkap tentang manfaat aromaterapi untuk mengurangi kecemasan pada pasien covid 19. Salah satu aromaterapi yang digunakan adalah lavender dikarenakan lavender dapat memberikan efek relaksasi (Salamah, N.,

Purwati, Y., & Handayani, 2019)

Dari hasil survey yang dilakukan pada wawancara 5 pasien covid didapatkan data bahwa 80 % dari pasien tersebut (4 orang) mengatakan mengalami kecemasan dikarenakan takut akan menularkan kepada anggota keluarga lain dan lingkungan yang mengisolasi mereka. Pasien merasa takut dan cemas masyarakat akan menolah kehadiran mereka setelah nanti terdiagnosa negative atau sembuh dari penyakit Covid 19. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis ingin melakukan penelitian tentang penggunaan aromaterapi lavender dalam mengatasi kecemasan pasien covid 19 dengan judul “Aromaterapi Lavender terhadap Kecemasan Pasien Covid 19 di Kota Bukittinggi: *Mix Methode Research*”. Tujuan Khusus penelitian ini adalah: Teridentifikasi efektifitas aromaterapi lavender terhadap kecemasan pasien covid, Respon pasien covid dalam menjalani pemberian aromaterapi lavender Pengalaman Kecemasan pasien covid 19. Urgensi Penelitian: Pasien Covid terhindar dari perasaan cemas yang dapat menurunkan imunitas tubuh

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *mixed methods* yang merupakan suatu langkah penelitian yang mengkombinasi metode penelitian antara metode kuantitatif dengan metode kualitatif untuk digunakan secara bersama - sama dalam suatu kegiatan penelitian, sehingga diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliabel dan obyektif. Penelitian dilaksanakan di Bukittinggi pada bulan Maret - Oktober 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah

pasien covid yang isolasi mandiri. sampel pada penelitian ini sebanyak 20 orang pada penelitian kuantitatif dan 6 orang partisipan untuk wawancara, teknik pengambilan sampel purposive sampling. Penelitian menggunakan minyak essensial aromaterapi lavender yang diberikan menggunakan difuser aromaterapi yang diberikan pada malam hari sebelum tidur dengan cara menghirup langsung aromaterapi dengan teknik nafas dalam selama 15 menit dan dilanjutkan untuk digunakan 4 jam saat pasien tidur. Kecemasan di nilai dihari pertama sebelum diberikan aromaterapi dan setelah 7 hari penggunaan aromaterapi. Kecemasan diukur dengan instrumen kecemasan HARS.

Analisa data skor kecemasan sebelum dan setelah dinilai dengan menggunakan *Paired T Test*. Proses analisis data pada penelitian kualitatif dilakukan secara simultan dengan proses pengumpulan data. Data yang diperoleh melalui wawancara, observasi partisipan yang ditulis dalam bentuk transkrip. Transkrip data kemudian dianalisis dengan cara melakukan koding yaitu menyusun secara sistematis data yang ditemukan secara lengkap dan rinci sehingga menghasilkan gambaran tentang fenomena yang diteliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian tentang efektifitas Aromaterapi Lavender terhadap Kecemasan Pasien Covid 19 di Kota Bukittinggi, yang dilakukan kepada 20 orang sampel penelitian yang disebut sebagai responden. Gambaran karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n = 20)

No	Karakteristik Responden	F	%	
1.	Usia	20 – 35	14	70
		36- 50	6	30
2.	Jenis Kelamin	Perempuan	15	75
		Laki-laki	5	25
3.	Pendidikan	Perguruan Tinggi	10	50
		SLTA	5	25
		SLTP	2	10
		SD	3	15
4.	Keikutsertaan Vaksinasi Covid 19 (sinovac)	Ya	6	30
		Tidak	14	70
5	Kecemasan Responden sebelum intervensi	Ringan	1	5
		Sedang	13	65
		Berat	6	30
6	Kecemasan responden setelah intervensi	Tidak cemas	6	30
		Ringan	8	40
		sedang	6	30

