

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI CHAMOMILE
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRESS,
KECEMASAN, DEPRESI PADA REMAJA
DI SMK KESEHATAN BALI DEWATA**



SKRIPSI

Oleh:

IKA SALSABILA PUTU WARDANI

C1119012

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

2023

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI CHAMOMILE
TERHADAP PENURUNAN TINGKAT STRESS,
KECEMASAN, DEPRESI PADA REMAJA
DI SMK KESEHATAN BALI DEWATA**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh :

IKA SALSABILA PUTU WARDANI

C1119012

PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN

BINA USADA BALI

2023

HALAMAN PERSETUJUAN
PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI CHAMOMILE TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT STRESS, KECEMASAN, DEPRESI PADA
REMAJA DI SMK KESEHATAN BALI DEWATA

Diajukan Oleh:

IKA SALSABILA PUTU WARDANI

NIM. C1119012

Mangupura, 12 Juni 2023

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II



Ns. Ni Putu Dita Wulandari M.Kep., Sp.Kep.J
NIDN. 0826019001





A.A Kompiang Ngurah Darmawan, SE., MM
NIDN. 0807108001

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN


PROPOSAL INI TELAH DI PERTAHANKAN DAN DISAHKAN
DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
Tanggal : 20 Juni 2023

Yang terdiri dari:


Ketua Penguji


Dr. Ir. I Putu Sanjika, MM
NIDN. 0803066501

Sekretaris Penguji


Ns. Ni Putu Dita Wulandari M.Kep., Sp.Kep.J
NIDN. 0826019001



Anggota Penguji


A.A Kompiang Ngurah Darmawan, SE., MM
NIDN. 0807108001

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



Ns. I putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ika Salsabila Putu Wardani
NIM : C1119012
Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Stress, Kecemasan, Depresi Pada Remaja Di SMK Kesehatan Bali Dewata

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas akhir ini adalah jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 12 juni 2023



(Ika Salsabila Putu Wardani)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN**

Skripsi, Juni 2023

Ika Salsabila Putu Wardani

**Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat
Stress, Kecemasan, Depresi Pada Remaja Di Smk Kesehatan Bali Dewata**

xvi + 135 halaman + 12 tabel + 3 skema + 13 lampiran

ABSTRAK

Stress, kecemasan dan depresi merupakan masalah Kesehatan mental yang rentan dialami oleh remaja. Tujuan dari Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi chamomile terhadap penurunan tingkat stress, kecemasan, depresi pada remaja di SMK Kesehatan Bali Dewata. Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimen one group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol, dengan jumlah sampel sebanyak 50 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability* yaitu *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji analisa non parametrik yaitu *Wilcoxon sign rank test*. Hasil Penelitian nilai $p\text{-value} = 0,000$. Nilai $p < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi chamomile terhadap penurunan tingkat stress, kecemasan, depresi pada remaja di SMK Kesehatan Bali Dewata. Diharapkan bagi pelayanan keperawatan khususnya pada saat melakukan asuhan keperawatan kepada remaja dengan stress, kecemasan dan depresi dapat memanfaatkan pemberian aromaterapi chamomile ini sebagai terapi non farmakologi.

Kata Kunci : Stres, Kecemasan, Depresi, Aromaterapi Chamomile

Daftar Pustaka : 56 (2015-2022)

HEALTH INSTITUTION
BINA USADA BALI BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate Thesis, June 2023

Ika Salsabila Putu Wardani

The Effect of Giving Chamomile Aromatherapy on Reducing Levels of Stress, Anxiety, Depression in Adolescents at the Bali Dewata Health Vocational School

xvi + 135 pages + 12 tables + 3 schematics + 13 appendices

ABSTRACT

Stress, anxiety and depression are mental health problems that are prone to be experienced by adolescents. The purpose of this study was to determine the effect of giving chamomile aromatherapy to reducing levels of stress, anxiety, depression in adolescents at the Bali Dewata Health Vocational School. This study used a one group pretest-posttest pre-experimental design without a control group, with a total sample of 50 respondents. The sampling technique uses non-probability, namely purposive sampling. Data analysis used a non-parametric analysis test, namely the Wilcoxon sign rank test. Research results p-value = 0.000. The p value <0.05 can be concluded that there is an effect of giving chamomile aromatherapy to reducing levels of stress, anxiety, depression in adolescents at the Bali Dewata Health Vocational School. It is hoped that nursing services, especially when carrying out nursing care for adolescents with stress, anxiety and depression, can take advantage of giving chamomile aromatherapy as a non-pharmacological therapy.

