

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN TERAPI AROMATERAPI LAVENDER PADA LANSIA
DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS
(di UPT PSTW Magetan)



Oleh :

AISYI AUNNIDA YAHYA

NIM : 24650544

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
PENERAPAN TERAPI AROMATERAPI LAVENDER PADA LANSIA
DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN
MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS
(di UPT PSTW Magetan)

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Kepada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo Untuk Memperoleh Gelar Ners



Oleh :

AISYI AUNNIDA YAHYA

NIM : 24650544

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2025

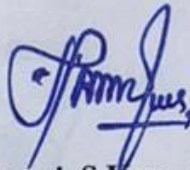
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Oleh : Aisyi Aunnida Yahya
Judul : Penerapan Terapi Aromaterapi Lavender Pada Lansia
Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Dengan
Masalah Keperawatan Ansietas Di Upt Pstw Magetan

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Karya Ilmiah
Akhir di Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo, pada tanggal :

Oleh :

Pembimbing



Rika Mayasari, S.Kep., Ns., M.Kes
NIK. 19850611201503

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 19791214200302

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Oleh : Aisyi Aunnida Yahya

Judul : Karya Ilmiah Akhir Ners Penerapan Terapi Aromaterapi
Lavender Pada Lansia Dalam Menurunkan Tingkat
Kecemasan Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Di
Upt Pstw Magetan

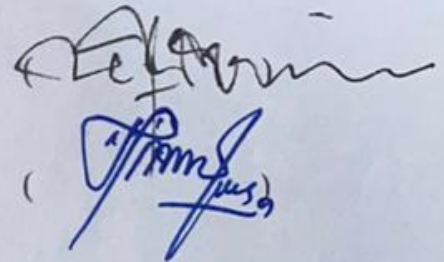
Telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Karya Ilmiah Akhir
di Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Ponorogo, Pada Tanggal :

Tim Penguji

Tanda Tangan

Ketua : Sulistyo Andarmoyo, S. Kep., Ns., M.Kes., Ph.D

Anggota : Rika Maya Sari, S.Kep., Ns., M.Kes



Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 19791214200302

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Aisyi Aunnida Yahya

NIM : 24650544

Institusi : Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu

Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa Karya Ilmiah Akhir (KIA) yang berjudul : “Penerapan Terapi Aromaterapi Lavender Pada Lansia Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Di Upt Pstw Magetan” adalah bukan Karya Ilmiah orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, kami bersedia mendapatkan sanksi.

Ponorogo, 15 Juli 2025

Yang menyatakan



Aisyi Aunnida Yahya
24650544

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan hidayah-Nya saya dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Terapi Aromaterapi Lavender Pada Lansia Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Di Upt Pstw Magetan”. Proposal karya ilmiah akhir ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

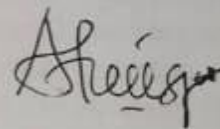
1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Saiful Nurhidayat., S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Sri Andayani., S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Rika Mayasari, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Pembimbing penyusunan KIA yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis.
5. Drs. M. Baban Sobandi, Msi selaku Kepala UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penerapan Karya Ilmiah Akhir.
6. Ayah, mama, adik dan juga seluruh keluarga sebagai support system penuh dalam mengerjakan KIA, terima kasih atas do’a, support, dan nasehat yang tak pernah putus.

7. Rekan-rekan mahasiswa Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang sudah saling menyemangati dalam menyelesaikan KIA.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dan memberikan masukan serta saran sehingga KIA dapat terselesaikan tepat waktu.

Dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir ini penulis sadar jika jauh dari sempurna. Penulisan mengharapkan masukan membangun. Akhirnya, semoga memberi manfaat untuk layanan keperawatan.

Ponorogo, 9 April 2025

Penulis



Aisvi Aunnida Yahya
24650544

ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI AROMATERAPI LAVENDER PADA LANSIA DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN MASALAH KEPERAWATAN ANSIETAS (di UPT PSTW Magetan)

Aisyi Aunnida Yahya

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo

E-mail : aisyiaunnida29@gmail.com

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang umum dialami oleh lansia akibat perubahan fisik, sosial, dan psikologis seiring pertambahan usia. Jika tidak ditangani, kecemasan dapat menurunkan kualitas hidup lansia. Salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif dan aman untuk mengurangi kecemasan adalah aromaterapi lavender, yang memiliki efek relaksasi melalui sistem limbik otak.