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 20 orang responden, terdapat lebih dari sebagian (70%) responden berusia 20 – 35 tahun, Sebagian besar responden (75%) berjenis kelamin perempuan dan separo responden berpendidikan Tinggi (50%) dan lebih dari separo responden (70%) belum mendapatkan vaksinasi covid 19 jenis sinovac, gambaran kecemasan pasien sebelum diberikan aromaterapi 65 % dalam kategori tingkat sedang dan 30 % kecemasan berat, hanya 5 % yang tergolong ringan. Sedangkan setelah diberikan aromaterapi gambaran kecemasan pasien 30 % sedang 30

% sudah tidak cemas dan 40 % kategori ringan.

Hasil penelitian menunjukkan lebih dari sebagian (70%) responden berusia 20 – 35 tahun. Fatmawati (2016) mengungkapkan bahwa semakin bertambahnya umur, kematangan psikologi individu semakin baik, artinya semakin matang psikologi seseorang, maka akan semakin baik pula adaptasi terhadap kecemasan. Hal ini didukung dengan pendapat (Feist, Jess., 2011) yang mengatakan bahwa umur muda lebih mengalami kecemasan dari pada umur tua. Faktor usia pada pasien pre operasi sangat

berpengaruh terhadap kesiapan seseorang dalam menghadapi operasi, dimana semakin muda umur seseorang maka kesiapan terhadap tindakan operasi juga berkurang.

Dilihat dari jenis kelamin responden sebahagian besar responden (75%) berjenis kelamin perempuan Perempuan umumnya lebih mengutamakan perasaannya dan lebih memperhatikan dirinya sehingga apabila terjadi sesuatu pada dirinya, maka perempuan akan lebih cepat bertindak/berespon terhadap perubahan yang ada sehingga perempuan lebih sensitive dan lebih mudah cemas dibanding laki-laki. Hal ini terjadi karena faktor emosional dan lingkungan, dimana tingkat emosional antara laki-laki dan perempuan berbeda. Berdasarkan pendapat tersebut, maka sebagian besar responden yang berjenis kelamin laki-laki merupakan kelompok orang yang memiliki kemampuan untuk mengelola emosinya sehingga mampu mengendalikan kecemasannya.

Gambaran kecemasan pasien sebelum diberikan aromaterapi 65 % dalam kategori tingkat sedang dan 30 % kecemasan berat, hanya 5 % yang tergolong ringan. Sedangkan setelah diberikan aromaterapi gambaran kecemasan pasien 30 % sedang 30 % sudah tidak cemas dan 40 % kategori ringan. Kecemasan adalah pengalaman yang dirasakan oleh individu berupa perasaan takut, khawatir dan perasaan tidak menyenangkan (Thoyibah et al., 2020). Setiap individu memiliki tingkat kecemasan yang berbeda, tergantung bagaimana individu mengatasi pemicu dari kecemasan tersebut. (Suwandi & Malinti, 2020). Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan kehidupan sehari-hari. Kecemasan ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsi individu tersebut (Annisa & Ifdil,

2016). Respon fisiologi yang muncul yaitu, nafas pendek sesekali, meningkatnya denyut nadi dan tekanan darah, gejala ringan pada lambung, muka yang berkerut dan bibir bergetar. Respon kognitif yang muncul yaitu lapang persepsi melebar, mampu menerima rangsangan kompleks dan masih dapat berkonsentrasi serta menjelaskan masalah. Sedangkan respon perilaku dan emosi yang muncul yaitu tremor halus pada tangan, tidak dapat duduk tenang, dan terkadang suara meninggi (Anggraeini, 2018).

