

**PENGARUH *MASSAGE EFFLEURAGE* DENGAN AROMATERAPI MINYAK
ROSEMARY TERHADAP KECEMASAN PADA MAHASISWA SARJANA
KEPERAWATAN TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA
SURAKARTA**

Venny Apriliana Dwi¹⁾, Wahyu Rima Agustin²⁾, Dzurriyatun Thoyyibah ZA.³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada
Surakarta

Aprilianavenny@gmail.com

^{2,3)} Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada
Surakarta

wra.wahyurimaagustin@gmail.com

thoyyibah.za@yahoo.co.id

ABSTRAK

Permasalahan yang muncul ketika seorang mahasiswa menghadapi skripsi, tanpa sebab yang jelas beberapa mahasiswa merasa cemas karena menganggap skripsi merupakan suatu hal yang sulit dikerjakan. Salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk penurunan kecemasan yaitu *massage effleurage* maupun aromaterapi minyak *rosemary*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Massage Effluerage* dengan aromaterapi minyak *rosemary* terhadap penurunan tingkat kecemasan.

Terapi *massage effluerage* dengan aromaterapi minyak *rosemary* dapat dimanfaatkan untuk menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir dengan tujuan menstimulasi otak agar dapat menimbulkan efek relaksasi. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *quasy experiment* dengan desain penelitian *Pretest – Posttest With Control Design* dengan jumlah sampel 40 responden yang diambil dengan teknik *purposive sampling*.

Data diambil di Universitas Kusuma Husada Surakarta, dan dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *mannwhitney*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh teknik *massage effleurage* dengan aromaterapi *rosemary* terhadap penurunan tingkat kecemasan mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas Kusuma Husada Surakarta, dengan kesignifikannya 0,000 dimana $\alpha = < 0,05$.

Kesimpulan, terdapat pengaruh *massage effleurage* dengan aromaterapi minyak *rosemary* yang dapat memberikan efek relaksasi, sehingga menurunkan tingkat kecemasan pada mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas Kusuma Husada Surakarta. Diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dan acuan tambahan untuk penelitian lebih lanjut khususnya bagi pihak lain yang ingin mengganti variabel yang berbeda sehingga dapat bermanfaat untuk banyak orang.

Kata kunci : *Massage Effleurage*, Aromaterapi *Rosemary*, Kecemasan.

Dapus : 57 (2009-2019)

**THE EFFECT OF MASSAGE EFFLEURAGE WITH ROSEMARY OIL
AROMATERAPY TOWARDS ANXIETY ON FINAL-YEAR UNDERGRADUATE
NURSING STUDENTS AT KUSUMA HUSADA UNIVERSITY SURAKARTA**

Venny Apriliana Dwi¹⁾, Wahyu Rima Agustin²⁾, Dzurriyatun Thoyyibah ZA.³⁾

¹⁾ Kusuma Husada University Undergraduate Nursing Study Program Student, Surakarta
Aprilianavenny@gmail.com

^{2,3)} Kusuma Husada University Undergraduate Nursing Study Program Lecturers
wra.wahyurimaagustin@gmail.com
thoyyibah.za@yahoo.co.id

ABSTRACT

The problems that occurred when a student faced a final project, with unknown reasons, some students felt anxious because they thought that the final project was something that was difficult to do. One of alternative that could be used to reduce anxiety was massage effleurage or rosemary oil aromatherapy. This study aimed to determine the effect of Massage Effluerage with rosemary oil aromatherapy on reducing anxiety levels.

Masaage effluerage therapy with rosemary oil aromatherapy could be used to reduce the anxiety level on final-year undergraduate nursing students with the goal of stimulating the brain so that it could cause a relaxing effect. The research design applied was a quasy experiment with a Pretest-Posttest With Control Design with a total sample of 40 respondents taken by purposive sampling technique.

The data were taken at Kusuma Husada University in Surakarta, and analyzed using the Wilcoxon test and the Mannwhitney test. The results indicated that there was an effect of the masaage effleurage technique with rosemary aromatherapy on reducing the anxiety level of the final-year undergraduate nursing students at Kusuma Husada University, Surakarta, with a significance of 0.000 where $\alpha = <0.05$.

In conclusion, there was an effect of massage effleurage with rosemary oil aromatherapy which could provide a relaxing effect, so that could reduce the anxiety levels on final-year undergraduate nursing students at Kusuma Husada University Surakarta. It is hoped that it could be used as a reference and additional guidance for further research, especially for other parties who want to replace different variables so that they can be useful for many people.