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan terapi aromaterapi lavender dalam menurunkan tingkat kecemasan pada lansia dengan masalah keperawatan ansietas di UPT PSTW Magetan.

Metode penelitian menggunakan pendekatan studi kasus dengan langkah asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, evaluasi, dan dokumentasi. Implementasi dilakukan 2x sehari selama 7 hari berturut-turut dengan terapi inhalasi aromaterapi lavender, disertai teknik relaksasi dan komunikasi terapeutik. Skala *Visual Analog Scale for Anxiety* (VAS-A) digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi.

Hasil setelah dilakukan intervensi dan implementasi selama 7 hari, terjadi penurunan tingkat kecemasan lansia dari kategori cemas sedang menjadi cemas ringan. Klien menunjukkan peningkatan relaksasi, kualitas tidur, dan suasana hati yang lebih stabil.

Kesimpulannya, terapi aromaterapi lavender secara inhalasi terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan pada lansia. Intervensi ini dapat dijadikan alternatif non-farmakologis dalam praktik keperawatan gerontik karena praktis, aman, dan ekonomis.

Kata kunci: Lansia, ansietas, aromaterapi lavender.

ABSTRACT

APPLICATION OF LAVENDER AROMATHERAPY IN THE ELDERLY TO REDUCE ANXIETY LEVELS WITH ANXIETY NURSING PROBLEMS

(At UPT PSTW Magetan)

Aisyi Aunnida Yahya

Faculty of Health Sciences, University of Muhammadiyah Ponorogo

E-mail : aisyiaunnida29@gmail.com

Anxiety is a common psychological issue among the elderly, resulting from physical, social, and psychological changes due to aging. If left untreated, anxiety can reduce the quality of life in older adults. One effective and safe non-pharmacological intervention to reduce anxiety is lavender aromatherapy, which provides a calming effect by stimulating the limbic system of the brain.

This study aims to implement lavender aromatherapy to reduce anxiety levels in elderly patients with nursing problems related to anxiety at UPT PSTW Magetan.

Methods this research used a case study approach following the nursing care process, including assessment, diagnosis, planning, implementation, evaluation, and documentation. The implementation was carried out twice daily for seven consecutive days using inhalation of lavender aromatherapy, combined with relaxation techniques and therapeutic communication. The Visual Analog Scale for Anxiety (VAS-A) was used to measure anxiety levels before and after the intervention.

Results After seven days of intervention, the client's anxiety level decreased from moderate anxiety to mild anxiety. Improvements were observed in relaxation, sleep quality, and emotional stability.

Conclusion, Inhaled lavender aromatherapy proved to be effective in reducing anxiety levels in elderly individuals. This intervention can serve as a practical, safe, and cost-effective non-pharmacological alternative in gerontological nursing practice.

Keywords: Elderly, anxiety, lavender aromatherapy.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Penelitian Terdahulu.....	7
BAB 2 TINJAUAN LITERATUR	12
2.1 Konsep Lansia	12
2.1.1 Definisi Lansia	12
2.1.2 Proses dan Teori Menua.....	12
2.1.3 Batasan Lansia	16
2.1.4 Klasifikasi Lansia.....	16
2.1.5 Tipe-tipe Lansia	17
2.1.6 Perubahan yang Terjadi pada Lansia	18
2.1.7 Permasalahan yang Terjadi pada Lansia	20
2.2 Konsep Kecemasan	21
2.2.1 Definisi Kecemasan	21
2.2.2 Etiologi Kecemasan	21
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	23