Kecemasan sedang adalah kondisi dimana individu hanya berfokus pada hal-hal yang penting. Dalam kondisi ini, lapang persepsi individu menjadi sempit. Respon fisiologi yang muncul yaitu, gelisah, sering mengalami nafas pendek dan meningkatnya denyut nadi dan tekanan darah. Respon kognitif yang muncul yaitu, lapang persepsi menyempit dan rangsang luar tidak mampu diterima. Sedangkan respon perilaku dan emosi yang muncul yaitu berbicara banyak dan lebih cepat (Pramana et al., 2016).

Pada kecemasan berat, ditandai dengan individu yang hanya berfokus pada hal yang spesifik dan rinci. Respon kognitif yang muncul yaitu, persepsi kurang, berfokus pada satu hal, sulit berkonsentrasi dan sulit menyelesaikan suatu masalah. Respon fisiologi yang muncul yaitu, individu dapat mengalami sakit kepala, mual, gemetar, palpitasi, denyut nadi yang meningkat, serta sering buang air kecil Sedangkan respon perilaku dan emosi yang muncul yaitu adanya perasaan takut dan focus serta perhatian individu hanya terfokus pada dirinya. (Muyasaroh, 2020) Kecemasan berat sekali/panik, lapang persepsi individu sudah sangat menyempit dan terganggu sehinggaindividu tidak mampu mengendalikan diri dan tidak mampu

mengikuti arahan dalam melakukan sesuatu. Respon fisiologi yang muncul pada tahap ini yaitu nafas pendek dan sakit dada. Respon kognitif yang muncul yaitu lapang persepsi yang sangat sempit dan tidak mampu berpikir secara logis. Sedangkan respon

perilaku dan emosi yang muncul yaitu, ketakutan dan berteriak-teriak, agitasi dan marah (Pramana et al., 2016).

Rata-rata kecemasan pasien covid 19

Tabel 2
Rata-Rata Kecemasan pasien covid 19 Sebelum Dan Sesudah
Intervensi Aromaterapi lavender secara Inhalasi (n=20)

Variabel	Mean	SD	Min - Max	N
Kecemasan pasien Sebelum covid 19	25.65	3.937	19 - 34	20
Sesudah	17.10	4.887	10 - 25	

Hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata kecemasan pasien covid berdasarkan instrumen penilaian kecemasan HARS adalah 25.65, jika dikategorikan berdasarkan skala HARS termasuk kecemasan sedang sedangkan sesudah intervensi rata rata kecemasan

pasien covid 17.10 dalam kategori kecemasan ringan.

Efektifitas Aromaterapi Lavender terhadap Kecemasan Covid-19

Tabel 3
Efektifitas Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Pasien Covid 19
(n=20)

Variabel	Mean difference	SD	Min – Max (CI 95%)	P Value
Skor Kecemasan Pasien covid pretest -posttest	8.550	3.300	7.005-10.095	0.000

Tabel 3 Menunjukkan efektifitas Aromaterapi lavender terhadap kecemasan pasien covid 19 sebelum dan setelah didapatkan nilai perbedaan rata rata skor kecemasan adalah 8.550, dengan nilai *p value* 0.000 ($p < 0.05$), maka disimpulkan adanya perbedaan yang signifikan antara kecemasan sebelum dan setelah diberikan Aromaterapi Lavender pada pasien covid 19.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kecemasan pasien covid berdasarkan instrumen penilaian kecemasan HARS adalah 25.65, jika dikategorikan

berdasarkan skala HARS termasuk kecemasan sedang sedangkan sesudah intervensi rata rata kecemasan pasien covid 17.10 dalam kategori kecemasan ringan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah pemberian aromaterapi lavender terdapat penurunan kecemasan responden menjadi cemas ringan, bahkan terdapat beberapa responden yang tidak mengalami kecemasan. Hal ini sesuai dengan penelitian Faradelos E (2015) aromaterapi dapat memberikan berbagai keuntungan bagi

