

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, Februari 2021**

ABSTRAK

Ovisca Abdilla Zisty

PENGARUH AROMATERAPI PEPPERMINT DAN MURROTAL AL-QURAN TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA

90 hal + 12 tabel + xv + 13 lampiran

Latar Belakang : lansia adalah suatu tahapan akhir dari perkembangan daur kehidupan yang seringkali mengalami penurunan fungsi psikologis, biologis, sosial, dan ekonomi. Penurunan tersebut memunculkan berbagai masalah kesehatan salah satunya kecemasan. Kecemasan merupakan gangguan mental dan alam perasaan ditandai dengan perasaan gelisah, kekhawatiran yang dirasakan secara terus menerus. Penggunaan aromaterapi dan murrotal al-quran merupakan contoh dari terapi distraksi untuk mengatasi kecemasan secara signifikan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui adanya pengaruh penggunaan aromaterapi peppermint dan murrotal al-quran terhadap kecemasan lansia.

Metode : Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif menggunakan metode *Quasi Eksperimental* dengan rancangan *pre-post test with control group*. Jumlah sampel sebanyak 60 responden menggunakan teknik *purposive sampling*. Kecemasan diukur menggunakan kuesioner SRAS. Uji statistik pada penelitian ini menggunakan Uji *Wilcoxon*.

Hasil : Berdasarkan analisa data diperoleh, saat *pre-test* pada kelompok intervensi terbanyak adalah kecemasan ringan 24 responden dengan presentase (80,0%) dan 6 responden kecemasan sedang dengan presentase (20%). Pada kelompok kontrol terbanyak kecemasan sedang 16 responden (53,3%). *Post-test* pada kelompok intervensi turun menjadi tidak cemas 30 responden dengan presentase (100%). Pada kelompok kontrol naik menjadi 21 responden mengalami kecemasan sedang dengan presentase (70,0%).

Simpulan : Terdapat pengaruh yang signifikan penggunaan aromaterapi peppermint dan murrotal al-quran terhadap kecemasan lansia antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan *p value* 0,000 (<0,05).

Kata Kunci : Aromaterapi peppermint dan murrotal al-quran, kecemasan, lansia.

Daftar Pustaka : 31 (2012-2020)

BACHELOR OF SCIENCE IN NURSING

FACULTY OF NURSING SCIENCE

SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG

Thesis, February 2021

ABSTRACT

Ovisca Abdilla Zisty

THE EFFECT OF PEPPERMINT AROMATHERAPY AND MURROTAL AL-QURAN TOWARDS ANXIETY IN ELDERLY

90 pages + 12 table + xv + 13 appendices

Background : Elderly is a final stage in development of life cycle which often experiences a decline in psychological, biological, social and economic functions. This decline caused various health problems, one of them is anxiety. Anxiety is a mental disorder characterized by feeling restless, worrying that is felt continuously. The use of peppermint aromatherapy and murrotal al-quran are examples of distraction therapy to manage anxiety significantly. The purpose of this study is to determine the effect of using peppermint aromatherapy and murrotal al-quran towards anxiety in elderly.

Method : This quantitative research used a Quasi Experimental pre-post test design with control group. Researcher was used 60 respondents as a sample with purposive sampling technique. The anxiety is measured by using the Self-Rating Anxiety Scale (SRAS) questioner. The data analysis used were Wilcoxon statistical tests.

Result : According to the data analyse obtained that, the pre-test in the most intervention group was mild anxiety as 24 respondents with a percentage of (80.0%) and moderate anxiety as 6 respondents with a percentage of (20%). In the most control group, moderate anxiety as 16 respondents with a percentage of (53.3%). Post-test in the most intervention group, decreased to 30 respondents not anxious with a percentage of (100%). In the control group, increased to 21 respondents who experienced moderate anxiety with a percentage of (70.0%).

Conclusion : There is a significant effect of using peppermint aromatherapy and murrotal al-quran towards anxiety in elderly between the intervention group and the control group with p value 0.000 (<0.05).

Keywords : Peppermint aromatherapy and murrotal al-quran, anxiety, elderly

Bibliographies : 31 (2012-2020)

KATA PENGANTAR