

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI
LAVENDER TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
PADA MASA MENOPAUSE DI WILAYAH KERJA
UPTD. PUSKESMAS BANJARANGKAN I**



SKRIPSI

Oleh:

NI KADEK AYU KRISNA WIDYASTUTI

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

2021

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI
LAVENDER TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
PADA MASA MENOPAUSE DI WILAYAH KERJA
UPTD. PUSKESMAS BANJARANGKAN I**

SKRIPSI

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

Oleh:

NI KADEK AYU KRISNA WIDYASTUTI

NIM. C2120083

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA MASA
MENOPAUSE DI WILAYAH KERJA UPTD.
PUSKESMAS BANJARANGKANI**

Diajukan Oleh:

NI KADEK AYU KRISNA WIDYASTUTI
NIM.C2120083

Badung, 20 Januari 2022

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I


dr. I Nyoman Sutresna, M.Kes
NIDN: 0814046102

Pembimbing II


Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0807068702

Mengetahui,
Program Studi S1 Keperawatan
Ketua

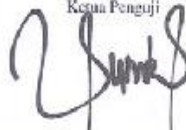
Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN DEWAN
PENGUJI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
Tanggal : 4 Februari 2022

Yang terdiri dari:

Kepua Penguji



Ni Putu Mirah Yunita Udavani, SST, M.Keb
NIDN: 0808068701

Sekretaris Penguji



dr. I Nsatriat Sutresna, M.Kes
NIDN: 0614046102

Anggota Penguji



Ns. Putu wiru Kusuma Putra, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0807068702

Mengetahui,
Program Studi S1 Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wihawa, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Kadek Ayu Krisna Widayastuti

NIM : C2120083

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul skripsi : Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Masa Menopause di Wilayah Kerja UPTD. Puskesmas Banjarangkan I

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 hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 26 Januari 2022



Ni Kadek Ayu Krisna Widyastuti

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkatNya-lah peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Masa Menopause di Wilayah Kerja UPTD. Puskesmas Banjarangkan I” tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan.

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

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usada Bali
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Kaprodi S1 Keperawatan STIKES Bina Usada Bali
3. dr. I Nyoman Sutresna, M.Kes selaku pembimbing I yang telah memberikan masukan, pengetahuan, dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.
4. Ns. Putu wira Kusuma Putra, S.Kep.,M.Kep selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Seluruh dosen yang telah terlibat dalam pengajaran pengantar riset keperawatan yang telah memberikan ilmunya kepada kami, sehingga peneliti dapat menyusun skripsi ini dengan baik.
6. Bapak dan Ibu, kerabat serta sahabat peneliti yang telah memberikan dorongan dan inspirasi.

7. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan penelitian ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata, semoga penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

Badung, Januari 2022

Peneliti

SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN

BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

Skripsi, Januari 2022

Ni Kadek Ayu Krisna Widyastuti

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Masa Menopause Di Wilayah Kerja UPTD. Puskesmas Banjarangkan I

xiv + 60 + 5 tabel + 3 gambar + lampiran

ABSTRAK

Menopause adalah peristiwa fisiologis yang terjadi secara normal yang menimbulkan dampak psikologi seperti timbulnya kecemasan. Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan adalah dengan menggunakan aromaterapi lavender. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada masa menopause di Wilayah Kerja UPTD. Puskesmas Banjarangkan I. Desain penelitian ini adalah *pre experimental* dengan rancangan *one-group pra-post test design* dengan jumlah sampel 41 responden yang dipilih melalui kriteria inklusi dan eksklusi. Uji statistik yang digunakan adalah uji statistik *Nonparametric Test* yaitu *Wilcoxon Signed Rank Test*. Tingkat kecemasan sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam kategori berat, sedangkan setelah diberikan aromaterapi lavender sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan dalam kategori ringan. Hasil uji statistik diperoleh *p value* $0,00 < 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada masa menopause di Wilayah Kerja UPTD. Puskesmas Banjarangkan I. Perawat dapat memberikan aromaterapi lavender dan edukasi mengenai pemberian aromaterapi lavender dalam upaya menangani tingkat kecemasan bagi wanita pada masa menopause.