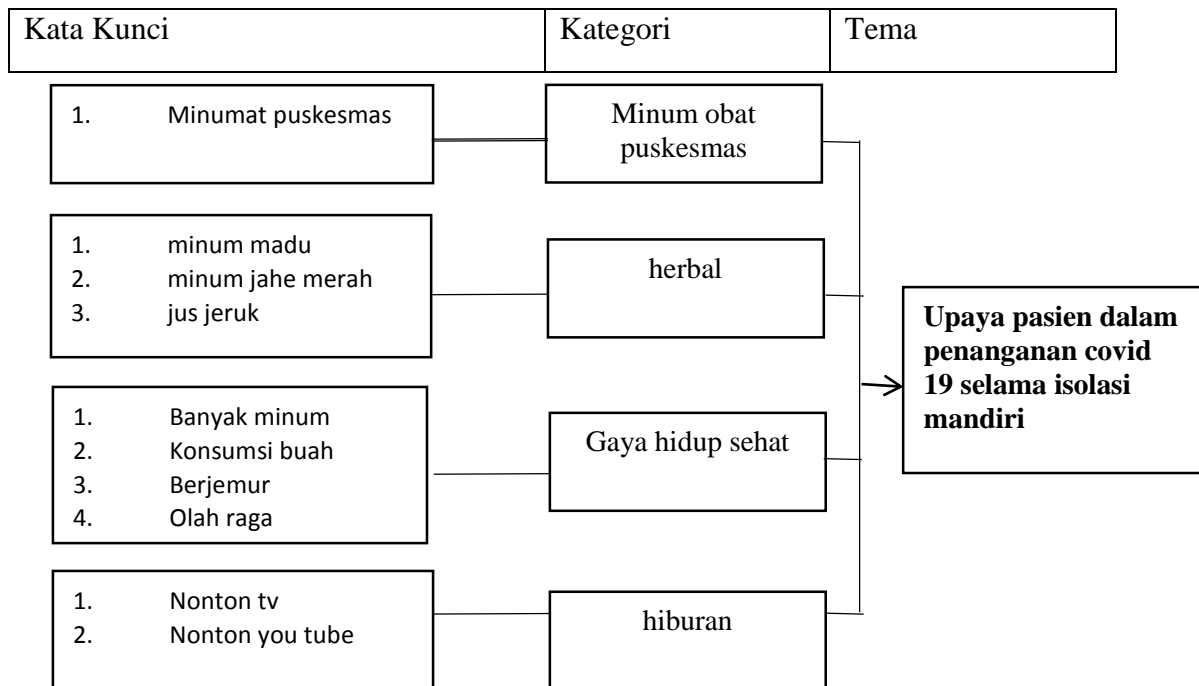
pasien seperti relaksasi, mengurangi kecemasan, depresi, kelelahan, perbaikan kualitas hidup melalui sistem saraf, endokrin, kekebalan tubuh dan peredaran darah. Aromaterapi dapat diaplikasikan sebagai terapi komplementer untuk mengurangi gejala kecemasan.

Terapi non farmakologis / komplementer yang dapat digunakan pada pasien yang mengalami kecemasan adalah pemberian aromaterapi. Aromaterapi merupakan salah satu teknik pengobatan dengan menggunakan bau-bauan yang berasal dari minyak esensial aromaterapi. Aromaterapi yang digunakan pada individu yang mengalami kecemasan yaitu aromaterapi lavender. Minyak lavender mempunyai banyak potensi karena memiliki beberapa kandungan seperti *monoterpenhidrokarbon*, *camphene*, *limonene*, *graniol lavandulol*, *nerol* dan

sebagian besar mengandung *linalool* dan *linalool asetat* dengan jumlah sekitar 30-60% dari total berat minyak, dimana *linalool* adalah kandungan aktif utama sebagai relaksasi untuk mengurangi kecemasan (Nuraini, 2014).

Hasil dari proses analisa data telah menemukan beberapa tema utama yaitu Upaya pasien dalam penanganan covid 19 selama isolasi mandiri dan respon pasien covid 19 dalam pemberian aromaterapi lavender. Tema upaya pasien dalam penanganan covid 19 selama isolasi mandiri disusun dari 4 kategori yaitu konsumsi obat puskesmas, konsumsi obat herbal, gaya hidup dan hiburan, Terakhir tema respon pasien covid 19 dalam pemberian aromaterapi lavender dibentuk dari 2 kategori yaitu respon psikologis dan respon fisik.