Keywords: Stress, Anxiety, Depression, Chamomile Aromatherapy

Bibliography : 56 (2015-2022)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat Rahmat dan Anugerah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Stress, Kecemasan, Depresi Pada Remaja di SMK Kesehatan Bali Dewata” dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada program studi keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program ilmu keperawatan di kepala STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
3. Ns. Ni Putu Dita Wulandari M. Kep., Sp. Kep. J selaku pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam

memberi masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.

4. A.A KOMPIANG NGURAH DARMAWAN, SE., MM selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
5. Kedua orang tua yang telah memberikan banyak dukungan selama proses penyusunan proposal penelitian ini.
6. Seluruh pihak yang telah berperan penting dalam penyusunan proposal penelitian ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini kurang sempurna, oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Mangupura, 12 Juni 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR SKEMA.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
F. Perbedaan Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Remaja.....	11
1. Definisi Remaja	11
2. Tahap-Tahap Pada Remaja.....	12
3. Perubahan-Perubahan Pada Remaja	13
B. Stress	16
1. Definisi Stres	16
2. Sumber Stres.....	17
3. Gejala Stres.....	19

4.	Macam-Macam Stres	20
5.	Tahapan Stres	22
6.	Penatalaksanaan Stres.....	24
7.	Alat Ukur Stres	26
C.	Kecemasan	28
1.	Definisi Kecemasan.....	28
2.	Respon Rentang Kecemasan	29
3.	Tingkat Kecemasan	29
4.	Gejala Kecemasan	30
5.	Macam-Macam Kecemasan	31
6.	Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Kecemasan	33
7.	Dampak Kecemasan	39
8.	Penatalaksanaan Kecemasan	39
9.	Alat Ukur Kecemasan	42
D.	Depresi	44
1.	Definisi Depresi.....	44
2.	Faktor Yang Mempengaruhi Depresi	45
3.	Tanda Dan Gejala Depresi	51
4.	Penatalaksanaan Depresi	53
5.	Alat Ukur Depresi	56
E.	Aromaterapi Chamomile	57
1.	Pengertian Aromaterapi.....	57
2.	Bunga Chamomile	58
3.	Manfaat Aromaterapi	58
4.	Mekanisme Aromaterapi	59
5.	Teknik Pemberian Aromaterapi	61
6.	Prosedur Kerja Inhalasi Aromaterapi	62
F.	Kerangka Teori.....	63
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI		
OPERASIONAL		
64		
A.	Kerangka Konsep.....	64

B. Hipotesis Penelitian.....	65
C. Definisi Operasional.....	65
BAB IV METODE PENELITIAN	68
A. Rancangan Penelitian	68
B. Populasi dan Sampel	69
1. Populasi	69
2. Sampel	69
C. Tempat Penelitian.....	72
D. Waktu Penelitian	72
E. Etika Penelitian	72
1. Prinsip Manfaat	72
2. Prinsip menghargai hak asasi manusia (<i>respect human dignity</i>).....	73
3. Prinsip keadilan (<i>right to justice</i>)	74
F. Alat Pengumpulan Data	74
1. Instrumen Penelitian.....	74
2. Validitas dan Reliabilitas.....	77
G. Prosedur Pengumpulan Data	78
1. Prosedur Administrasi	79
2. Prosedur Teknis	79
H. Pengolahan Data.....	81
1. Editing	81
2. Coding	81
3. Data Entry.....	81
4. Cleaning.....	82
I. Rencana Analisis Data	82
1. Analisa Univariat.....	82
2. Analisa Bivariat	82
BAB V HASIL PENELITIAN	84
A. Tempat Dan Waktu Penelitian	84
B. Karakteristik Responden	85
1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	85

