

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung Kampus Prodi D-III Keperawatan Bogor yang beralamat di jalan DR. Sumeru no.116, Menteng, Bogor Barat, Kota Bogor, Provinsi Jawa Barat. Populasi mahasiswa kurang lebih sebanyak 304 jiwa. Prodi Keperawatan Bogor memiliki 2 unit gedung pembelajaran dengan masing-masing gedung berlantai dua dan dengan total kelas pembelajaran yaitu 6 ruang kelas pembelajaran. Terdapat 7 laboratorium. Laboratorium keperawatan dasar, laboratorium keperawatan jiwa dan psikososial, laboratorium keperawatan anak, laboratorium keperawatan medical bedah, laboratorium keperawatan maternitas, laboratorium keperawatan komunitas dan laboratorium keperawatan gawat darurat, adapun ruang penunjang pembelajaran seperti ruang perpustakaan, student corner, ruang depo, dan musholla.

B. Gambaran Umum Responden

Klien yang dijadikan responden adalah Tn. R yang berusia 20 tahun dan beralamat di Karang Tengah, Cianjur. Tn. R merupakan remaja tingkat II semester IV (empat). Pada saat klien mengisi kuisioner klien mengatakan cemas, cemas yang dirasakan klien yaitu karena akan terjun ke lahan praktik RS dirasa masih merasa kurang menguasai baik materi maupun skill lab

karna sejauh ini klien merasa kurang dalam mengikuti pembelajaran online/*daring*. Kecemasan yang dirasakan klien pada saat mengisi kuisisioner S-AI menunjukkan skor 41 yang artinya kecemasan sedang. Biasanya dalam mengurangi rasa kecemasan yang dapat dilakukan klien ialah dengan jalan-jalan keluar dengan mengendarai motor dan menghirup udara segar.

Responden kedua yaitu Nn. P yang berusia 20 tahun dan beralamat di Nanggung Kab. Bogor merupakan remaja tingkat II semester IV (empat) yang mempunyai kecemasan dalam keadaan mengikuti pembelajaran online ini karna merasa kurang memahami materi dengan baik dan masih belum terbiasa belajar jarak jauh secara virtual. Kecemasan yang dirasakan dengan hasil pada saat mengisi kuisisioner S-AI menunjukkan skor 39 yaitu masuk dalam kategori cemas sedang. Biasanya klien dalam mengurangi rasa cemas dengan mendengarkan music.

Responden ketiga yaitu Nn. I yang berusia 19 tahun dan beralamat perumahan nasional Depok Timur merupakan remaja tingkat II semester IV (empat) yang mempunyai kecemasan dalam menghadapi perkuliahan online, klien mengatakan cemasnya diakibatkan pada saat mengikuti pembelajaran online terlalu banyak distraksi dan tidak dapat focus. Kecemasan yang didapatkan melalui kuisisioner berjumlah 38 yaitu kategori kecemasan sedang. Dalam mengurangi kecemasan klien biasa main game

Responden keempat yaitu Nn. A yang berusia 21 tahun dan beralamat di Cibatok Kab Bogor merupakan remaja tingkat II semester IV (empat) yang mengalami kecemasan karna masih merasa kurang dalam hal

skill lab da kuota yang dirasa sangat boros. Kecemasan yang didapatkan melalui kuisisioner berjumlah 39 masuk dalam kategori cemas sedang. Dalam mengurangi rasa cemas biasanya klien menonton film

Klien kelima yaitu Nn. S yang berusia 19 tahun dan beralamat di Citereup Kab Bogor dan kos di Cilendek gg masjid. Nn. S merupakan remaja tingkat II semester IV (empat) yang mengalami cemas dalam pembelajaran online karena klien merasa pembelajaran online tidak efektif ditambah lagi jurusan keperawatan harus mampu menguasai skill tindakan keperawatan. Kecemasan yang didapatkan melalui kuisisioner yaitu berjumlah 38 masuk dalam kategori cemas sedang. Biasanya dalam mengurangi kecemasan klien adalah dengan bermain bersama teman.

C. Hasil Penelitian

Penelitian ini dimulai pada tanggal 28 maret hingga 08 April. Saat dilakukan pengkajian dengan menyebarkan kuisisioner untuk mengetahui penyebab kecemasan lalu diolah data dan kemudian diberikan kuisisioner SAI untuk mengukur tingkat kecemasan yang dirasakan. Didapatkan hasil, Tn. R berusia 20 tahun mengatakan cemas pada saat mengikuti pembelajaran online karna masih kurang dalam memahami materi. Setelah dilakukan pengukuran menggunakan kuisisioner skala SAI (State Anxiety Inventory) didapatkan hasil kecemasan responden yaitu 41.