Skema 1. Analisis Tema “Upaya pasien dalam penanganan covid 19 selama isolasi mandiri”



Upaya pasien dalam penanganan covid 19 selama isolasi mandiri terdiri dari minum obat puskesmas, konsumsi herbal, gaya hidup sehat dan hiburan.

Minum obat puskesmas

Hampir semua partisipan mengungkapkan hal pertama yang mereka lakukan selama terkonfirmasi positif covid yaitu mengkonsumsi obat yang diberikan dari puskesmas. Seperti ungkapan partisipan berikut ini:

“.....puskesmas maagiah ibuk ubek itu ibuk minum.....(P1)”

“.....yo bg minum juo vitamin stamino yang diagaiah puskesmas ser, samo ubek ubek tu tapaso abang minum(P2)”

“.....ubek puskesmas diminum taruih...(P3)”

Herbal

Salah satu upaya yang dilakukan pasien covid 19 selama dirumah yaitu mengkonsumsi tambahan minum herbal seperti minum jahe merah, minum madu dan minum jus jeruk

“....abang minum jus jeruk banyak banyak kini ser....(P4)”

“.....uni diagiah suami madu asli, uni acok jo minum itu makan buah jeruk gai kadang di campur jo madu.....(P5)”

“....tetangga kak kasi jahe merah katanya bagus, kak rebusla jahe tu di minum mau tidur, hangat badan.....(P6)”

Gaya Hidup Sehat

Upaya yang dilakukan pasien covid 19 selama dirumah selain minum obat puskesmas dan minum herbal pasien juga melakukan gaya hidup sehat melalui aktifitas banyak minum, konsumsi buah, berjemur, dan olah raga. Hal ini terlihat dari ungkapan partisipan:

“abang olah raga di rumah....gerakkan badan senam pagi pagi(P4)”

“... pagi pagi ibuk berjemur serli jam 09.00 sampai jam 15.00...Cuma kadang pagi acok ujanlo kini.... (P1)”

“ ... tenggorokan kak sakik Cuma banyak minum air hangat ajo ser.tu acok makan buah jeruk...vit c kan ser...(P6)

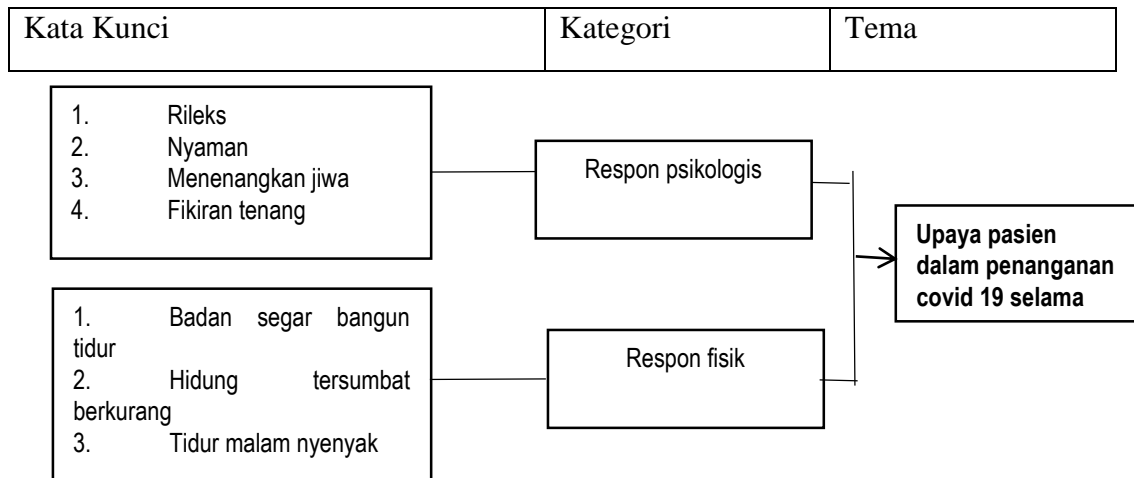
Hiburan

Hiburan yang dilakukan pasien covid 19 selama isolasi mandiri antara lain menonton TV dan menonton youtube hal ini diungkapkan oleh 2 orang partisipan yang terlihat dari ungkapan berikut:

