

**Pengaruh Pemberian Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Kelas 3 di SMA N 1 Karanganyar**

**Nimang Kurnia Aziska<sup>1)</sup>, Galih Priambodo<sup>2)</sup>, Ririn Afrian Sulistyawati<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>3)</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

[nimangaziska2000@gmail.com](mailto:nimangaziska2000@gmail.com)

**ABSTRAK**

Kecemasan adalah rasa takut dan khawatir individu terhadap banyak hal. Pada usia remaja khususnya usia sekolah menengah keatas biasanya sering terjadi kecemasan karena khawatir akan prestasinya dan rasa takut dalam proses pembelajaran apabila tidak bisa mengikutinya. Rasa takut dan khawatir yang berujung kecemasan pada siswa dapat mengganggu daya ingat dan konsentrasi untuk belajar yang efektif. Sehingga perlu adanya penanganan kecemasan, salah satunya dengan metode relaksasi untuk mengurangi kecemasan. Salah satu metode relaksasi untuk menurunkan kecemasan dengan pemberian aromaterapi (bunga mawar). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap tingkat kecemasan siswa kelas 3 di SMA N 1 Karanganyar . Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, menggunakan metode *Quasi Experiment* dengan *Pre And Post Test With Control Group*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 80 responden dengan teknik sampel yang digunakan yaitu *accidentak sampling*. Hasil penelitian menunjukkan usia rata-rata responden 17 tahun dan mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 25 orang (62,5%) pada kelompok intervensi dan 27 orang (67,5%) pada kelompok kontrol . Tingkat kecemasan sebelum diberikan aromaterapi bunga mawar adalah sebanyak 17 orang (42,5%) pada kelompok intervensi maupun kelompok control dalam kategori ringan dan sesudah diberikan aromaterapi bunga mawar adalah sebanyak 19 orang (47,5%) kategori tidak ada kecemasan, 19 orang (47,5%) kategori kecemasan ringan. Hasil dari uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa *p value* 0,000 (*p value* <0,05) sehingga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap tingkat kecemasan siswa kelas 3 di SMA N 1 Karanganyar

Kata Kunci: *Aromaterapi Bunga Mawar; Kecemasan, Remaja*

Daftar Pustaka : 58 (2011-2023)

**THE EFFECT OF ROSE AROMATHERAPY ON THE ANXIETY LEVELS OF 3RD-YEAR STUDENTS AT SMA N 1 KARANGANYAR**

**Nimang Kurnia Aziska<sup>1)</sup>, Galih Priambodo<sup>2)</sup>, Ririn Afrian Sulistyawati<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup> Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta

<sup>3)</sup> Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta

[nimangaziska2000@gmail.com](mailto:nimangaziska2000@gmail.com)

**ABSTRACT**

Anxiety is a feeling of fear and worry that individuals experience regarding various aspects of life. During adolescence, particularly in senior high school, anxiety often arises due to concerns about academic performance and the fear of falling behind in the learning process. The fear and worry that culminate in anxiety among students can disrupt memory retention and effective learning concentration. Hence, it is necessary to address anxiety. One of the efforts involves relaxation methods. A relaxation method to reduce anxiety is the application of aromatherapy (rose scent). This research aimed to determine the effect of rose aromatherapy on the anxiety levels of 3rd-year students at SMA N 1 Karanganyar. This study adopted a quantitative research approach, utilizing the Quasi-Experimental method with pre- and post-tests with a Control Group. The research sample comprised 80 respondents selected using accidental sampling.

The study found that the average age of the respondents was 17 years old, with 25 females (62.5%) in the intervention group and 27 individuals (67.5%) in the control group. Before receiving rose aromatherapy, 17 individuals (42.5%) in both the intervention and control groups had mild anxiety. After the aromatherapy, 19 respondents (47.5%) had no anxiety, while 19 respondents (47.5%) still experienced mild anxiety. The results of the Wilcoxon test obtained a p-value of 0.000 (p-value <0.05). It inferred an effect of rose aromatherapy on the anxiety levels of 3rd-year students at SMA N 1 Karanganyar.

