

## LAMPIRAN

Lampiran 1

### **POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR**

---

#### **PENJELASAN PENELITIAN**

Judul Penelitian : Penerapan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bandung dalam Mengikuti Pembelajaran *online*

Peneliti : Muhamad Mulyana

Nim : P17320319071

Contact Person : 08518133843 (WA)

Saya mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung Program Studi Keperawatan Bogor, bermaksud mengadakan penelitian mulai tanggal 04 April- 09 April 2022 yang bertujuan untuk mengetahui Pengaruh penerapan aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran online.

Saya menjamin bahwa penelitian ini tidak akan memberikan dampak *negative* bagi siapapun dan dengan diadakannya penelitian ini akan memberikan informasi mengenai penerapan aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran online. Jika selama berpartisipasi dalam penelitian ini responden merasakan ketidaknyamanan, responden berhak untuk berhenti sebagai responden dalam penelitian ini. Peneliti berjanji akan menjunjung tinggi hak – hak responden dengan cara menjaga kerahasiaan data – data yang diperoleh, baik proses pengumpulan, pengolahan, maupun penyajian. Peneliti juga menghargai keinginan responden untuk tidak berpartisipasi dalam penelitian ini. Melalui penjelasan ini, peneliti sangat mengharapkan partisipasi dari responden.

Bogor,      Maret 2022

Peneliti

**KUISIONER A**  
**DATA DEMOGRAFI RESPONDEN**

---

Berikut ini saya membutuhkan informasi mengenai saudara/i. Saya memohon kesediaan saudara/I untuk mengisi data-data dibawah ini :

**Karakteristik responden**

1. Kelas/Tingkat : II-A

II-B

2. Nama : .....

3. Usia :

4. Alamat : .....

5. Nomor Whatsapp : ....

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG**  
**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR**

---

**Lembar Persetujuan Responden**

Setelah diberikan penjelasan tentang penelitian ini secara lisan dan tertulis, saya mengerti tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penerapan aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran online, dan saya juga mengerti manfaat dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender dalam mengurangi kecemasan.

Dengan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Kelas :

Usia :

Bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian penerapan aromaterapi lavender dalam mengurangi kecemasan.

Bogor, April 2022

Peneliti

Responden

( Muhamad Mulyana )

( ..... )

**KUISIONER B**  
**SKALA PENGUKURAN KECEMASAN DENGAN STATE ANXIETY**  
**INVENTORY (S-AI)**

---

**Petunjuk pengisian**

1. Isilah pertanyaan kuesioner dengan benar, jujur dan tanpa paksaan
2. Dalam memilih jawaban hanya diperbolehkan memilih 1 opsi jawaban

Bacalah setiap pertanyaan dan isi salah satu pada setiap pernyataan yang menunjukkan bagaimana perasaan yang anda rasakan biasanya atau pada umumnya. Tidak ada jawaban benar atau salah. Jangan menghabiskan waktu terlalu lama pada setiap pernyataan, berikan jawaban yang paling baik dalam menggambarkan perasaan saat ini.

Tidak sama sekali : Jika perasaan tersebut dirasakan tidak pernah

Sedikit merasakan : jika perasaan tersebut dirasakan kadang-kadang

Cukup merasakan : Jika perasaan tersebut dirasakan sering

Sangat merasakan : Jika perasaan tersebut dirasakan selalu.

**Pilihlah salah satu yang menggambarkan perasaan selama mengikuti pembelajaran daring/*online***

No	Perasaan saya selama pandemi covid 19 ini	Sama sekali tidak merasakan	Sedikit merasakan	Cukup merasakan	Sangat merasakan
1	Saya merasa tenang ketika mengikuti pembelajaran daring/ <i>online</i> dimasa pandemi Covid-19	4	3	2	1
2	Saya merasa aman ketika mengikuti pembelajaran daring/ <i>online</i> dimasa pandemi Covid-19	4	3	2	1
3	Saya merasa tegang dalam mengikuti pembelajaran daring/ <i>online</i> dimasa pandemi	1	2	3	4
4	Saya merasa tertekan pada saat mengikuti pembelajaran online	1	2	3	4
5	Saya merasa tenang	4	3	2	1
6	Saya merasa kesal	1	2	3	4
7	Saya merasa khawatir dengan kemungkinan ketidakberuntungan	1	2	3	4
8	Saya merasa lega	4	3	2	1
9	Saya merasa takut	1	2	3	4
10	Saya merasa nyaman	4	3	2	1
11	Saya merasakan kepercayaan diri	4	3	2	1
12	Saya merasa gugup	1	2	3	4
13	Saya merasa gelisah	1	2	3	4
14	Saya merasa bimbang dikeadaan saat mengikuti pembelajaran daring/ <i>online</i>	1	2	3	4
15	Saya merasa santai dalam mengikuti pembelajaran daring / <i>online</i>	4	3	2	1
16	Saya merasa cukup dengan kondisi saya saat ini	4	3	2	1
17	Saya merasa khawatir pada saat mengikuti pembelajaran online	1	2	3	4
18	Saya merasa bingung dalam mengikuti pembelajaran online	1	2	3	4
19	Saya merasa kuat dalam menghadapi kondisi saat ini	4	3	2	1
20	Saya merasa senang	4	3	2	1

**LEMBAR OBSERVASI**

---

Tabel tingkat kecemasan responden sebelum dan sesudah melakukan aromaterapi lavender.

