BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Prodi Keperawatan Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung yang beralamat dijalan Dr. Semeru No 116, RT 01/RW 01, Menteng, Kecamatan Bogor Barat, Kota Bogor, Jawa Barat. Jumlah mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor saat ini adalah 287 mahasiswa dan jumlah dosen mengajar yaitu 27 dosen.

Prodi keperawatan Bogor memiliki fasilitas pembelajaran antara lain 6 ruang praktek laboratorium, dan 6 kelas. Poltekkes Kemenkes bandung memilki perpustakaan terpadu, mushola, asrama, aula, lapangan olahraga, dan kantin. Keadaan umum di Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor, Penerangan cahaya matahari dan lampu yang sudah cukup, serta terdapat banyak ventilasi udara di setiap ruangannya, dan terdapat banyak tumbuh – tumbuhan dilikungan kampus sehingga memberi suasan asri.

B. Gambaran Umum Responden

Responden yang dijadikan responden pertama adalah Nn. A yang berusia 21 tahun dan beralamat di cilendek. Responden merupakan mahasiswa akhir Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor. Pada semester akhir ini sumber stres Nn. A berasal dari pekuliahan yang cukup padat serta tuntutan akademik seperti pemenuhan tugas dan juga

penyusunan karya tulis ilmiah atau yang sering disebut dengan KTI sebagai syarat kelulusan.Responden merasa kurang fokus karena kepadatan perkuliahannya sehingga kurang bisa menyimbangi waktu untuk mengerjakan tugas dan karya tulis ilmiah nya. Responden merasa dirinya mengalami sulit tidur sudah 2 minggu dikarenakan takut tugasnya tidak dapat dirinya kerjakan. Pada saat mengalami kurang fokus dan tidak bisa tenang klien menggunakan aromaterapi chamomile agar Nn. A jauh lebih tenang.

Responden kedua adalah Nn. ET yang berusia 21 tahun dan beralamat di sindang barang. Responden merupakan mahasiswa akhir Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor. Pada semerter akhir ini sumber stress respoden berasal dari perkulihan yang cukup padat serta banyak nya tugas bersamaan dengan penyusunan karya tulis ilmiah (KTI). Responden merasa kurang bisa fokus dan merasa cemas dengan perkulihan yang padat dan tuntutan akademik yang banyak. Responden merasa sulit sekali untuk beristiharat membuat responden menjadi kehabisan energi sehingga mudah terseinggung dengan hal sepele, dan memakan makanan manis jika sedang kurang fokus dan stress. Responden mengatakan dirinya mengalami gangguan tidur karena terjaga di malam hari. Responden menggunakan aromaterapi orange untuk pengharum ruangan saja.

Responden ketiga adalah ASW yang berusia 21 tahun dan beralamat di Bantar sari. Responden merupakan mahasiswa akhir poltekkes kemenkes

bandung prodi keperawatan bogor. Pada semester ini klien merasa tegang dan sulit fokus karena padatnya perkuliahan dan tugas pada semester akhir ini terlebih penyusunan karya tulis ilmiah yang sulit. Respoden jika sedang merasakan stres mengistirahat kan untuk tidak mengerjakan tugas apapun itu, selain itu responden merasa tegang setiap malam memikirkan tugas akhirnya karena sulit mendapatkan pasien. Meliputi hal itu responden menggunakan aromterapi papeprmint dirumah nya pada saat sedang flu saja dikarenakan melegakan pernapasannya.

Responden keempat adalah Nn. J yang berusia 20 tahun dan berlamat di semplak. Responden merupakan mahasiswa akhir Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor. Pada semester akhir ini Responden merasa mudah kesal dan merasa tegang banyaknya tugas dan sulitnya pengumpulan data untuk karya tulis ilmiahnya sehingga menjadi tidak fokus dalam melakukan hal apapun dan terkadang klien mual ketika terus menerus memaksakan mengerjakan tugas nya. Responden jika sedang merasa mudah kesal dan tegang memakan coklat. Meliputi hal tersebut responden menggunakan aromaterapi rose karena menguyukai wanginya.

Responden kelima adalah Nn. H yang berusia 21 tahun dan beralamay di cibinong. Responden merupakan mahasiswa akhir poltekkes kemenkes bandung prodi keperawatan bogor. Pada semester akhir ini responden merasa sangat sulit fokus dengan tugas – tugas yang banyak dan pengerjaan penyusunan karya tulis ilmiah yang harus segera selesai klien merasa tegang, tidak nafsu makan, mudah gelisah dan terkadang sulit tidur

dikarenakan tidak tenang dan mudah lelah pada semester akhir ini. Responden jika sedang mersa seperti itu meminum minuman yang manis dan memakan kripik pedas. Responden mengunakan aromaateapi jasmine dikamarnya karena senang dengan harumnya.