Nn. P berusia 20 tahun mengatakan kecemasan yang dialaminya ialah karna masih kurang dalam memahami materi dan masih tidak terbiasa

dengan gaya pembelajaran online secara virtual ini. setelah dilakukan pengukuran menggunakan skala SAI (State Anxiety Inventory) didapatkan hasil kecemasan responden yaitu 39.

Nn. I berusia 19 tahun klien mengatakan cemasnya diakibatkan pada saat mengikuti pembelajaran online terlalu banyak distraksi dan tidak dapat focus kadang sakit mata jika sudah terlalu berlama-lama. Setelah dilakukan pengukuran menggunakan skala SAI (State Anxiety Inventory) didapatkan hasil kecemasan responden yaitu 38.

Nn. A berusia 21 tahun klien mengalami kecemasan karna masih merasa kurang dalam hal skill lab dan kuota yang dirasa sangat boros jika belajar online secara virtual. Setelah dilakukan pengukuran menggunakan skala SAI (State Anxiety Inventory) didapatkan hasil kecemasan responden yaitu 39.

Nn. S berusia 19 tahun klien mengatakan mengalami cemas dalam pembelajaran online karena klien merasa pembelajaran online tidak efektif ditambah lagi jurusan keperawatan harus mampu menguasai skill tindakan keperawatan yang masif. Setelah dilakukan pengukuran menggunakan skala SAI (State Anxiety Inventory) didapatkan hasil kecemasan responden yaitu 38.

Tabel 4. 1 Tingkat Kecemasan Sebelum Dilakukan Aromaterapi Lavender

No	Tanggal	Responden	Sebelum	Keterangan
Aromaterapi				
Lavender				
1	28 Maret 2022	Tn. R	41	Cemas Sedang
2	28 Maret 2022	Nn. P	39	Cemas Sedang
3	28 Maret 2022	Nn. I	38	Cemas Sedang
4	28 Maret 2022	Nn. A	39	Cemas Sedang
5	28 Maret 2022	Nn. S	38	Cemas Sedang

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang dialami oleh responden sesuai dengan hasil pengukuran menggunakan skala *State anxiety inventory* (S-AI) sebelum dilakukan aromaterapi lavender adalah pada Tn. R dengan nilai 41 (Cemas Sedang), Nn. P dengan nilai 39 (cemas sedang), Nn.I dengan nilai 38 (cemas sedang), Nn.A dengan nilai 39 (cemas sedang), dan Nn. S dengan nilai 38 (cemas sedang).

Tabel 4. 2 Tingkat Kecemasan sesudah dilakukan Aromaterapi Lavender

No	Tanggal	Responden	Sesudah	Keterangan
Aromaterapi				
Lavender				
1	08 April 2022	Tn. R	30	Cemas Ringan
2	08 April 2022	Nn. P	29	Cemas Ringan
3	08 April 2022	Nn. I	28	Cemas Ringan
4	08 April 2022	Nn. A	30	Cemas Ringan

5	08 April 2022	Nn. S	30	Cemas Ringan
---	---------------	-------	----	--------------

Berdasarkan tabel di atas dari penerapan aromaterapi lavender sebanyak 3x pertemuan selama 3 hari berturut-turut pada tanggal 06 April 2022 sampai dengan 08 April 2022 dalam durasi 10 menit penerapan di Poltekkes Kemenkes Bandung melalui pengukuran tingkat kecemasan menggunakan skala State Anxiety Inventory (S-AI) sebelum dan sesudah dilakukan aromaterapi lavender. Didapatkan hasil tingkat cemas yang dialami oleh responden setelah dilakukan aromaterapi lavender berkurang dengan Tn. R skala cemas 30, Nn. P skala cemas 29, Nn. I skala cemas 28, Nn.A skala cemas 30, dan Nn.S skala cemas 30.