Keywords: *Massage Effleurage, Rosemary Aromatherapy, Anxiety.*

References: *57 (2009-2019)*

1. PENDAHULUAN

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia skripsi adalah karangan ilmiah yang wajib ditulis mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya. Keharusan menulis skripsi dimaksudkan agar mahasiswa mampu menerapkan ilmu dan kemampuan sesuai dengan ilmu yang dimiliki kedalam kenyataan yang dihadapi. Skripsi merupakan tolak ukur sejauh mana tingkat pemahaman mahasiswa terhadap ilmu yang dimilikinya (Januarti, 2009).

Data Prevalensi gangguan mental emosional (kecemasan) secara nasional adalah 6% dari jumlah penduduk Indonesia. Provinsi dengan prevalensi gangguan mental emosional tertinggi adalah Sulawesi Tengah (11,6%), sedangkan yang terendah di Lampung (1,2%), sedangkan di Jawa Tengah berada pada angka (4,7%) (Risksedas, 2018).

Terkadang perasaan cemas muncul sebelum mahasiswa mencoba untuk mengerjakan tiap tahapan dalam penyusunan skripsi. Kecemasan atau sering dikenal

khawatir merupakan suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menyenangkan ini umumnya menimbulkan gejala-gejala fisiologis (gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat) dan gejala-gejala psikologis (panik, tegang, bingung, tak dapat berkonsentrasi) (Heri & intan, 2017).

Complementary and Alternative Medicine (CAM) sudah mulai digunakan dan dikembangkan dalam dunia kesehatan. Jenis CAM yang populer digunakan dalam menurunkan kecemasan seseorang yaitu seperti yoga, meditasi, aromaterapi, dan relaksasi melalui pijat (*massage*) (Satria, 2013).

Menurut Fatmawati (2013) *massage effleurage* memiliki efek kondisi relaksasi karena gerakan yang lembut. Terapi ini juga memiliki efek seperti obat penenang dan sangat bermanfaat untuk menenangkan syaraf, stres dan mengurangi ketegangan,

menurunkan nyeri sakit kepala. Efek pada sistem syaraf yaitu dengan menghidupkan kembali dan merangsang sistem syaraf pusat, jaringan akan menghangatkan tubuh dan meningkatkan sirkulasi, aliran getah bening meningkat, membantu untuk menyingkirkan zat beracun.

Upaya lain untuk mengatasi kecemasan yaitu aromaterapi, ada beberapa macam aromaterapi yang dapat menurunkan kecemasan yaitu Lavender, lemon, mawar dan *rosemary*. Aromaterapi minyak *rosemary* dapat menyebabkan perbedaan skor kecemasan dikarenakan minyak tersebut memberikan efek yang rileks terhadap tubuh. Minyak *rosemary* telah diteliti bermanfaat bagi kesehatan yaitu menghilangkan ketegangan mental, menghilangkan depresi, lesu dan kelelahan. Minyak *rosemary* memiliki senyawa 1,8-*cineole* dan *linalool*. Senyawa ini mampu merangsang saraf pusat dan memberikan efek menenangkan (anis dkk, 2016).

Penelitian yang dilakukan Rawiti, dkk (2013) juga mengatakan bahwa aromaterapi yang digunakan

bersamaan dengan teknik pijatan memiliki efek ganda dimana *massage* aromaterapi akan berfokus pada efek pijatan dan keharuman aromaterapinya. selain dari efek penyerapan minyak essensial ke dalam kulit sehingga masuk ke dalam tubuh dan mempengaruhi organ-organ didalamnya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada bulan November 2019 yang dilakukan oleh peneliti di Universitas Kusuma Husada Surakarta, dari 10 mahasiswa yang sedang menjalani tugas akhir (skripsi) diambil data dengan menggunakan kuesioner HARS-A, didapatkan hasil mahasiswa yang tidak cemas 10% atau 1 orang, mengalami cemas sedang sejumlah 50% atau 5 orang dan yang mengalami cemas berat 40% atau 4 orang.

Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui Pengaruh *Massage Effleurage* Dengan Aromaterapi Minyak *Rosemary* Terhadap Kecemasan pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Tingkat Akhir di Universitas Kusuma Husada Surakarta.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di kos / rumah responden dan peneliti di area Universitas Kusuma Husada Surakarta pada bulan Juni 2020. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan desain *quasy experiment* dengan pendekatan *pre test post test with control group*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta sebanyak 165 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Jumlah responden yaitu 20 kelompok intervensi dan 20 kelompok kontrol. Analisa data menggunakan *Wilcoxon* test dan uji *mannwithney*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariat

1) Karakteristik responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi

Karakteristik Responden

Berdasarkan Jenis Kelamin (N=40)

| Jenis kelamin | Kelompok | Intervensi | Kelompok kontrol | Kontrol |
|---------------|---------------|----------------|------------------|----------------|
| | Frekuensi (f) | Prevalensi (%) | Frekuensi (f) | Prevalensi (%) |
| Laki- | 7 | 17.5 | 4 | 10 % |

| | laki | % | | % |
|-------|------|------|----|-----|
| pere | 13 | 32.5 | 16 | 40% |
| mpua | | % | | |
| n | | | | |
| Nilai | 20 | 50% | 20 | 50% |

Berdasarkan tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar jenis kelamin responden pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol adalah perempuan yaitu kelompok intervensi sebanyak 13 (32.5%) mahasiswa dan kelompok kontrol sebanyak 16 (40%) mahasiswa.

Hal ini sesuai dengan Hasil penelitian yang dilakukan Stella, (2014) juga menunjukkan bahwa kecemasan paling banyak dialami oleh perempuan dengan angka 113 responden (66,67%) sedangkan pria dengan angka 57 responden (33,53%). Penelitian yang dilakukan oleh Sanitiara (2013), menunjukkan bahwa responden yang paling banyak mengalami kecemasan adalah perempuan sebesar (70,5%). Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Alicia, (2017) juga menyatakan responden yang mengalami kecemasan paling banyak adalah berjenis kelamin perempuan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik responden Berdasarkan Usia (N=40)

| Ke t | Kelo mpo k | Me an | Me dia n | SD | Mi n | Ma x |
|----------|------------------|-----------|----------------|----------|-----------|-----------|
| Us ia | Inter vensi | 22. 35 | 22. 00 | 0.4 9 | 22. 00 | 23. 00 |
| | Kont rol | 22. 15 | 22. 00 | 0.3 7 | 22. 0 | 23. 0 |

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa rata-rata umur responden pada kelompok intervensi 22 tahun dengan standar deviasi 0.49 dan rata-rata umur responden pada kelompok kontrol 22 tahun dengan standar deviasi 0.37.

Menurut Haynes dalam Demak & Suherman, (2016) menyatakan bahwa usia muda lebih muda terkena tekanan (stres) psikologis dan cemas, karena kesiapan mental dan jiwa yang belum matang serta kurangnya pengalaman. Dalam penelitian ini kecemasan yang paling tinggi berada pada umur 21 sampai 23, hal ini sesuai dengan teori gangguan kecemasan bahwa kecemasan lebih sering dialami pada usia 21- 45 tahun.

2) Tingkat kecemasan responden sebelum diberikan *Massage Effleurage* pada mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir Universitas Kusuma Husada Surakarta kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Tabel 3 Tingkat kecemasan responden sebelum *Massage Effleurage*

| Kategori kecemasan | Kelo mpo k | Inter vensi | Kelo mpo k | Kont rol |
|----------------------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|-----------------------|
| | Frek uensi (f) | Perse ntase (%) | Frek uensi (f) | Perse ntase (%) |
| Tidak ada kecema san | 0 | 0% | 0 | 0% |
| Kecema san ringan | 1 | 5% | 4 | 20% |
| Kecema san sedang | 13 | 65% | 11 | 55% |
| Kecema san berat | 6 | 30% | 5 | 25% |
| Kecema san berat sekali | 0 | 0% | 0 | 0% |

Pada tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa pada kecemasan berdasarkan kuisioner HARS sebelum dilakukan perlakuan paling banyak yaitu termasuk dalam kategori kecemasan sedang sebanyak kelompok intervensi kecemasan berat 16%. Pada kecemasan tingkat sedang memungkinkan seseorang berpusat pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga seseorang mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu

yang lebih terarah. Seseorang akan kelihatan serius dalam memperhatikan sesuatu, tanda-tanda kecemasan tingkat sedang misalnya, suara bergetar, perubahan dalam nada suara takikardi, gemetar, dan peningkatan ketegangan otot (Heri & Intan, 2017).