**Keywords:** Rose Aromatherapy, Anxiety, Adolescents

**References:** 58 (2011-2023)

Translated by Unit Pusat Bahasa UKH  
Bambang A Syukur, M.Pd.  
HPI-01-20-3697

## PENDAHULUAN

Kecemasan adalah suatu keadaan emosi saat individu sedang stress yang ditandai dengan perasaan tegang, individu mengalami perasaan yang khawatir disertai respon fisik seperti naiknya tekanan darah, jantung berdetak kencang. (APA dalam Musayaroh et.al 2020). Menurut WHO populasi global penderita gangguan kecemasan pada tahun 2015 diperkirakan 3,6%. Gangguan kecemasan sendiri lebih sering terjadi pada wanita daripada pria (4,6% dan 2,6%). Jumlah penderita gangguan kecemasan di dunia diperkirakan dengan total 264 juta jiwa. Peningkatan sebesar 20% dari tahun 2020 sebagai akibat dari meningkatnya jumlah pertumbuhan penduduk.

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) dari Kementerian Kesehatan Indonesia pada tahun 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia ada 6% atau sekitar 14 juta penduduk untuk usia 15 tahun ke atas yang mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan dan depresi dan jumlah tersebut semakin meningkat seiring dengan meningkatnya usia.

Kecemasan dapat dialami oleh siapa saja, karena setiap manusia akan mengalaminya dan bagaimanapun rasa cemas dalam batas wajar merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Akan tetapi jika kecemasan seseorang melebihi batas wajar, akan berdampak terganggunya orang tersebut terhadap kecemasannya. Pada akhirnya akan berakibat pada ketidakmampuan dirinya berpikir secara rasional. Keadaan cemas biasanya dipicu oleh situasi-situasi lingkungan tertentu. Seseorang mungkin akan merasa cemas pada saat mereka mengalami suatu kejadian yang baru (Putri,2020)

Kecemasan bagi siswa akan memunculkan masalah-masalah yang berhubungan dengan prestasi dan berdampak psikologis. Deskripsi umum bahwa kecemasan perasaan tertekan dan tidak tenang serta berpikiran kacau disertai penyesalan. Mahasiswa tingkat akhir, akhirnya sering tidak punya ide dan bagaimana cara memulai skripsi. Ada banyak masalah yang dihadapi siswa seperti masalah yang timbul dari dalam diri siswa itu sendiri yang dapat memicu pada konsentrasi. (Yunere & Yaslina, 2020).

Banyak metode yang digunakan untuk memulihkan stres dan kecemasan, salah

satunya dengan menggunakan teknik dan metode relaksasi (Siahaan, 2013 dalam Nikmatul, 2015). Teknik relaksasi salah satu alternatif yang dapat diberikan untuk mengurangi respon kecemasan. Dapat membantu orang menjadi rilek dan dapat memperbaiki berbagai aspek kesehatan fisik serta dapat mengontrol diri sehingga mengambil respon yang tepat saat berada dalam situasi yang menegangkan (Prabowo, 2012 dalam Nikmatul, 2015). Nonfarmakologi lebih sederhana dan tanpa efek samping yang merugikan (Stuart, 2012).

Salah satu metode relaksasi untuk menurunkan kecemasan adalah dengan pemberian aromaterapi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dengan menghirup aromaterapi mampu meningkatkan konsentrasi akibat kecemasan (Davis, dkk, 2013 dalam Nikmatul, 2015). Salah satu jenis tumbuh-tumbuhan penghasil minyak esensial yang sering digunakan untuk merilekskan tubuh serta mengurangi kecemasan dengan cara inhalasi berasal dari bunga mawar, karena dibandingkan dengan bunga – bunga lain seperti bunga melati maupun lavender yang juga berbau harum, bunga mawar memiliki 15% total senyawa kimia geraniol dengan komponen berbeda dari bunga lainnya yang berasal dari kelopak bunganya dan efek wangi yang dihasilkan juga lebih menyegarkan. Selain itu kelopak bunga mawar juga mengandung 3,71% senyawa kimia linalool yang bersifat sedative (Diskominfo Kebumen 2019).

Aromaterapi bunga mawar adalah terapi dengan menggunakan essensial bunga mawar. Saat ini aromaterapi sangat berkembang untuk digunakan sebagai pengobatan yang dapat mencegah dan menyembuhkan tanpa efek samping yang berbahaya (Astuti & Nugrahwati, 2018). Peneliti lebih memilih aromaterapi bunga mawar karena terapi tersebut mudah dilakukan oleh semua kalangan dan bahannya mudah didapatkan, bunga mawar memiliki kandungan minyak astiri yang mempunyai aroma wangi yang tajam, minyak astiri pada bunga mawar mengandung senyawa phenyl ethyl, alcohol, geraniol, nerol, dan citronello yang ketika dihirup kemudian akan diinterpretasikan oleh sel neuron dan dihantarkan ke sistem limbik dan hipotalamus sehingga akan memberikan

rangsangan pada memori dan respon emosional.