2.	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	85
C.	Analisis Univariat.....	86
1.	Analisis Tingkat Stress Sebelum Diberikan Aromaterapi Chamomile ..	86
2.	Analisis Tingkat Stres Setelah Diberikan Aromaterapi Chamomile.....	87
3.	Analisis Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Aromaterapi Chamomile.....	87
4.	Analisis Tingkat Kecemasan Setelah Diberikan Aromaterapi Chamomile.....	88
5.	Analisis Tingkat Depresi Sebelum Diberikan Aromaterapi Chamomile.....	89
6.	Analisis Tingkat Depresi Setelah Diberikan Aromaterapi Chamomile .	89
D.	Analisis Bivariat.....	90
1.	Analisis Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Remaja	90
2.	Analisis Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Remaja	91
3.	Analisis Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Remaja	91
BAB VI PEMBAHASAN.....		93
A.	Interpretasi Penelitian.....	93
1.	Karakteristik Resonden	93
2.	Tingkat Stress Responden Sebelum Diberikan Aromaterapi Chamomile.....	95
3.	Tingkat Stress Responden Setelah Diberikan Aromaterapi Chamomile.....	97
4.	Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Remaja di SMK Kesehatan Bali Dewata	99
5.	Tingkat Kecemasan Responden Sebelum Diberikan Aromaterapi Chamomile.....	101
6.	Tingkat Kecemasan Responden Setelah Diberikan Aromaterapi Chamomile.....	103

7. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Remaja di SMK Kesehatan Bali Dewata	105
8. Tingkat Depresi Responden Sebelum Diberikan Aromaterapi Chamomile.....	106
9. Tingkat Depresi Responden Setelah Diberikan Aromaterapi Chamomile.....	108
10. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Remaja di SMK Kesehatan Bali Dewata	110
B. Keterbatasan Penelitian	111
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	112
1. Implikasi Terhadap Pelayanan Keperawatan	112
2. Implikasi Terhadap Pendidikan.....	112
3. Implikasi Terhadap Penelitian.....	112
BAB VII PENUTUP	113
A. Simpulan	113
B. Saran.....	114
1. Bagi Pelayanan Keperawatan.....	114
2. Bagi Masyarakat.....	115
3. Bagi Institusi Pendidikan.....	115
4. Bagi Peneliti Selanjutnya	115

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Stres, Kecemasan, Depresi Pada Remaja Di SMK Kesehatan Bali Dewata	64
Tabel 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Remaja Di SMK Kesehatan Bali Dewata.....	85
Tabel 5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Remaja Di SMK Kesehatan Bali Dewata	85
Tabel 5.3	Tingkat Stress Sebelum Diberikan Aromaterapi Chamomile	86
Tabel 5.4	Tingkat Stress Setelah Diberikan Aromaterapi Chamomile	87
Tabel 5.5	Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Aromaterapi Chamomile	87
Tabel 5.6	Tingkat Kecemasan Setelah Diberikan Aromaterapi Chamomile	88
Tabel 5.7	Tingkat Depresi Sebelum Diberikan Aromaterapi Chamomile	89
Tabel 5.8	Tingkat Depresi Setelah Diberikan Aromaterapi Chamomile	89
Tabel 5.9	Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Remaja.....	90
Tabel 5.10	Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Remaja.....	90
Tabel 5.11	Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Depresi Pada Remaja.....	91

DAFTAR SKEMA

Gambar 2.1 Kerangka Teori Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Stres, Kecemasan, Depresi Pada Remaja Di SMK Kesehatan Bali Dewata	61
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Stres, Kecemasan, Depresi Pada Remaja Di SMK Kesehatan Bali Dewata	62
Gambar 4.1 Rancangan Penelitian Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Penurunan Tingkat Stres, Kecemasan, Depresi Pada Remaja Di SMK Kesehatan Bali Dewata	66