- 3) Tingkat kecemasan responden setelah diberikan *Massage Effleurage* pada responden mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir Universitas Kusuma Husada Surakarta kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Tabel 4 Tingkat kecemasan responden sesudah diberikan perlakuan kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas Kusuma Husada Surakarta

| Kategori kecemasan | Kelompok | Intervensi | Kelompok | Kontrol |
|------------------------|---------------|----------------|---------------|----------------|
| | Frekuensi (f) | Persentase (%) | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
| Tidak ada kecemasan | 13 | 65% | 1 | 5% |
| Kecemasan ringan | 6 | 30% | 14 | 70% |
| Kecemasan sedang | 1 | 5% | 5 | 25% |
| Kecemasan berat | 0 | 0% | 0 | 0% |
| Kecemasan berat sekali | 0 | 0% | 0 | 0% |

Pada tabel 4 diatas dapat diketahui kecemasan berdasarkan kuesioner HARS-A setelah dilakukan perlakuan paling banyak yaitu kategori tidak ada kecemasan 65%, kategori kecemasan ringan 30%, kategori kecemasan sedang 5%.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amifta, Enik & Priyo, (2019) dengan hasil penelitian sesudah diberikan intervensi terdapat rata-rata 14,67 dengan hasil $p < 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah

efek pemijatan dan keharuman aromaterapinya

Tabel 6 hasil analisa *Wilxocon* kelompok kontrol pada mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas Kusuma Husada Surakarta.

| Variabel | Fase | Mean | Max | Median | SD | Z | p value |
|---|------------------|-------|-------|--------|------|--------|---------|
| <i>Massage Effleurage</i> dengan <i>cream massage</i> | <i>Pre test</i> | 16.00 | 39.00 | 25.25 | 5.52 | -3.627 | 0,000 |
| | <i>Post test</i> | 15.00 | 27.00 | 20.15 | 3.30 | | |

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa nilai mean *Masaage Effleurage* dengan *Cream Massage* sebelum dilakukan perlakuan pada kelompok kontrol adalah 25.25 dan nilai mean sesudah dilakukan perlakuan pada kelompok kontrol adalah 20.15.

Menurut Fatmawati, (2013) yaitu bahwa *Massage Effleurage* memiliki efek kondisi relaksasi karena gerakan yang lembut, memiliki aksi obat penenang dan sangat bermanfaat untuk menenangkan syaraf, stress dan mengurangi ketegangan, menurunkan nyeri sakit kepala, pola insomnia rusak, *Effleurage* dapat

menghidupkan kembali dan merangsang system syaraf pusat, jaringan akan menghangatkan tubuh dan meningkatkan sirkulasi, aliran getah bening meningkat, membantu untuk menyingkirkan zat beracun.

2.2 Perbedaan tingkat kecemasan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol terhadap kecemasan pada mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas Kusuma Husada Surakarta

Tabel 7 Hasil *analisis mann whitney* setelah dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas Kusuma Husada Surakarta.

| Variabel | Fase | Mean | Max | Median | SD | Z | p value |
|---|------------------|-------|-------|--------|------|-------|---------|
| <i>Massage Effleurage</i> dengan <i>cream massage</i> | <i>Pre test</i> | 8.00 | 21.00 | 13.40 | 4.13 | -3.26 | 0,000 |
| | <i>Post test</i> | 15.00 | 27.00 | 20.15 | 3.30 | | |

Berdasarkan tabel 7 hasil uji *mann whitney* menunjukkan ada perbedaan

pengaruh *massage effleurage* dengan aromaterapi *rosemary* terhadap kecemasan pada mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir Universitas Kusuma Husada Surakarta pada kelompok kontrol maupun kelompok intervensi dapat dilihat dari *p value* $0,000 < 0,05$. Pada hasil ini menunjukkan bahwa kelompok intervensi dan kelompok kontrol sama-sama berpengaruh terhadap tingkat kecemasan mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas Kusuma Husada Surakarta.

Hal ini sejalan dengan Rawiti dkk, (2013) menjelaskan bahwa pijat aromaterapi merupakan cara yang populer untuk menggunakan minyak esensial dan aromaterapi juga masuk melalui pernafasan, ditambah lagi terapi fisik dari pijat itu sendiri, selain dari efek penyerapan minyak esensial ke dalam kulit sehingga masuk ke dalam tubuh dan mempengaruhi organ-organ didalamnya, keharuman dari aromaterapi tersebut akan dihirup oleh hidung dan bau itu ditangkap oleh

hipotalamus yang akan melepaskan hormon endorfin yang akan membuat relaksasi.

Menurut Solikhah, (2013) Aromaterapi *rosemary* dapat menyebabkan perbedaan skor kecemasan dikarenakan minyak tersebut memberikan efek yang rileks terhadap tubuh. Menurut (Supartini, 2012) Aromaterapi *rosemary* telah diteliti bermanfaat bagi kesehatan antara lain menghilangkan ketegangan mental, menghilangkan depresi, lesu dan kelelahan serta meningkatkan kinerja kognitif.