Minyak mawar mengandung Nerol yang mempunyai bau harum sehingga biasa digunakan sebagai bahan minyak bau terapi yang dapat memberikan efek menenangkan, mengurangi depresi, ketegangan, mengendorkan saraf dan mengurangi nyeri. Selain kandungan nerol pada minyak mawar juga memiliki kandungan citral, eugenol, geraniol, citronellol, farnesol, linalool, dan phenylethyl alcohol. Penggunaan aromaterapi mawar bisa menumbuhkan perasaan tenang pada jasmani, pikiran, dan rohani. Aromaterapi mawar juga memiliki efek analgesik lokal dan antispasmodik (Uysal, 2016).

### METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah *Quasi Experiment*. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan *Pre And Post Test With Control Group*. Penelitian ini dilakukan di SMA N 1 Karanganyar pada bulan Juli 2023. Populasi dalam penelitian ini 390 siswa yaitu semua siswa kelas 3 yang terdiri dari 6 kelas. Sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 80 responden yang sudah dihitung dengan rumus *Slovin* dan menggunakan teknik sampel yaitu *accidental sampling*. Pemilihan sampel menggunakan kriteria inklusi antara lain siswa-siswi kelas 3 yang tercatat aktif, siswa-siswi yang bersedia menjadi responden, siswa-siswi yang tidak mengalami gangguan pernapasan. Sedangkan untuk kriteria eksklusi antara lain siswa-siswi yang tidak mengikuti seluruh pertemuan dan siswa-siswi yang tidak mengisi kuisioner pretest. Instrument penelitian berupa kuisioner kecemasan yaitu kuisioner HARS (Hamilton Rating Scale For Anxiety) yang sudah diuji validitas dan reabilitas oleh peneliti-peneliti sebelumnya yang terdiri dari 14 butir pertanyaan. Hasil uji validitas dari peneliti sebelumnya mendapat nilai 0,8 dan pada bagian corrected item total correlation semua pertanyaan bertanda positif oleh karena itu kuisioner HARS dinyatakan valid. Sedangkan hasil uji reabilitas didapatkan nilai *Cronbach alpha* yaitu 0,793 dimana nilai koefisien 0,60. Analisis univariat pada penelitian ini adalah usia dan jenis kelamin yang disajikan dalam bentuk data distribusi frekuensi dan presentase. Analisa bivariat dalam penelitian

menggunakan uji wilcoxon untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi bunga mawar dan menggunakan uji mann whitney untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan pada kelompok intervensi dan kelompok control. Tahap pengumpulan data diawali dengan peneliti mengidentifikasi siswa yang menjadi responden kemudian menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian dengan memberikan informed consent untuk ditanda tangani oleh responden. Kemudian dihari yang sama dilaksanakan preteset pada kelompok intervensi dan kelompok control dengan mengisi lembar kuisioner kecemasan. Setelah itu kelompok intervensi diberikan aromaterapi bunga mawar. Kemudian di hari berikutnya kelompok intervensi diberikan aromaterapi bunga mawar. Selanjutnya pada hari berikutnya kelompok intervensi masih diberikan aromaterapi bunga mawar. Setelah itu kelompok intervensi maupun kelompok control mengisi kembali lembar kuisioner untuk data posttest. Selanjutnya kelompok control baru diberikan aromaterapi bunga mawar agar sama mendapat perlakuan. Setelah mendapat data peneliti melakukan analisis data menggunakan Uji Wilcoxon dan Uji Mann Whitney. Sebelum penelitian telah dilakukan Ethical Clearance dari Universitas Kusuma Husada Surakarta dengan No. 1468/UKH/L/02/EC/VII/2023.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

**Table 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia (n=40)**

Usia	Mean	Median	Standar Deviasi	Min	Max
Intervensi	17	17	0,00	17	17
Kontrol	17	17	0,00	17	17

Berdasarkan table 1 diketahui distribusi frekuensi responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa rata-rata responden berusia 17 tahun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Dewi et al., (2021) menunjukkan bahwa kematangan dalam proses berpikir pada individu yang berumur dewasa lebih memungkinkan untuk menggunakan mekanisme koping yang baik. Sehingga umur menunjukkan kematangan individu yang mempengaruhi kecemasan. Semakin umur bertambah maka kematangan dan koping yang baik sehingga kecemasan semakin berkurang.