Kata Kunci : Menopause, Kecemasan, Aromaterapi Lavender

Daftar Pustaka: (2010-2021)

HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate Thesis, January 2022

Ni Kadek Ayu Krisna Widyastuti

**The Effect of Lavender Aromatherapy on Anxiety Levels during Menopause
in the Regional Technical Implementation Unit Working Area of
Banjarangkan I Health Center**

xiv + 60 + 5 tables + 3 pictures + appendixes

ABSTRACT

Menopause is a physiological event occurs normally that causes psychological effects such as anxiety. One way to reduce anxiety is by using lavender aromatherapy. The purpose of this study was to determine the effect of giving lavender aromatherapy on anxiety levels during menopause in the regional technical implementation unit working area of Banjarangkan I Health Center I. The design of this study was pre-experimental with a one-group pre-post test design with a total sample of 41 respondents who were selected through inclusion and exclusion criteria. The statistical test used nonparametric statistical test, namely the Wilcoxon Signed Rank Test. The level of anxiety before giving lavender aromatherapy most of the respondents experienced anxiety levels in the severe category, while after being given lavender aromatherapy most of the respondents experienced anxiety levels in the mild category. Statistical test results obtained p value $0.00 < 0.05$. Therefore, it can be concluded that there was an effect of lavender aromatherapy on anxiety levels during menopause in the in the Regional Technical Implementation Unit Working Area of Banjarangkan I Health Center. Nurses can provide lavender aromatherapy and education about giving lavender aromatherapy in an effort to deal with anxiety levels for women during menopause.

Keywords : Menopause, Anxiety, Lavender Aromatherapy

Bibliography : (2010-2021)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II.....	9
LANDASAN TEORI.....	9
A. Konsep Menopause	9
B. Konsep Aromaterapi Lavender.....	15
C. Konsep Kecemasan	20

D. Kerangka Teori.....	26
BAB III	27
KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DEFINISI OPERASIONAL	27
A. Kerangka Konsep	27
B. Hipotesis	27
C. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional	28
BAB IV	30
METODE PENELITIAN.....	30
A. Desain Penelitian	30
B. Populasi Dan Sampel.....	31
C. Tempat Penelitian.....	34
D. Waktu Penelitian	34
E. Etika Penelitian.....	34
F. Alat Pengumpulan Data.....	36
G. Prosedur Pengumpulan Data	38
H. Rencana Analisis Data.....	40
BAB V.....	44
HASIL.....	44
A. Tempat dan Waktu Penelitian	44
B. Analisis <i>Univariat</i>	45
C. Analisis <i>Bivariat</i>	46
BAB VI.....	48
PEMBAHASAN	48
A. Interpretasi Penelitian.....	48
B. Keterbatasan Penelitian	55

C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	56
BAB VII.....	58
SIMPULAN DAN SARAN	58
A. Simpulan.....	58
B. Saran.....	58

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan pada Masa Menopause di Wilayah Kerja UPTD. Puskesmas Banjarangkan I	29
Tabel 4.1 Bentuk Rancangan <i>One-Group Pra-Post Test Design</i>	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rentang Respons Kecemasan.....	22
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	27
Gambar 5.1 Tingkat Kecemasan Pada Masa Menopause Sebelum Diberikan Aromaterapi Lavender di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Banjarangkan I ...	45
Gambar 5.2 Tingkat Kecemasan Pada Masa Menopause Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Banjarangkan I ...	46
Gambar 5.3 Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Masa Menopause di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Banjarangkan I.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian

Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian

Lampiran 3. Jadwal Penelitian

Lampiran 4. Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 5. Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 6. Kuesioner

Lampiran 7. SOP (Standar Operasional Prosedur)

Lampiran 8. Hasil Analisis

Lampiran 9. Lembar Bimbingan Penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, B., Al-Wabel, N. A., Shams, S., Ahamad, A., Khan, S. A., & Anwar, F. (2015). Asian Paci Fi C Journal Of Tropical Biomedicine. *Asian Pacific Journal Of Tropical Biomedicine*, 5(8), 601–611. <https://doi.org/10.1016/j.apjtb.2015.05.007>
- Anastasia, S., Bayhakki, & Nauli, F. A. (2015). *Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Lavender Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis*. 2(2).
- Arnina. (2016). *Langkah-Langkah Efektif Menyusun SOP (Standard Operating Procedures)*. Huta Publisher.
- Ba, B. P. (2020). *Potret Sensus Penduduk 2020 Provinsi Bali*. Badan Pusat Statistik Provinsi Bali.
- Banjarangkan, K. S. K. (2020). *Kecamatan Banjarangkan Dalam Angka 2020*. Badan Pusat Statistik Kabupaten Klungkung.
- Barombong, K., & Gowa, K. A. B. (2020). *Jurnal Media Keperawatan : Politeknik Kesehatan Makassar Menghadapi Masa Menopause Di Dusun Mannyoi Desa Tamannyeleng Jurnal Media Keperawatan : Politeknik Kesehatan Makassar*. 11(2), 136–141.
- Bremer, E., Jallo, N., Rodgers, B., Kinser, P., & Dautovich, N. (2021). The Journal For Nurse Practitioners Anxiety In Menopause : A Distinctly Different Syndrome ? *TJNP: The Journal For Nurse Practitioners*, 15(5), 374–378. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2019.01.018>
- Farrar, A. J. (2020). *Clinical Aromatherapy*. January.
- Handayani, R. S., & Rahmayati, E. (2018). *Pengaruh Aromaterapi Lavender , Relaksasi Otot Progresif Dan Guided Imagery Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operatif*. 9, 319–324.
- Hidayat, A. . (2014). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknis Analisa Data*. Salemba Medika.
- Holloway, D. (2021). Menopause Symptom Management In The U Nited Kingdom. *Nursing Clinics Of NA*, 53(2), 263–277. <https://doi.org/10.1016/j.cnur.2018.01.004>
- Irfana, SKM., M. K. (2021). *Faktor Determinan Terjadinya Menopause*. CV. Media Sains Indonesia.
- Jokar, M., Delam, H., Bakhtiari, S., Paki, S., Askari, A., Bazrafshan, M., & Shokrpour, N. (2021). *The Journal For Nurse Practitioners The Effects Of Inhalation Lavender Aromatherapy On Postmenopausal Women ' S*