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2 Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Kelaikan Etik STIKES Bina Usada Bali
- Lampiran 5 Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 6 Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 7 Pengantar Kuesioner
- Lampiran 8 Kuesioner
- Lampiran 9 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10 SOP Aromaterapi
- Lampiran 11 Hasil Tabulasi
- Lampiran 12 Dokumentasi
- Lampiran 13 Lembar Bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, A., & Nita, M. (2020). *Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan*.
- Agus, A. I. (2023). Pengaruh Complementary Alternative Medicine (Aromaterapi Chamomile) Terhadap Ansietas. *An Idea Nursing Journal Issn*, 2(01), 2961–8592.
- Andy, & Chsris, A. (2018). Perbedaan Tingkat Stres, Kecemasan, Dan Depresi Pada Mahasiswa Preklinik Dan Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(1), 21–26. <https://Journal.Untar.Ac.Id/Index.Php/Tmj/Article/View/2507/1458>
- Aris, T. (2021). Perubahan Perilaku Sosial Remaja Dalam Menggunakan Media Sosial Di Desa Patikarya Kecamatan bontosikuyu Kabupaten Kepulauan Selayar. *Jurnal Kesehatan*, 1996, 6.
- Azizah, Zainuri, A. (2016). Kesehatan Jiwa Teori Dan Aplikasi Praktik Klinik. *Kesehatan Jiwa Teori Dan Aplikasi Praktik Klinik*, 674. [Http://Rsjiwajambi.Com/Wp-Content/Uploads/2019/09/Buku_Ajar_Keperawatan_Kesehatan_Jiwa_Teori-Dan-Aplikasi-Praktik-Klinik-1.Pdf](http://Rsjiwajambi.Com/Wp-Content/Uploads/2019/09/Buku_Ajar_Keperawatan_Kesehatan_Jiwa_Teori-Dan-Aplikasi-Praktik-Klinik-1.Pdf)
- Batubara, J. R. L. (2010). *Adolescent Development*. 12(1), 21–29.
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). Validitas Dan Reliabilitas Penelitian. In *Binus*. Www.Mitrawacanamedia.Com
- Cahyasari. (2019). Perbedaan Efektivitas Inhalasi Lavender Dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Persepsi Nyeri Pada Insersi Av Shunt Pasien Hemodialisis Di Rsud Prof.Dr.Margono Soekarjo Purwokerto. *Fakultas Ilmu Kesehatan Ump*.
- Danisati, S. (2018). Hubungan Antara Self-Compassion Dan Depresi Pada Remaja Dari Keluarga Bercerai. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://Dspace.Uii.Ac.Id>
- Desta, B. S., Utami, P. D. R., & Suparmanto, G. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Chamomile Terhadap Tingkat Kecemasan Lansia Di Desa Wonokerso. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 66, 1–14.
- Diananda, A. (2018). *Psikologi Remaja Dan Permasalahannya*. 1(1), 116–133.
- Dianovinina, K. (2018). Depresi Pada Remaja: Gejala Dan Permasalahannya. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 69–78. <https://Doi.Org/10.24854/Jps.V6i1.634>
- Dwi Ananda, S. S., & Apsari, N. C. (2020). Mengatasi Stress Pada Remaja Saat Pandemi Covid-19 Dengan Teknik Self Talk. *Prosiding Penelitian Dan*

Pengabdian Kepada Masyarakat, 7(2), 248.
<https://doi.org/10.24198/jppm.v7i2.29050>