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin (n=40)**

Jenis kelamin	Kelompok			
	Intervensi		Kontrol	
	F	%	F	%
Laki-laki	15	37,5%	13	32,5%
Perempuan	25	62,5%	27	67,5%
Jumlah	40	100%	40	100%

Berdasarkan tabel 2 diketahui distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 25 responden (62,5%) pada kelompok intervensi dan 27 responden (67,5%) pada kelompok kontrol.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian dari Rinaldi (2020) yang menunjukkan rata-rata kecemasan perempuan yaitu 18,4401 sedangkan rata-rata kecemasan laki-laki yaitu 16,2207 yang berarti bahwa kecemasan perempuan lebih tinggi daripada laki-laki. Kecemasan pada perempuan lebih rentan dibandingkan laki-laki karena laki-laki lebih aktif dan eksploratif dalam merespon kecemasannya, sedangkan wanita lebih sensitive dan memilih memendam semua perasaannya. Hal itu terjadi karena wanita terlalu peka dengan emosinya sehingga dapat menyebabkan kecemasan (Sri Redjeki, dkk 2019).

**Tabel 3 Tingkat Kecemasan Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum Pemberian Aromaterapi Bunga Mawar**

Pre Test	Kelompok			
	Intervensi		Kontrol	
	F	%	F	%
Tidak ada kecemasan	5	12,5%	9	22,5%
Kecemasan ringan	17	42,5%	17	42,5%
Kecemasan sedang	14	35%	12	30%
Kecemasan berat	4	10%	1	2,5%
Kecemasan sangat berat	0	0%	1	2,5%
Jumlah	40	100%	40	100%

Berdasarkan table 3 diketahui bahwa mayoritas tingkat kecemasan responden sebelum diberikan intervensi pemberian aromaterapi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dalam kategori kecemasan

ringan masing-masing sejumlah 17 responden (42,5%).

Hasil penelitian serupa yang dilakukan oleh Rahma (2016) yang menyatakan bahwa rata-rata tingkat kecemasan sebelum diberikan aromaterapi mawar adalah 15,5 berada pada kecemasan ringan (kecemasan ringan = 14-20) dengan standar deviasi 4,92.

**Table 4 Tingkat Kecemasan Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum Pemberian Aromaterapi Bunga Mawar**

Pre Test	Kelompok			
	Intervensi		Kontrol	
	F	%	F	%
Tidak ada kecemasan	19	47,5%	10	22,5%
Kecemasan ringan	18	45%	19	42,5%
Kecemasan sedang	3	7,5%	8	30%
Kecemasan berat	0	0%	1	2,5%
Kecemasan sangat berat	0	0%	3	2,5%
Jumlah	40	100%	40	100%

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa mayoritas tingkat kecemasan responden setelah diberikan intervensi pada kelompok intervensi dalam kategori tidak ada kecemasan yaitu sebanyak 19 responden (47,5%) dan kelompok kontrol mayoritas dalam kategori kecemasan ringan yaitu masing-masing sejumlah 19 reseponden (47,5%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Rahma (2016) menyatakan bahwa tingkat kecemasan sesudah diberikan aromaterapi mawar adalah 13,07 menunjukkan tidak ada kecemasan (tidak ada kecemasan <14). Sedangkan penelitian Yustin (2011) menyatakan bahwa aromaterapi bunga mawar dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi, hal tersebut dibuktikan dari penurunan sebaran data yang dilihat dari median sebelum terapi 13 berada pada kecemasan sedang (kecemasan sedang = 11-17) dan sesudah terapi 6 berada pada kecemasan ringan (kecemasan ringan= 6-10)

**Tabel 5 Pengaruh Pemberian Arometapi Bunga Mawar Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Kelas 3 di SMA N 1 Karanganyar Uji Wilcoxon (40)**

Variabel	Kelompok		
	Kelompok	Z	p
Kecemasan (pre dan post)	Intervensi	-3,557 <sup>b</sup>	0,000
Kecemasan (pre dan post)	Kontrol	-1,000 <sup>b</sup>	0,317

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi diperoleh nilai p value  $0,000 < 0,05$  sehingga terdapat pengaruh yang signifikan pemberian aromaterapi terhadap tingkat kecemasan siswa kelas 3 di SMA N 1 Karanganyar. Pada kelompok kontrol tidak diberikan intervensi diperoleh nilai p value  $0,317 < 0,05$  sehingga tidak terdapat perubahan kecemasan kelompok kontrol.