Tabel 4. 3 Perbandingan Skala Kecemasan Sebelum dan Sesudah Aromaterapi Lavender

No	Responden	Nilai sebelum aromaterapi lavender	Nilai sesudah aromaterapi lavender	keterangan
1	Tn. R	41	30	Cemas berkurang
2	Nn. P	39	29	Cemas berkurang
3	Ny I	38	28	Cemas berkurang

4	Nn. A	39	30	Cemas berkurang
5	Ny S	38	30	Cemas berkurang

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan pengukuran skala kecemasan dalam mengikuti pembelajaran online dengan menggunakan skala State Anxiety Inventory (S-AI) didapatkan bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan pada ke-lima responden dengan hasil pada Tn. R mengalami perubahan dari cemas sedang ke cemas ringan, Nn.P mengalami perubahan dari cemas sedang ke cemas ringan. Nn.I mengalami perubahan dari cemas sedang ke cemas ringan, Nn. A mengalami perubahan dari cemas sedang ke cemas ringan, Nn. S mengalami perubahan dari cemas sedang ke cemas ringan

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan aromaterapi lavender pada Tn.R sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 41 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 30 atau cemas ringan, pada Nn.P sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 39 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 29 atau cemas ringan, pada Nn.I sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 38 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 28

atau cemas ringan, pada Nn. A sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 39 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 30 atau cemas ringan, pada Nn.S sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 38 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 30 atau cemas ringan. Penurunan skala cemas setelah dilakukannya aromaterapi lavender pada Tn,R sebesar 11 tingkat, pada Nn.P sebesar 10 tingkat, pada Nn. I sebesar 10 tingkat, pada Nn. A sebesar 9 tingkat, dan pada Nn.S sebesar 8 tingkat. Pembahasan ini memiliki tujuan untuk menginterpretasikan data hasil penelitian dan membandingkan dengan konsep teori dari penelitian-penelitian sebelumnya.

1. Hasil pengukuran cemas sebelum dilakukan aromaterapi lavender

Hasil pengkajian yang didapatkan dengan menggunakan *Google Form* untuk mengetahui penyebab kecemasan pada Tn. R yang berusia 20 tahun, klien mengalami kecemasan dalam mengikuti pembelajaran online, klien merasa kurang memahami materi pembelajaran, koneksi internet masih sering menjadi kendala dalam mengikuti pembelajaran online dan merasa khawatir dengan materi tingkat selanjutnya

Nn. P berusia 20 tahun, mengalami kecemasan dalam mengikuti pembelajaran online, klien merasa kurang memahami materi pada saat pembelajaran online, tidak terbiasanya dengan model pembelajaran jarak

jauh virtual dan berkurangnya fokus terhadap perkuliahan karna banyaknya gangguan lingkungan dan distraksi lainnya.

Nn. I berusia 19 tahun, mengalami kecemasan dalam mengikuti pembelajaran online, klien merasa berkurangnya fokus terhadap pembelajaran online ini karena masih banyaknya distraksi yang terjadi jika belajar dilingkungan rumahnya dan suka merasakan pegal mata jika berlama-lama menatap layar.

Nn.A berusia 21 tahun mengalami kecemasan dalam mengikuti pembelajaran online, klien merasa kurang dalam menguasai kemampuan skill dalam dunia keperawatan atau skill lab dan dirasa terlalu borosnya kuota yang digunakan dalam mengikuti pembelajaran online secara virtual.

Nn. S berusia 19 tahun mengalami kecemasan dalam mengikuti pembelajaran online, klien merasa pembelajaran tidak berjalan seefektif pembelajaran secara langsung/tatap muka dan ditambah lagi klien kurang menguasai skill lab atau kemampuan tindakan keperawatan.

Berdasarkan hasil pengkajian diatas didapatkan hasil dua dari lima responden memiliki kecemasan yang disebabkan karna kurangnya memahami materi pada saat mengikuti pembelajaran online, dua responden memiliki kecemasan yang sama dengan penyebab banyaknya distraksi yang muncul pada saat pembelajaran online, dua responden mengalami kecemasan yang sama karna merasa kurangnya menguasai skill lab atau tindakan lapangan.

Berdasarkan hasil penelitian dari DH Oktawirawan (2020) terdapat hubungan antara kecemasan dalam pembelajaran online, sebanyak 74 pelajar mengalami kecemasan atau pemicu tekanan pada saat pembelajaran online. penerapan kebijakan belajar secara online membuat sebagian pelajar merasa cemas dan tertekan, kurangnya penguasaan materi membuat pelajar kesulitan dan memunculkan kecemasan menghadapi tingkat selanjutnya.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewi, E. U. (2020) sebanyak 9 orang atau sebesar 47,3% mengalami kecemasan sedang pada saat pembelajaran daring/*online*.