Depression And Anxiety: A Randomized Clinical Trial. 16(2020).
<https://doi.org/10.1016/J.Nurpra.2020.04.027>

Kautsar, F., Gustopo, D., & Achmadi, F. (2015). *Uji Validitas Dan Reliabilitas Hamilton Anxiety Rating Scale Terhadap Kecemasan Dan Produktivitas Pekerja Visual Inspection PT. Widatra Bhakti.* 588–592.

Klungkung, B. P. S. K. (2021). *Kabupaten Klungkung Dalam Angka 2021.* Badan Pusat Statistik Kabupaten Klungkung.

Kristanti, E. E. (2010). *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Derajat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Wredha St. Yoseph Kediri Erva Elli Kristanti.* 3(2), 94–100.

Kusumasari, R. V., Sari, D. N. A., & Humariah, N. (2021). *Menopause Berhubungan Dengan Tingkat Kepuasan Seksual Pada Wanita Menopause.* 11, 71–80.

Lubis, M. . (2018). *Metodologi Penelitian.* Deepublish.

Nastiti, K. (2021). *Reswara : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat.*

Nikjou, R., Kazemzadeh, R., Asadzadeh, F., Fathi, R., & Mostafazadeh, F. (2018). *The Effect Of Lavender Aromatherapy On The Symptoms Of Menopause. Journal Of The National Medical Association,* 110(3), 265–269.
<https://doi.org/10.1016/J.Jnma.2017.06.010>

Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Rineka Cipta.

Nugroho, Dr. T. (2012). *Obstetri Dan Ginekologi.* Nuha Medika.

Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4.* Salemba Medika.

Saimin, J., Hudfaizah, C., Hafizah, I., Obstetri, B., Kedokteran, F., Oleo, U. H., Kedokteran, F., Oleo, U. H., Biomedik, B., Kedokteran, F., & Oleo, U. H. (2016). *Kecemasan Wanita Premenopause Dalam Menghadapi Masa Menopause , Sebuah Studi Crosssectional Anxiety Of Premenopausal Women In Facing Menopausal Period , A Cross Sectional Study.* 1, 226–230.

Salehi-Pourmehr, H., Ostadrahimi, A., Ebrahimpour-Mirzarezaei, M., & Farshbaf-Khalili, A. (2020). *Does Aromatherapy With Lavender Affect Physical And Psychological Symptoms Of Menopausal Women? A Systematic Review And Meta-Analysis, Complementary Therapies In Clinical Practice.* 39.
<https://doi.org/10.1016/J.Ctcp.2020.101150>

Sari, S. M. (2021). *Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi.* 13(1).

Setiadi. (2013). *Konsep Dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan.* Graha Ilmu.

- Setiawan, H., Sopatilah, E., Rahmat, G., Wijaya, D. D., & Ariyanto, H. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kecemasan Penderita Diabetes Mellitus*. 241–248.
- Shah, Y. R., Sen, D. J., Patel, R. N., Patel, J. S., Patel, A. D., & Prajapati, P. M. (2011). Available Online [Http://Www.Ijddr.In](http://www.ijddr.in) Covered In Official Product Of Elsevier , The Netherlands © 2010 IJDDR *Aromatherapy: The Doctor Of Natural Harmony Of Body & Mind*. 3(1), 286–294.
- Stuart, G. W. (2016). *Prinsip Dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Edisi: Indonesia*. Elsevier.
- Sunito, & Dkk. (2010). *Aroma Alam Untuk Kehidupan*. PT. Raketindo Primamedia Mandiri.
- Sutejo. (2018). *Keperawatan Jiwa, Konsep Dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa Dan Psikososial*. Pustaka Baru Press.
- Trismiyana, E., Lestari, A., & Kunci, K. (2021). *Hormonal Dengan Usia Menopause Pada Wanita Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenten Palembang Tahun 2019*. 11(21), 42–50.