Metode analisis yang digunakan untuk menguji perbedaan kecemasan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol yaitu menggunakan uji Man-whitney

#### Uji Man Whitney (n=40)

Variabel	Kelompok	p
Kecemasan	Intervensi	0,008
	Kontrol	

Hasil uji man whitney diperoleh nilai p value  $0,008 < 0,05$  sehingga terdapat perbedaan kecemasan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan pemberian aromaterapi dan tanpa perlakuan pada kelompok kontrol.

Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariza (2017) uji hipotesis dengan uji paired t-test diperoleh nilai  $p \leq \alpha = 0,05$  dengan p value = 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi bunga mawar.

#### KESIMPULAN

- Menunjukkan bahwa semua responden berusia 17 tahun baik pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Responden mayoritas berjenis kelamin perempuan sejumlah 25 responden (62,5%) pada kelompok intervensi dan 27 responden (67,5%) pada kelompok kontrol. Laki-laki berjumlah 15 orang (37,5%) pada kelompok intervensi dan 13 orang (32,5%) pada kelompok kontrol
- Tingkat kecemasan responden sebelum diberikan aromaterapi bunga mawar pada

kelompok intervensi dan kelompok kontrol dalam kategori ringan yaitu masing-masing 17 responden (42,5%)

- Tingkat kecemasan reseponden setelah diberikan aromaterapi bunga mawar pada kelompok intervensi dalam kategori tidak ada kecemasan yaitu sebanyak 19 responden (47,5%) dan kelompok kontrol mayoritas dalam kategori kecemasan ringan sejumlah 19 responden (47,5%)
- Hasil penelitian didapatkan ada pengaruh pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap tingkat kecemasan siswa kelas 3 di SMA N 1 Karanganyar dengan nilai p value  $0,000 < 0,05$  ( p value < 0,05)

#### SARAN

Berdasarkan tingkat kecemasan yang menurun pada responden diharapkan mampu menerapkan perilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki yaitu mengatasi kecemasan dengan relaksasi sederhana dan untuk peneliti selanjutnya diharapkan mampu menjadikan riset penelitian ini sebagai bahan acuan serta dapat memberikan informasi mengenai aromaterapi sebagai terapi relaksasi dan bisa mengembangkan metode relaksasi sederhana untuk mengatasi kecemasan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abbas Khoirul dan Husnawati. (2021). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Ekstrak Mawar (*Rosa Centifolia*) dan Ekstrak Lemon (*Citrus Lemon*) Terhadap Tekanan Darah Wanita Lansia. Universitas For De Kock Bukittinggi. *Jurnal Human Care*. Vol.6 No.3
- Aulya Yenny, dkk. (2021). Perbandingan Efektivitas Aromaterapi Lavender dan Mawar Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Walakanta Serang. Universitas Nasional Jakarta. *Journal for Quality in Women's Health* Vo.4 No.1
- Chrisnawati, G., & Aldino. (2019). Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala HARS Berbasis Android. V(2), 277-282
- Fitriyah Nikmatul. (2015). Pemberian Tindakan Relaksasi (Aromaterapi Lavender Oil) Pada Asuhan Keperawatan Ny.S Sebelum Tindakan Operasi Untuk

Menurunkan Tingkat Kecemasan di Ruang Kantil 2 RSUD Karanganyar. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma Husada Surakarta

Kholifah Nur, dkk. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Mawar Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Bedah Mayor di RSUD Waled Kabupaten Cirebon. Stikes Mahardika. Jurnal Kesehatan Mahardika. Vo.6 No.1

Koensoemardiyah. (2015). Aromaterapi Untuk Kesehatan, Kebugaran, dan Kecantikan. Lily Publisher. Yogyakarta, 55-59

Rimadona, Marsya. (2016). Hubungan Keikutsertaan Bimbingan Belajar Terhadap Kejadian Kecemasan Pada Ssiwa Kelas XII Dalam Menghadapi SBMPTN di SMA 1 Payakumbuh. Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

Sammy, Walasary, dkk. (2015). Tingkat Kecemasan Pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 5 Ambon Dalam Menghadapi Ujian Nasional. Jurnal E-Clinic. Vol.3 No.1

Sukma Meutia AS, dkk. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Mawar Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan di Praktek Mandiri Bidan Jawiriyah Kota Banda Aceh. Universitas Abulyatama Aceh Besar. Journal of Healthcare Technology and Medicine. Vol. 8 No.2

Uysal, M. (2016). Investigating The Effect of Rose Essensial Oil in Patient With Primary Dysmnorhea Complementary Therapies in Clinical Practice. 9(4) 37-38

Yustin, Arfines. (2011). Pengaruh Wewangian Terhadap Tingkat Kecemasan. Vo.1 No.1