4. KESIMPULAN

1. Karakteristik responden menunjukkan, mayoritas usia responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah 22-23 tahun. Jenis kelamin kelompok intervensi laki-laki 17,5% dan perempuan 32,5% untuk kelompok kontrol laki-laki 10,0% dan perempuan 40,0%.
2. Tingkat kecemasan responden sebelum diberikan *massage effleurage* dengan aromaterapi minyak *rosemary* pada

kelompok intervensi kategori kecemasan sedang 65%, kecemasan berat 30%, kecemasan ringan 5%, tidak ada kecemasan 0%, kecemasan berat sekali 0%.

3. Tingkat kecemasan responden sebelum diberikan *massage effleurage* dengan *cream massage* pada kelompok kontrol kategori kecemasan sedang 55%, kecemasan ringan 20%, tidak ada kecemasan 0%, kecemasan berat 25, kecemasan berat sekali 0%.
4. Tingkat kecemasan responden setelah diberikan *massage effleurage* dengan aromaterapi minyak *rosemary* pada kelompok intervensi kategori tidak ada kecemasan 65%, kecemasan ringan 30%, kecemasan sedang 5%, kecemasan berat 0%, kecemasan berat sekali 0%
5. Tingkat kecemasan responden setelah diberikan *massage effleurage* dengan *cream massage* pada kelompok kontrol kategori tidak ada

kecemasan 5%, kecemasan ringan 70%, kecemasan sedang 25%, kecemasan berat 0%, kecemasan berat sekali 0%

6. Pengaruh pemberian *massage effleurage* dengan aromaterapi minyak *rosemary* dan *massage effleurage* dengan *cream massage* pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol menunjukkan bahwa sama-sama ada pengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada mahasiswa sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas Kusuma Husada Surakarta dengan *p-value* $0,000 < 0,05$.

5. SARAN

1. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah studi kepustakaan dan diharapkan menjadi masukan yang berarti dan bermanfaat bagi mahasiswa ilmu keperawatan dalam memahami psikologi seseorang yang mengalami kecemasan.

2. Bagi peneliti

Penelitian ini menjadi referensi peneliti dalam menurunkan tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa tingkat akhir yang sedang melakukan penelitian tugas akhir.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi bahan acuan tambahan untuk penelitian lebih lanjut khususnya bagi pihak lain yang ingin mengganti *massage effleurage* dengan variabel yang berbeda sehingga dapat bermanfaat untuk banyak orang.

4. Bagi profesi perawat

Bagi profesi perawat penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber ilmu informasi dan referensi bahan acuan dalam dunia keperawatan non farmakologi penanganan kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anis, Pertiwi, Indriansari, A & Kusumaningrum, A. (2016). Pengaruh aromaterapi rosemary (rosmarinus officinalis) terhadap penurunan tingkat kecemasan akibat hospitalisasi pada anak usia prasekolah. *Jurnal leperawatan sriwijaya*. Volume 3, no 1. 2355-5459
- Fatmawati, V. (2013). Penurunan Nyeri Disabilitas Dengan Intregated Neuromuscular Inhibition Tecniques Dan Msaage Effluerage Pada Myofascial Trigger Point Syndrome Otot Trapezius Bagian Atas. *Sport And Fitnrs Journal* Volume 1, No 1, 6071
- Heri & intan.(2017). Tingkat Kecemasan dan Strategi Koping Menghadapi Stres pada Mahasiswa Tingkat Persiapan Bersama Tahun Akademik Vol. 11(2) : 43.
- Januarti, R. (2009). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dosen Pembimbing Dengan Tingkat Stres Dalam Menulis Skripsi. Oktober 20, 2010. <http://etd.eprints.ums.ac.id>
- Pertiwi, P. A. (2016). Pengaruh Aromaterapi Jasmine Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Gout Di Puskesmas Bergas Kabupaten Semarang.
- Rawiti, S. A. (2013). Pengaruh Pijat Tangan dengan Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Sebelum Ujian Lab Keperawatan. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, 113-119
- Sadock, B.J & Sadock, V.A. (2009). *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry, 10th Edition*. Philadelphia: LIPPINCOTT WILLIAMS & WILKINS.

- Satria, D. (2013). Complementary and alternative medicine (CAM): fakta atau janji?. *Idea Nursing Journal*. Volume IV, No 3. 2087-2879
- Supartini, Y. (2012). Buku ajar konsep keperawatan anak. Jakarta: EGC
- Solikhah, U. (2013). Efektifitas lingkungan terapeutik terhadap reaksi hospitalisasi pada anak. *Jurnal Keperawatan Anak*. 1(1). 1-9.
- Stella Tinia Hasianna. (2014). *Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Satu di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Tahun 2014*. Program Studi Kedokteran: Universitas Kristen Maranatha Bandung.