- Fathona, S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Perilaku Tiga Ancaman Dasar Kesehatan Reproduksi Remaja (Triad Krr) Pada Siswa Di Sma Negeri 10 Kota Bengkulu Tahun 2021. In *Paper Knowledge . Toward A Media History Of Documents*.
- Fitriani, L. (2021). *Self Control Remaja Putri Motherless (Studi Deskriptif Di Desa Air Sebakul Kecamatan Talang Empat Kabupaten Bengkulu Tengah)*.
- Hafid, M. (2018). *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Hasil Tes Potensi Akademik Siswa Kelas Xii Sma Negeri 21 Makassar Tahun Pelajaran 2017/2018*. 1–26.
- Harlina, & Aiyub. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Yang Dirawat Di Unit Perawatan Kritis. *Jim Fkep*, 3(3), 192–200.
- Ida, H., Joko, W., & Ragil, C. (2017). *Nursing News Volume 2, Nomor 2, 2017 1. 2.*
- Karra, A. (2015). Pengaruh Terapi Kelompok Reminiscence Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 32.
- Kasarua, Y. D., Yuliana, W., & Winarni, S. (2020). Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan (Tahu) Ibu Tentang Varicella. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 10(1), 39–43.
[Http://journal.stikvinc.ac.id/index.php/jpk/article/view/187](http://journal.stikvinc.ac.id/index.php/jpk/article/view/187)
- Kementerian Kesehatan Ri. (2017). Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja* (Issue Remaja, Pp. 1–8).
- Khadijah, S., & Arthyka Palifiana, D. (2021). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Depresi Warga Binaan Perempuan Di Lembaga Pemasarakatan Kelas Iib Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(2), 9–17. <https://doi.org/10.36419/jki.v12i2.491>
- Khasanah, S. M. R., & Mamnuah. (2021). Tingkat Stres Berhubungan Dengan Pencapaian Tugas Perkembangan Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 107–116.
- Khesht-Masjedi, M. F., Shokrgozar, S., Abdollahi, E., Habibi, B., Tahereh, A., Ofoghi, R. S., & Pazhooman, S. (2019). The Relationship Between Gender, Age, Anxiety, Depression, And Academic Achievement Among Teenagers. *Journal Of Family Medicine And Primary Care*, 6(8), 799–804.
<https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc>
- Kusniawati, N. (2019). *Analisis Praktek Klinik Keperawatan Intervensi Inovasi Pemberian Chamomile Essential Oil Terhadap Penurunan Tingkat*

Kecemasan Pada Pasien Asma Di Ruang Igd Rsud Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. 1–19.

- Lubis, H., Oktaviani, M. A., Rahmi, A. S., & ... (2016). Musik Kejien Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan, Stres, Dan Depresi. *Psikostudia: Jurnal ...*, 5(1). [Http://E-Journals.Unmul.Ac.Id/Index.Php/Psiko/Article/View/2279](http://E-Journals.Unmul.Ac.Id/Index.Php/Psiko/Article/View/2279)
- Lubis Khairani, I. (2021). *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Pada Ibu Bersalin Di Praktek Bidan Nurhayati Pohan Desa Sibaganding Kecamatan Batang Angkola Tahun 2021.*
- Marwan, N. I., Ode, W., Asnaniar, S., & K, A. I. A. (2022). Aromaterapi Chamomile Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pasien Kanker. *Window Of Nursing Journal*, 3(2), 161–170.
- Muhith. (2015). *Paper Knowledge . Toward A Media History Of Documents*, 3(April), 49–58.
- Mujahidah, E., & Listiyandini, R. A. (2018). Pengaruh Resiliensi Dan Empati Terhadap Gejala Depresi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 60. [Https://Doi.Org/10.24014/Jp.V14i1.5035](https://doi.org/10.24014/jp.v14i1.5035)
- Narmandakh, A., Roest, A. M., De Jonge, P., & Oldehinkel, A. J. (2021). Psychosocial And Biological Risk Factors Of Anxiety Disorders In Adolescents: A Trails Report. *European Child And Adolescent Psychiatry*, 30(12), 1969–1982. [Https://Doi.Org/10.1007/S00787-020-01669-3](https://doi.org/10.1007/S00787-020-01669-3)
- Novitasari, I. (2015). Gambaran Tingkat Kecemasan, Stres, Depresi Dan Mekanisme Koping Pasien Penyakit Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsud Dr. Moewardi. *Skripsi*, 1–73.
- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. In P. P. Lestari (Ed.), *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi 4). Salemba Medika.
- Nurwela, T. S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Pada Remaja ; Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Jiwa (Jkj)*, 10(4), 697–704.
- Pahe, S. (2021). *Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Stikes Bina Usaha Bali.*
- Pertiwi, S. T., Moeliono, M. F., & Kendhawati, L. (2021). Depresi, Kecemasan, Dan Stres Remaja Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 6(2), 72. [Https://Doi.Org/10.36722/Sh.V6i2.497](https://doi.org/10.36722/Sh.V6i2.497)
- Pragholapati, A., Megawati, S. W., Suryana, Y., Keperawatan, F., Indonesia, U. P., Keperawatan, F., & Kencana, U. B. (2021). Preoperatif Sectio Caesaria. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 13(1), 15–20.
- Pratami, P., & Rahayu, P. P. (2017). *Hubungan Peran Teman Sebaya Dengan Tingkat Stres Dalam Menghadapi Tumbuh Kembang Pada Remaja Di Mts Negeri 1 Bantul.* [Http://Digilib.Unisayogya.Ac.Id/2569/](http://digilib.unisayogya.ac.id/2569/)