C. Hasil Penelitian

Analisis ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan stress yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir berdasarkan kuesioner yang telah diisi oleh responden dan didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Usia Responden

Tabel 4.1 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Mahasiswa Tingkat Akhir Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor Tahun 2022 (N= 5)

Usia	Jumlah	%
21	4	80%
20	1	20%
Jumlah	5	100%

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukan bahwa usia responden sebagaian besar adalah 21 tahun yaitu sebanyak (80%), sedangkan yang paling sedikit adalah usia 20 yaitu sebanyak 1 responden (20 %).

2. Hasil tingkat stres sebelum dan sesudah Penerapan aromaterapi lavender

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 04 April 2021 hingga 8 april 2021 dengan hasil sebelum pemberian aromaterapi lavender dan sesudah pemberian aromaterapi lavender

Tabel 4.2 Gambaran Tingkat Stres Responden Sebelum Penerapan Aromaterapi Lavender di Potekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor Tahun 2022

(N = 5)

No	Responden	Skor	Kategori Tingkat stres
1	A 04/04/22	30	Berat
2	ET 04/04/22	26	Sedang
3	ASW 04/04/22	23	Sedang
4	J 04/04/22	22	Sedang
5	H 04/04/22	30	Berat

Bedasarkan tabel 4.2 menunjukan bahwa tingkat stres pada mahasiwa akhir poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor menurut penilaian Dass – 42 terdapat 2 responden memiliki tingkat stres berat dan 3 responden memiliki tingkat stres sedang. Dengan rata – rata tingkat stres sebelum penerapan aromaterapi lavender adalah 26

Tabel 4.3 Gambaran Tingkat Stres Responden Setelah Penerapan Aromaterapi Lavender di Potekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor Tahun 2022

(N = 5)

No	Responden	Skor	Kategori Tingkat stres
1	A 04/04/22	9	Normal
2	ET 04/04/22	16	Ringan
3	ASW 04/04/22	9	Normal
4	J 04/04/22	9	Normal
5	H 04/04/22	10	Normal

Bedasarkan Tabel 4.3 tesrsebut setelah dilakukan penerapan aromaterapi lavender pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor selama 3x dalam seminggu menurut penilaian Dass – 42 didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan rata rata pada tingkat stres responden yaitu menjadi 10,6 yaitu 1 Responden dengan katergori ringan dan 4 Responden dengan kategori normal

Tabel 4.4 Gambaran Perbedaan Tingkat stres Sebelum dan Sesudah Menggunakan Aromaterapi lavender Mahasiswa Tingkat Akhir di Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor

(N = 5)

No	Responden	Sebelum 04/04/22		Sesudah 08/04/22	
		Skor	Kategori stres	Skor	Kategori stres
1	A	30	Berat	9	Normal
2	ET	26	Sedang	16	Ringan
3	ASW	23	Sedang	9	Normal
4	J	22	Sedang	9	Normal
5	H	30	Berat	10	Normal
	Rata – rata	26		10,6	

Berdasarkan tabel 4.4 tersebut adalah hasil rekapitulasi tingkat stres mahasiswa akhir menggunakan skala dass – 42 sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender di Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor. Mendapatkan hasil sebelum pemberian aromaterapi lavender 2 responden dengan kategori stres berat, dan dengan kategori sedang 3 responden. Setelah pemberian aromaterapi lavender sebanyak 3 kali dalam seminggu mendapatkan penurunan tingkat stres dengan kategori normal 4 responden, dan kategori ringan 1 responden.

Tabel 4.5 Gambaran Nilai Rata – Rata Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Menggunakan Aromaterapi lavender Mahasiswa Tingkat Akhir di Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor

(N= 5)

	Rata – Rata
Sebelum 04/04/22	26
Setelah 08/04/22	10.6

Berdasarkan Tabel 4.5 menunjukan bahwa menunjukan hasil rata rata (mean) stress mahasiswa tingkat akhir sebelum (pretest) diberikan aromaterapi lavender adalah 26. Sedangkan nilai rata – rata (mean) stress sesudah (posttest) adalah 10,6. Dari hasil mean seblum dan sesudah didapatkan selisih nilai 15,4 dari 5 respnden mahasiswa tingkat akhir. Disimpulkan bahwa terdapat penurunan rata – rata stress mahasiswa setelah penarapan aromaterapi lavender dan sebelum penerapan aromaterapi lavender

D. Pembahasan

Penelitian ini merupakan peneltian tentang pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat stress mahasiswa akhir poltekkes kemenkes bandung rodi keperawatan bogor. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang berjumlah 5 responden