“....kadang untuk mengalihkan kebosanan dirumah...kak nonton youtube sambil danga lagu.....(P6)”

“ ...Menonton TV jadi hiburan dek ibuk selamo di rumah serli.....(P1)”

Skema 2. Analisis Tema “Respon pasien covid 19 dalam pemberian aromaterapi lavender”



Respon pasien covid 19 dalam pemberian aromaterapi lavender

Respon pasien covid 19 dalam pemberian aromaterapi lavender dibentuk dari 2 kategori yaitu respon fisik dan respon psikologis. Respon Psikologis pasien setelah menggunakan aromaterapi lavender selama 7 hari dari ungkapan partisipan yaitu Rileks, Nyaman, Menenangkan jiwa dan Fikiran tenang sedangkan Respon fisik yang terasa badan bangun tidur segar, hidung tersumbat berkurang, dan tidur nyenyak hal ini diungkapkan dari beberapa partisipan

“... setelah pakai minyak tu kan serli...yang paliang taraso bana lalok ibuk lamak tu rileksna jadinya ..(P1)”

“ ...kak nyaman se rasonyo ser ...tanang fikiran deknoyo.. (P6)”

“ ,...tiok malam siap pakai minyak tu lah 3 hari lah baru taraso dek bg ser...lamak laok bg...jago laloktu lai segar badan ko.....(P2)”

“..sanang badan sertanang jiwa wak jadi kurang gelisah uni dek nyo....(p5)

SIMPULAN

Mengembangkan aromaterapi lavender dalam penggunaan pada pasien covid 19 perlu dikembangkan sebagai terapi komplementer dalam perawatan pasien covid 19. Dengan pemberian aromaterapi lavender kecemasan pasien covid menjadi berkurang dari rata rata skor kecemasan sebelum pemberian aromaterapi yaitu 25.65 dimana tergolong kecemasan sedang dan setelah pemberian aromaterapi skor kecemasan menjadi ringan yaitu 17.10 disimpulkan ada pengaruh yang signifikan aromaterapi terhadap kecemasan pasien covid dengan nilai p value 0.000 dan dengan pemberian aromaterapi lavender ini memberikan respon pada pasien baik prikis maupun fisik. Respon psikologis yaitu pasien menjadi rileks, nyaman dan tenang serta menenangkan jiwa sedangkan respon

fisik yaitu badan segar bangun tidur, tidur nyenyak dan hidung tersumbat berkurang.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih pihak terkait yang telah membantu yaitu perawat puskesmas, keluarga responden, teman sejawat peneliti, dan teristimewa responden yang sudah bersedia untuk berkontribusi aktif sehingga informasi yang peneliti butuhkan didapatkan untuk menggali informasi lebih dalam. Selanjutnya kepada semua yang berpartisipasi sehingga pelaksanaan penelitian ini dapat berjalan lancar, diantaranya kepada tim peneliti, pimpinan, teman sejawat, Ketua LPPM. Dengan segala kerendahan hati semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat dan berguna bagi semua pihak.