Tabel ini diisi dengan ceklis pada kategori mana responden mengalami cemas saat diobservasi sebelum dan sesudah melakukan terapi relaksasi aromaterapi lavender.

No	Responden	Tingkat kecemasan	Sebelum	Sesudah	Keterangan
1	(nama)	Tidak ansietas			
		Ansietas ringan			
		Ansietas sedang			
		Ansietas berat			
2	(nama)	Tidak ansietas			
		Ansietas ringan			
		Ansietas sedang			
		Ansietas berat			

**DOKUMENTASI IMPLEMENTASI**

---





**PROSEDUR PELAKSANAAN TEKNIK AROMATERAPI SECARA  
INHALASI DENGAN MENGGUNAKAN TISSUE**

	<b>PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER</b>
Standar Operasional Prosedur	
Pengertian	Memberikan minyak essential lavender kepada responden untuk menurunkan kecemasan
Tujuan dan Manfaat	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengurangi rasa cemas pada saat mengikuti pembelajaran daring/<i>online</i></li> <li>2. Membuat responden lebih nyaman dan relaks</li> </ol>
Peralatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Kuisisioner</li> <li>b. Minyak Essential Lavender</li> <li>c. Tissue</li> <li>d. Jam tangan/arloji</li> </ol>
Prosedur pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengucapkan salam kepada responden</li> <li>2. Memperkenalkan diri</li> <li>3. Menjelaskan tujuan dan manfaat relaksasi aromaterapi</li> <li>4. Menjelaskan prosedur dan tindakan yang akan dilakukan : <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Mengkaji dan mencatat cemas yang dirasakan responden pada kuisisioner</li> <li>b. Teteskan minyak essential lavender sebanyak 5 tetes keatas kertas tissue</li> <li>c. Peneliti memberi aromaterapi pada kertas tissue dan meminta responden menghirupnya dengan 2-3 kali sambil menarik nafas dalam. Anjurkan responden menghirup selama 10 menit, lalu membiarkan responden untuk rileks selama 30 menit sambil tetap menghirup aromaterapi. Dilakukan 2 kali dalam waktu 3 hari</li> <li>d. Mengkaji kembali dan mencatat tingkat kecemasan responden dengan memberikan kembali kuisisioner state anxiety inventory (S-AI)</li> </ol> </li> <li>5. Mengucapkan salam dan terimakasih kepada responden</li> <li>6. Mencatat hasil di lembar observasi</li> </ol>

Sumber : (Terapi et al., 2015)



	<b>POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG</b> <b>PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR</b>	
	<b>FORMULIR BIMBINGAN KTI</b>	




NAMA MAHASISWA : Muhamad Mulyana









NIM : P17320319071






NAMA PEMBIMBING : Amid Salmid, S.KM, M.KM

Judul : Penerapan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bandung Dalam Mengikuti Pembelajaran Online

### CATATAN PROSES BIMBINGAN

NO.	HARI / TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI ( PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN )	TANDA TANGAN PEMBIMBING
1.	Jumat, 18 Februari 2022	Mengajukan Judul KTI Studi Kasus baru	Judul Saya Acc dan lanjutkan ke BAB 1	
2.	Sabtu, 19 Februari 2022	BAB 1 : Pendahuluan	ACC bab 1 lanjutkan ke bab 2	
3.	Senin, 21 Februari 2022	Bab 2 : Tinjauan Pustaka	-Tambahkan materi dan studi literatur yang berhubungan dengan judul	

4.	Selasa,22 Februari 2022	BAB 2 : Tinjauan Pustaka	ACC BAB 2 lanjutkan ke BAB 3	
5.	Kamis, 24 Februari 2022	BAB 3 : Metodologi Penelitian Dan konsul tentang instrumen	Pelajari kembali instrumen dan diperhatikan setiap penulisan kalimat.	
6.	Jumat, 11 Maret 2022	BAB 3 : Metodologi Penelitian  Daftar Pustaka Lampiran	ACC Bab 3 , lampiran dilengkapi	
7.	Sabtu , 12 Maret 2022	Proposal KTI Studi Kasus Lengkap	ACC untuk diujikan pada tanggal 18 Maret 2022	
8	18 April 2022	Bimbingan bab 4 mengenai gambaran umu lokasi penelitian dan profil kampus	Lanjutkan kembali dan lengkapi bab 4 dan selanjutnya	
9	21 April 2022	Mengajukan Bab 4 yang sudah dilengkapi	Tolong dilihat pada tabel yang saya beri warna kuning dan label komen	
10	22 April	Perbaiki Bab 4	Bab 4 acc, lanjut bab 5 dan kti lengkap mulai dari cover sd lampiran	
11	23 April 2022	Bimbingan bab 4 dan bab 5	Minimal bimbingan 3 kali	

12	24 April 2022	Abstrak	Abstrak seperti resume dari bab 1 s.d bab 5 dan lihat panduan KTI	
13	27 April 2022	Bab 5	Bab 5 pada prinsipnya saya acc	
14	28 April 2022	KTI lengkap	Pembenahan keseluruhan redaksi proposal semua diganti menjadi KTI dan rubah tanggal ujian KTI lengkap saya AC	
15	13 Mei 2022	BAB IV	Perbaiki redaksi Ny menjadi Nn. Pada keterbatasan penelitian mengenai informasi dihapus saja	
16	25 Mei 2022	KTI lengkap	KTI ACC dibukukan	

**Ketua Program Studi Keperawatan Bogor**

**Dr. Atik Hodikoh, M. Kep, Sp. Mat**

**NIP. 196704111990032001**