1. Usia Responden

Hasil penelitian menunjukan mahasiswa akhir terbanyak adalah pada usia 21 tahun yaitu 4 responden (80%). Pada tahap ini berada pada masa dewasa muda. Dewasa muda juga sering disebut dengan dewasa awal yaitu antara 20 – 40 tahun. Merupakan tahapan yang paling dinamis sepanjang rentang kehidupan manusia. Menurut Jannah et al., 2021 Dewasa awal adalah masa peralihan dari masa remaja. Masa remaja yang ditandai dengan pencarian identitas diri, pada masa dewasa awal, identitas diri ini didapat sedikit-demi sedikit sesuai dengan umur kronologis dan mental age-nya. Berbagai masalah juga muncul dengan bertambahnya umur pada masa dewasa awal.

2. Hasil pengukuran tingkat stres sebelum dan sesudah dilakukan penerapan aromaterapi lavender

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa pada saat pengukuran Pre test nilai rata – rata stress adalah 26, Pada saat pretest sebagian besar responden merasa tegang pada semester akhir ini yang membuat responden menjadi sulit fokus dengan tugas – tugas di semester akhir ini. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini D.S Yolanda, 2015 yang berjudul pemberian aromaterapi lavender terhadap mahasiswa tingkat akhir menunjukan bahwa pada hasil pretest rata -rata responden adalah 23,12.

Tingkat stres pada mahasiwa akhir poltekkes kemenkes bandung prodi keperawatan bogor menurut penilaian Dass – 42 terdapat 2

responden memiliki tingkat stres berat dan 3 responden memiliki tingkat stres sedang. Menurut Kusumadewi Sri, 2018 Dass – 42 adalah Untuk melihat seberapa besar tingkat gangguan kejiwaan seseorang dapat digunakan beberapa alat ukur. Depression Anxiety Stress Scales (DASS) merupakan salah satu alat ukur yang lazim digunakan. DASS adalah skala asesmen diri sendiri (*self-assesment scale*) yang digunakan untuk mengukur kondisi emosional negatif seseorang yaitu depresi, kecemasan dan stress

Pada penelitian ini di Poltekkes Kemenkes Bandung Prodi Keperawatan Bogor mahasiswa yang menjadi responden sering gelisah dikarenakan stresor akademik yang menuntut mereka. Sehingga membuat mereka merasa tegang terus menerus. Stresor akademik merupakan sumber stress yalng dipicu oleh tekanan akademik, tugas perkuliahan yang menumpuk, persaingan di kampus, usaha yang tidak berhalsil. Mahasiswa yang tidak dapat mengahadapi stresor ini dengan positif, akan mudah merasa bosan dan tidak betah berada di lingkungan kampus (Claludial Falridaly Dewi, 2016)

Setelah dilakukan penerapan aromaterapi lavender selama 3x dalam seminggu didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan rata rata pada tingkat stres responden yaitu menjadi 10,6 yaitu ringan dan normal Responden merasa tenang dan tidak tegang lagi ketika menghirup aromaterapi lavender dan menjadi lebih fokus ketika mengerjakan tugas – tugasnya. Hal tesebut dikarenakan kandungan pada aromaterapi

lavender membuat tenang. Menurut Reny Sulistyowati, 2017 aromaterapi memiliki sifat penenang daln sadatif seperti sakit kepaa, migren, insomnia, gangguan tidur dan ansietas. Aromaterapi lavender mempunyai sifat anagesik yaitu meredakan nyeri, atritis , dan pegal–pega otot. Pada saat pengukuran sebelum penerapan aromaterapi nilai rata– rata stress adalah 26, Sedangkan hasil pengukuran ssesudah penerapan aromaterapi didapatkan nilai rata – rata 10,6 dari hasil rata – rata setelah dan sebelum penerapan aromaterapi lavender didapatkan selisih nilai 15,4 dari jumlah 5 responden, artinya ada pengaruh bermakna aromaterapi lavender terhadap stress mahasiswa tingkat akhir.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Adiwibawa et all., 2020 yang berjudul pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat stress dan motivasi beljar peserta didik, setelah pemberian aromaterapi lavender sebanyak 3 kali . Hasil nya menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat stres belajar sebesar 18,54%.

E. Keterbatasan Penelitan

Keterbatasan yang dialami peneliti yaitu sulit untuk menetapkan waktu dikarenakan responden sangat padat dengan jadwal kegiatannya. Dalam proses pengumpilan data dikarenakan melalui zoom hambatannya terdapat pada sinyal responden yang terkadang kurang bagus. Hal ini terjadi

dikarenakan tidak bisanya memperkirakan dan memantau sinyal yang bagus serta berubah – ubah.