2. Hasil Pengukuran kecemasan setelah dilakukan aromaterapi lavender

Setelah dilakukan aromaterapi lavender selama 3 hari berturut-turut dengan durasi waktu implementasi selama 10-15 menit didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan skala kecemasan yang dialami oleh responden, pada Tn. R sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 41 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 30 atau cemas ringan, pada Nn.P sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 39 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 29 atau cemas ringan, pada Nn.I sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 38 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 28 atau cemas ringan, pada Nn. A sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 39 atau cemas sedang dan setelah dilakukan

aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 30 atau cemas ringan, pada Nn,S sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 38 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 30 atau cemas ringan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Setyawan, A., & Oktavianto, E. (2020) aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kecemasan memiliki sifat menenangkan, merangsang tidur, efek anxyolitic dan efek psikologis lainnya. Selain itu, kandungan utama dari bunga lavender adalah *linalyl acetate* dan *linalool* yang memiliki efek *anxyolitic*. Dan linalool memberikan efek relaksasi melalui saraf penciuman

Menurut Ningsih S Singsih (2015) aromaterapi lavender mempunyai efek positif karena aroma yang segar dan harum akan merangsang sensori dan reseptor, yang pada akhirnya mempengaruhi organ lain sehingga dapat menimbulkan efek kuat terhadap emosi dan mampu bereaksi terhadap kecemasan.

3. Perbandingan hasil kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan aromaterapi lavender

Penerapan aromaterapi lavender yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut dengan durasi waktu implementasi selama 10-15 menit mendapatkan hasil adanya penurunan skala kecemasan yang dialami oleh responden. penurunan skala kecemasan setelah dilakukanya aromaterapi lavender pada Tn,R sebesar 11 tingkat yaitu pada saat sebelum

dilakukannya aromaterapi lavender Tn.R mengalami kecemasan 41 (sedang) dan setelah dilakukan aromaterapi lavender sebanyak 30 (ringan). pada Nn.P penurunan skala cemas sebesar 10 tingkat yaitu sebelum dilakukan aromaterapi lavender sebesar 39 (sedang) dan setelah dilakukan aromaterapi lavender sebesar 29 (ringan). pada Nn. I penurunan skala kecemasan sebesar 10 tingkat yaitu sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 38 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 28 atau cemas ringan, pada Nn. A penurunan skala kecemasan sebesar 9 tingkat yaitu sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 39 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 30 atau cemas ringan, dan penurunan skala kecemasan pada Nn.S sebesar 8 tingkat yaitu sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala kecemasan 38 atau cemas sedang dan setelah dilakukan aromaterapi lavender didapatkan hasil skala cemas 30 atau cemas ringan.

Menurut penelitian Setyawan, A., & Oktavianto, E. (2020) terhadap 32 responden yang terdiri dari 16 responden sebagai kelompok control dan 16 responden lainnya sebagai kelompok intervensi (mendapat perlakuan aromaterapi lavender dengan cara inhalasi/menghirup aromateapi yang telah ditetskan pada cotton bud) terjadi penurunan kelompok intervensi sebelum pemberian aromaterapi 57,75 menjadi 51,31 dengan $p = 0,001 < 0,05$.

Artinya pada penelitian ini aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan kecemasan pada saat pembelajaran online. Aromaterapi lavender dapat memberikan efek relaksasi terhadap responden yang menyebabkan rangsangan pada sel-sel reseptor hidung sehingga menstimulus ke dalam sistem limbik, hipotalamuslah yang berperan sebagai *relay* dan *regulator* sebagai penghantar pelepasan pada bagian tubuh lain yang menghasilkan *euphoria*, *relaks* atau *sedative*. Maka dapat disimpulkan pemberian aromaterapi lavender efektif dan memberikan efek relaksasi.

A. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan yang dialami oleh peneliti yaitu sulit untuk menetapkan responden dikarenakan membutuhkan informasi dan waktu yang tepat terkait kesediaan responden dalam penelitian ini karena bertepatan dengan adanya praktik klinik lapangan rumah sakit yang sedang dilakukan oleh responden sebagai tingkat II. Informasi yang diberikan responden pada kuisisioner terkadang tidak menunjukkan hal yang sebenarnya, hal ini terjadi karena adanya perbedaan persepsi dan tanggapan dari tiap responden.

