



## PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI INHALASI LAVENDER (*LAVANDULA ANGUSTIFOLIA*) TERHADAP KECEMASAN PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RUMAH SAKIT ROYAL PRIMA MEDAN

Audrey Berliance Telaumbanua<sup>1\*</sup>, Jesica Geibby Sinaga<sup>2</sup>, Azuana<sup>3</sup>, Indah Sartika<sup>4</sup>, Chrismis  
Novalinda Gintin<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Prodi Ilmu Keperawatan Universitas Prima Indonesia  
[telaumbanuaudrey@gmail.com](mailto:telaumbanuaudrey@gmail.com)

### Abstrak

Penyakit ginjal kronis (CKD) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang penting di seluruh dunia, yang menyebabkan peningkatan morbiditas dan mortalitas. Selain itu, CKD dapat berkembang menjadi gagal ginjal, sehingga memerlukan pengobatan penggantian ginjal seumur hidup untuk mempertahankan kehidupan. Tujuan dari penelitian ini untuk menentukan apakah memberikan aromaterapi inhalasi lavender dapat mempengaruhi penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang sedang menjalani terapi hemodialisis. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi experimental melalui pendekatan desain one group pretest post- test. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 134 orang sedangkan sampel pada penelitian ini sebanyak 32 responden. Hasil penelitian didapatkan bahwa Tingkat kecemasan responden sebelum dilakukan tindakan keperawatan mayoritas kecemasan berat sedangkan setelah adanya tindakan pemberian aroma terapi *Lavandula Angustifolia* dengan metode penguapan atau inhalasi pada pasien adanya perubahan tingkat kecemasan, ada perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah ada tindakan mandiri keperawatan dan berdasarkan analisis didapatkan hasil mean 0,781, Std, deviation 1.128 dan nilai sig. 2 tailed 0.000 artinya adanya pengaruh aroma terapi *Lavandula Angustifolia* yang dapat mengakibatkan perubahan tingkat kecemasan yang dialami oleh responden.

**Keywords :** Aromaterapi; *Lavandula Angustifolia*; Kecemasan; Hemodialisa

### Abstract

Constant kidney infection (CKD) is a significant general medical condition around the world, prompting expanded grimness and mortality. What's more, CKD can advance to kidney disappointment, requiring long lasting kidney substitution treatment to keep up with life. The point of this study was to decide if giving lavender inward breath fragrant healing could lessen nervousness levels in patients going through hemodialysis treatment. This examination utilizes quantitative techniques with a semi trial configuration utilizing a one gathering pretest post-test configuration approach. The populace in this study was 134 individuals, while the example in this study was 32 respondents. The exploration results showed that the uneasiness level of respondents before the nursing activity was done was that the larger part had serious tension, though after the activity of managing *Lavandula Angustifolia* aromatic healing utilizing the vanishing or inward breath technique to the patient there was an adjustment of the degree of nervousness, there was a distinction in the degree of tension when the free nursing activity occurred and in view of the examination it was found mean outcome 0.781, sexually transmitted disease, deviation 1.128 and sig esteem. 2 followed 0.000 intends that there is an impact of *Lavandula Angustifolia* fragrance based treatment which can bring about changes in the degree of uneasiness experienced by the

**Kata Kunci :** Aromatherapy; *Lavandula Angustifolia*; Anxiety; Hemodialysis

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2024

✉ Corresponding author :

Address : Universitas Prima Indonesia

Email : [telaumbanuaudrey@gmail.com](mailto:telaumbanuaudrey@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Gagal Ginjal Kronik (GGK) atau Chronic Kidney Disease (CKD) Adalah perubahan progresif kondisi ginjal, baik dari segi struktur maupun fungsi yang dipicu oleh berbagai faktor (Kalantar-Zadeh et al., 2021). Jika fungsi ginjal menurun hingga tidak dapat berfungsi lagi, maka pasien dianggap berada dalam fase gagal ginjal kronik, dimana fase tersebut merupakan fase paling akhir dan paling serius dari penyakit ginjal. Secara medis, Gagal Ginjal Kronik (GGK) dapat diartikan sebagai penurunan laju filtrasi ginjal atau estimasi laju filtrasi glomerulus di bawah 60 mL/menit/1,73 m<sup>2</sup> selama minimal 3 bulan. Diagnosis gagal ginjal kronik ditegakkan jika fungsi ginjal menurun hingga mencapai 85% atau lebih rendah dari nilai awal selain itu diagnosis Gagal Ginjal Kronik (GGK) dapat ditegakkan melalui pemeriksaan darah dan analisis urine (Vaidya SR, Aeddula NR, 2022).