DAFTAR PUSTAKA

- Feist, Jess., G. J. F. (2011) ‘Teori Kepribadian, Theories Of Personality. Jakarta:salemba humanika’. doi: 10.1590/1518-8345.2850.3101.
- Handayani, R. T., Suminanto, Darmayanti, A. T., Widiyanto, A., & Atmojo, J. T. (2020) ‘Kondisi dan Strategi Penanganan Kecemasan pada Tenaga Kesehatan Saat Pandemi Covid-19.’, *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(3), 367–376, 49(2), pp. 127–136. doi: 10.1016/j.jogn.2020.01.001.
- Kristanti, E. (2020) ‘Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Derajat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Wredha St. Yoseph Kediri’, *Jurnal Penelitian STIKES Kediri*, 3(2), 94-100–10.
- Nikčević, A. V., & Spada, M. M. (2020) ‘The COVID-19 anxiety syndrome

- scale: Development and psychometric properties.’, *Psychiatry Research*, 292(July).
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113322>. *Biomed Pharmacother.* doi: 10.1016/J.BIOPHA.2020.110196.
- Salamah, N., Purwati, Y., & Handayani, D. S. (2019) ‘Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Seyegan. *DSPACE UNISA Yogyakarta*’, 104(7), pp. 724–729. doi: 10.1111/apa.13000.
- Tull, M. T., Barbano, A. C., Scamaldo, K. M., Richmond, J. R., Edmonds, K. A., Rose, J. P., & Gratz, K. L. (2020) *The prospective influence of COVID-19 affective risk assessments and intolerance of uncertainty on later dimensions of health anxiety*, *Journal of Anxiety Disorders*, 75(July), 102290. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102290>. doi: 10.1080/14767058.2018.1548594.
- Zhao, Z., Li, Y., Zhou, L., Zhou, X., Xie, B., Zhang, W., & Sun, J. (2020). Prevention and treatment of COVID-19 using Traditional Chinese Medicine: A review. *Phytomedicine*, March, 153308. <https://doi.org/10.1016/j.phymed.2020.153308>
- Kimambo, H., Chin, J. H., Mnacho, M., Punatar, P., Msilanga, D., & Chagula, A. C. (2020). Severe headache as the sole presenting symptom of COVID-19 pneumonia: A case report. *Interdisciplinary Neurosurgery: Advanced Techniques and Case Management*, 22(August), 100882. <https://doi.org/10.1016/j.inat.2020.100882>
- Sutejo. (2018). Keperawatan Jiwa, Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa dan Psikososial. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Donsu, J, D, T. (2017). Psikologi Keperawatan. Yogyakarta : Pustaka Baru Press. Cetakan I
- Stuart, G. W. (2013). Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC
- Videbeck, S. . (2008). Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC.
- Riksavianti, F., Samad, R. (2014). Reliabilitas dan Validitas dari Modified Dental Anxiety Scale Dalam Versi Bahasa Indonesia. *Dentofasial*. Vol. 13 (2) : 145 – 14
- Susilawati. (2017). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Pre Menstrual Syndrome (Pms). *Jurnal Kesehatan Holistik*, 11(4), 229–233.
- Bangun, Argi Virgona, dkk. (2013). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasca Bedah di Rumah Sakit Dustira Cimahi. *Jurnal Keperawatan Soedirman* Volume 8, No.2, Juli 2013. Cimahi: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jendral Achmad Yani.
- Merdikawati, A., Wihastuti, T. A., & Yuliatun, L. (2012). Aromaterapi bunga lavender dengan tingkat kecemasan remaja putri saat pre menstrual syndrome. *Jurnal Keperawatan*, 3(2), 133–140
- Bagheri-Nesami, M., Shorofi, S. A., Nikkhah, A., & Espahbodi, F. (2017). The effects of lavender essential oil aromatherapy on anxiety and depression in haemodialysis patients. *Pharmaceutical and Biomedical Research*, 3(1), 8–13. <https://doi.org/10.18869/acadpub.pbr.3>

.1.8

Portella, C. F. S., Ghelman, R., Abdala, C. V. M., & Schweitzer, M. C. (2020). Evidence map on the contributions of

traditional, complementary and integrative medicines for health care in times of COVID-19. *Integrative Medicine Research*, 9(3), 100473. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2020.100473>