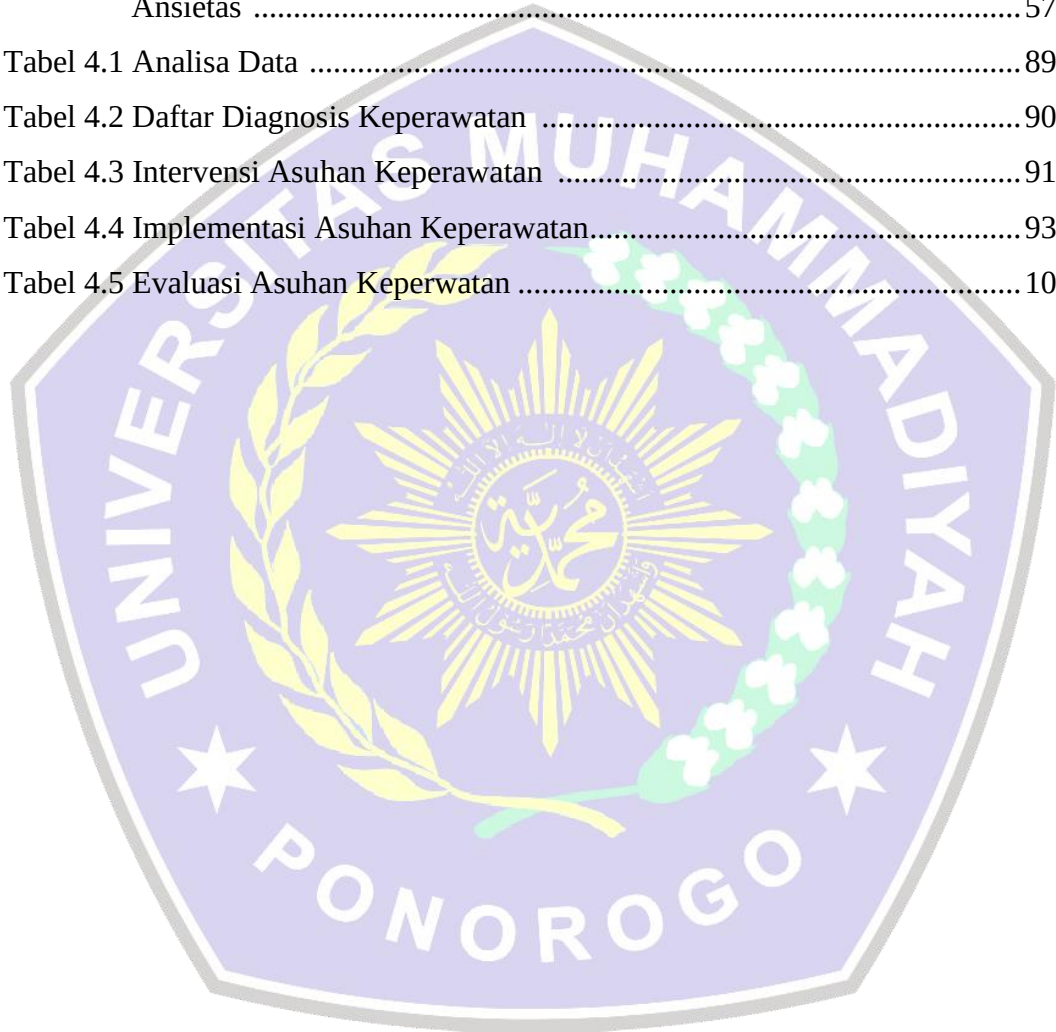
2.2.4	Tanda dan Gejala Kecemasan	25
2.2.5	Tahap Kecemasan	28
2.2.6	Respon terhadap Kecemasan.....	31
2.2.7	Alat Ukur Kecemasan	32
2.2.8	Penatalaksanaan Kecemasan	36
2.2.9	Dampak Kecemasan.....	40
2.3	Konsep Aromaterapi Lavender.....	41
2.3.1	Definisi Aroma Terapi Lavender	41
2.3.2	Mekanisme Kerja Aroma Terapi Lavender.....	41
2.3.3	Manfaat Aroma Terapi Lavender.....	43
2.3.4	Bentuk Bentuk Aroma Terapi	43
2.3.5	Kriteria Inklusi Pemberian Aroma Terapi Lavender	44
2.3.6	Teknik Pemberian Aroma Terapi Lavender.....	45
2.4	Konsep Asuhan Keperawatan Kecemasan pada Lansia.....	47
2.4.1	Pengkajian	47
2.4.2	Diagnosis Keperawatan.....	50
2.4.3	Intervensi Keperawatan.....	51
2.4.4	Implementasi Keperawatan.....	54
2.4.5	Evaluasi Keperawatan.....	55
2.5	EBN	57
BAB 3 METODE LAPORAN KASUS		66
3.1	Metode	66
3.2	Teknik Penulisan	66
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	67
3.3.1	Lokasi penelitian	67
3.3.2	Waktu penelitian	67
3.4	Pengumpulan Data	67
3.4.1	Observasi.....	67
3.4.2	Wawancara	67
3.4.3	Studi Dokumentasi	68
3.5	Alur Kerja (<i>Frame Work</i>).....	68
3.6	Etika Penelitian.....	70
BAB 4 LAPORAN KASUS.....		72
4.1	Pengkajian	72
4.2	Analisa Data.....	89
4.3	Daftar Diagnosis Keperawatan	90