- Puspita, L. (2017). Infeksi Menular Seksual Pada Wanita Pekerja Seksual. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 31–44.
- Putri, E. C., & Savitri, L. S. Y. (2021). Pelatihan Relaksasi Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Laki-Laki Berusia 12-14 Tahun (Remaja Awal). *Jurnal Psikologi Insight*, 5(2), 48–64. <https://Ejournal.Upi.Edu/Index.Php/Insight/Article/View/44097>
- Putri, T. H., & Azalia, D. H. (2022). Faktor Yang Memengaruhi Stres Pada Remaja Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 10(2), 285. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.2.2022.285-296>
- Rinaldi, S. F., & Mujianto, B. (2017). *Metodologi Penelitian Dan Statistik*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Riskayani, F. (2017). *Kejadian Stres Ansietas Dan Depresi Pada Pasien*.
- Riskesdas. (2018). Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia. In *Infodatin* (P. 12).
- Ruskandi, J. H. (2021). Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(3), 483–492. <https://doi.org/10.37287/jppp.v3i3.530>
- Saputri, A. R. (2017). *Hubungan Tingkat Stress, Kecemasan Dan Depresi Dengan Tingkat Prestasi Akademik Pada Santri Aliyah*. 98.
- Sari, D. P., Margiyanti, N. J., & Handayani, T. Y. (2022). Penggunaan Aromaterapi Chamomile (*Chamomilla Recucita L*) Dalam Mengurangi Frekuensi Emesis Gravidarum The Use Of Chamomile Aromatherapy (*Chamomilla Recucita L*) In Reducing Gravidarum Emesis Frequency. 6(1), 149–153.
- Simbolon, H. (2018). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Di Pmb Afriana, Am.Keb Tahun 2018. *Biomass Chem Eng*, 3(2). http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/Equilibrium/article/view/1268/1127%0ahttp://publicacoes.cardiol.br/portal/Ijcs/Portugues/2018/V3103/Pdf/3103009.Pdf%0ahttp://www.scielo.org/co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772018000200067&lng=en&tlng=
- Sundara, A. K., Larasati., B., Meli., D. S., Wibowo., D. M., Utami., F. N., Maulina., S., Lathifah., Y., & Gunarti., N. S. (2022). *Review Article: Aromaterapi Terapi Stres Dan Gangguan Kecemasan.Pdf*. 2(2), 7.
- Syafitri, E. N., Rochdiat, W., & Sukmawati, N. L. Y. (2019). Kombinasi Terapi Afirmasi Dan Aromaterapi Melati Terhadap Masalah Psikososial Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Di Universitas Respati Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu*, 1, 11–17.
- Syukrini, R. D. (2016). Pengaruh Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Persalinan Kala I Di Kamar Bersalin Rsu Kab. Tangerang. *Skripsi, Universitas Islam Negri*.

- Triana, M. M., Komariah, M., & Widiанти, E. (2020). *Gambaran Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Yang Terlibat Bullying Di Smp Pgri 1 Jatinangor*.
- Ulfa, I. (2019). Skrining Masalah Kesehatan Jiwa Dengan Kuesioner Dass-42 Pada Civitas Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Yang Memiliki Riwayat Hipertensi. *Uin Syarif Hidayatullah Jakarta*, 1–80.
- Ulum, M. C. (2018). Stress Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Semester Viii S1 Keperawatan Stikes Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan “ Insan Cendekia Medika ” Jombang. *Skripsi*, 111.
- Wijoyo, E. B. (2022). Literature Review: Pengaruh Pemberian Aromaterapi Sebagai Intervensi Asuhan Keperawatan Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, 11(2), 7–10. <https://doi.org/10.54350/Jkr.V11i2.110>
- Winadi, P. (2019). *Konsep Stress Pada Pasien Risiko Gangguan Jiwa*. 8–27.