4.4 Intervensi Asuhan Keperawatan	91
4.5 Implementasi Asuhan Keperawatan	93
4.6 Evaluasi Asuhan Keperawatan	103
BAB 5 PEMBAHASAN	109
5.1 Pengkajian Keperawatan	109
5.2 Diagnosis Keperawatan	115
5.3 Intervensi Keperawatan	117
5.4 Implementasi Keperawatan	120
5.5 Evaluasi Keperawatan	123
BAB 6	126
PENUTUP	126
6.1 KESIMPULAN	126
6.2 SARAN	128
DAFTAR PUSTAKA	130



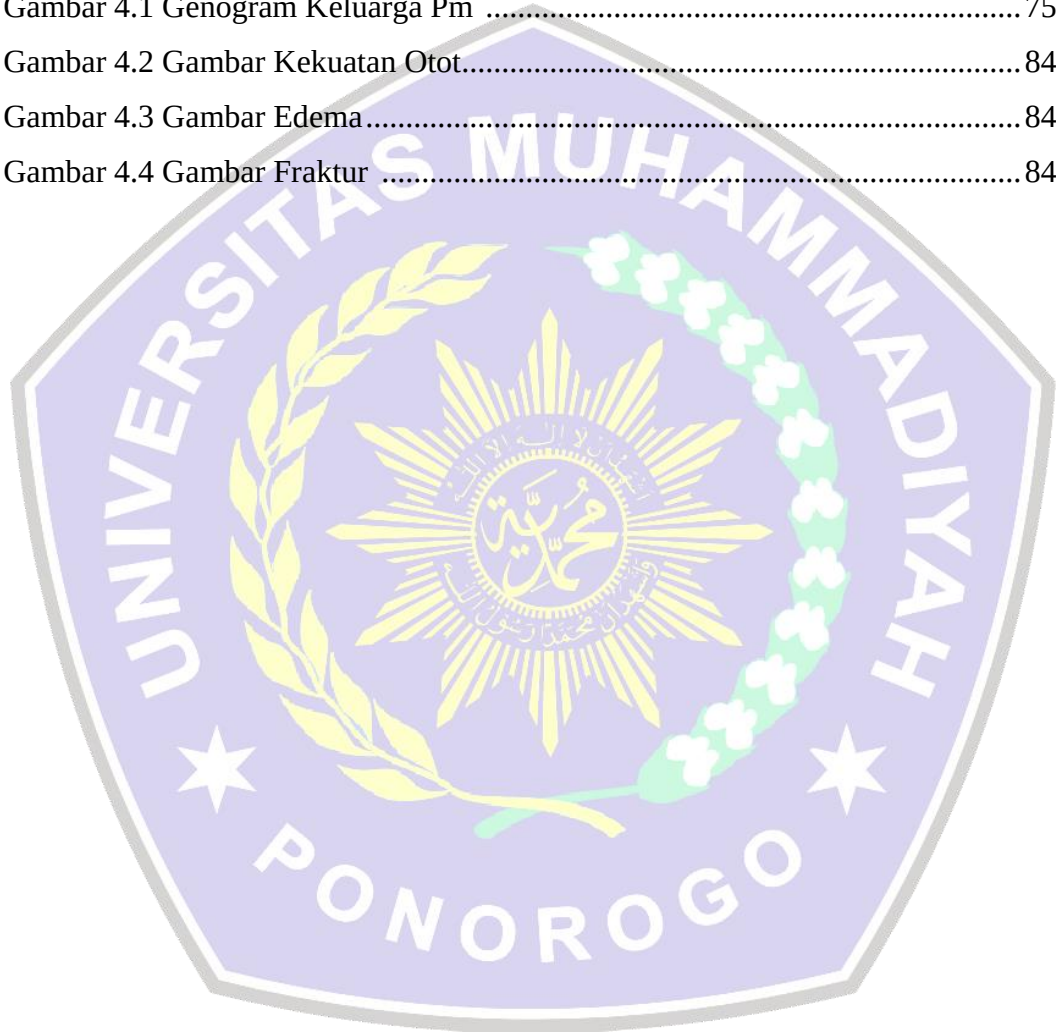
DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Pemeriksaan Fisik	49
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan	51
Tabel 2.3 EBN Penerapan Terapi Aromaterapi Lavender pada Lansia dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Dengan Masalah Keperawatan Ansietas	57
Tabel 4.1 Analisa Data	89
Tabel 4.2 Daftar Diagnosis Keperawatan	90
Tabel 4.3 Intervensi Asuhan Keperawatan	91
Tabel 4.4 Implementasi Asuhan Keperawatan.....	93
Tabel 4.5 Evaluasi Asuhan Keperawatan	103



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rentang Respon Kecemasan	28
Gambar. 3.1 Gambar Frame Work Penerapan Terapi Aromaterapi Lavender Pada Lansia Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Dengan Masalah Keperawatan Ansietas Di UPT PSTW Magetan	69
Gambar 4.1 Genogram Keluarga Pm	75
Gambar 4.2 Gambar Kekuatan Otot.....	84
Gambar 4.3 Gambar Edema.....	84
Gambar 4.4 Gambar Fraktur	84



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian	134
Lampiran 2 Surat Keterangan <i>Etichal Clear</i>	136
Lampiran 3 Penjelasan Untuk Mengikuti Studi Kasus	137
Lampiran 4 <i>Informed Consent</i>	139
Lampiran 5 SOP Inhalasi Aromaterapi Lavender.....	140
Lampiran 6 Instrumen VAS-A.....	142
Lampiran 7 Cek Turnitin.....	143
Lampiran 7 Lembar Berkas Penelitian	144
Lampiran 8 Booklet Penelitian	152
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian	154
Lampiran 10 Lembar Kegiatan Bimbingan	156



DAFTAR SINGKATAN



BAI	: <i>Beck Anxiety Inventory</i>
BPS	: Badan Pusat Statistika
DASS	: <i>Depression Anxiety Stress Scales</i>
DSM-II	: <i>Diagnostic and Statistica Manual of Mental Disorder</i>
GABA	: <i>Gamma Aminobutyric Acid</i>
HARS-A	: <i>Hamilton Rating Scale for Anxiety</i>
HPA	: <i>Hipotalamus-Pituarity Aderenal</i>
IDB	: <i>Inventaris Depresi Beck</i>
MMSE	: <i>Mini Mental State Examination</i>
PM	: Penerima Manfaat
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SNRI	: <i>Serotonin Norepinephrin Reuptake Inhibitors</i>
SOP	: Standar Operasional Prosedur
SPMSQ	: <i>Short Portable Mental Status Questionnaire</i>
T-MAS	: <i>Tailor Manifest Anxiety Scale</i>
UPT	: Unit Pelayanan Terpadu
VAS-A	: <i>Visual Analog Scale for Anxiety</i>
WHO	: <i>World Healt Organization</i>
ZSAS	: <i>Zung Self-Rating Anxiety Scale</i>