Berdasarkan data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2018, mengindikasikan bahwa satu dari sepuluh penduduk dunia mengalami masalah kesehatan Gagal Ginjal Kronik (GGK) dengan perkiraan 5 hingga 10 juta kematian pasien terjadi setiap tahun.

Selain itu, diperkirakan terdapat 1,7 juta kematian tiap tahun yang disebabkan oleh kerusakan ginjal akut (Zulfan et al., 2021). Menurut statistik nasional, sekitar 713.783 individu telah terjangkit penyakit gagal ginjal kronik, dan 2.850 di antaranya menjalani pengobatan hemodialisis. Di Jawa Barat, jumlah penderita gagal ginjal kronik mencapai 131.846 orang, menjadikannya provinsi dengan angka tertinggi di Indonesia, sementara itu Jawa Tengah berada di posisi kedua dengan jumlah kasus mencapai 113.045 orang. Sementara itu, di Sumatera Utara terdapat 45.792 penderita gagal ginjal kronik. Dari jumlah tersebut, 355.726 penderitanya adalah laki-laki, sementara 358.057 penderitanya adalah perempuan (Kemenkes, 2019). Untuk mengatasi kondisi ini, terdapat berbagai jenis terapi, salah satunya adalah hemodialisis. Lamanya menjalani terapi hemodialisis dapat memberikan dampak pada aspek psikologis pasien seperti kecemasan, menyebabkan gangguan dalam proses berpikir, konsentrasi, dan berinteraksi. Pasien dengan Gagal Ginjal Kronik umumnya menjalani proses hemodialisis dua atau tiga kali dalam seminggu, selama tiga hingga lima jam pada setiap sesi. Tindakan ini dilakukan dengan tujuan

meningkatkan kualitas hidup pasien (Nabila et al., 2020).

Hemodialisis merupakan tindakan medis yang dilaksanakan untuk member-sihkan darah dari zat berbahaya dan limbah yang umumnya dikeluarkan oleh ginjal. Definisi hemodialisis oleh para ahli mencakup metode pengobatan yang menggunakan mesin dialisis untuk men-yaring darah, kemudian mengembali-kannya ke dalam tubuh setelah melalui proses penyaringan. Proses ini berperan dalam menjaga keseimbangan cairan, elektrolit, dan zat kimia dalam tubuh, sekaligus mengurangi gejala yang terkait dengan kondisi gagal ginjal atau penyakit ginjal kronis.

Kecemasan sering kali dialami oleh pasien hemodialisis. Kecemasan ini muncul karena terapi tersebut berlangsung seumur hidup, dan pasien tergantung pada mesin hemodialisis yang pelaksanaannya rumit, memakan waktu lama, dan memerlukan biaya yang cukup besar (Damanik, 2020). Ansietas atau kecemasan merujuk pada gangguan perasaan yang ditandai oleh adanya perasaan ketakutan atau kekhawa-tiran yang mendalam dan berlanjut (Rahmanti et al., 2023). Salah satu metode untuk mengurangi kecemasan adalah melalui penerapan terapi non-farmakologis, seperti terapi komplementer.

Aromaterapi merupakan contoh dari pengobatan komplementer yang melibatkan penggunaan bahan cair, seperti minyak esensial yang berasal dari tanaman, yang menguap dan memiliki pengaruh terhadap aspek-aspek seperti kejiwaan, emosi, fungsi kognitif, dan kesehatan seseorang (Rahmanti et al., 2023). Salah satu jenis aromaterapi yang berguna adalah lavender. keunggulan minyak lavender dibandingkan dengan minyak esensial lainnya terletak pada kandungan utama bunga lavender, yaitu linalylacetate dan linalool. Keduanya memiliki efek anxiolytic, sementara kandungan racunnya relatif rendah dan jarang menyebabkan reaksi alergi (Setyawan dan & oktavianto, 2020).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RS Royal Prima Medan, ditemukan informasi bahwa dalam kurun waktu kurang dari satu bulan terakhir, sebanyak 134 pasien yang menjalani hemodialisis secara teratur, yakni sebanyak 2 kali setiap minggunya. RS Royal Prima Medan adalah rumah sakit kelas B yang telah berhasil lulus akreditasi dari Komisi Akreditasi Rumah Sakit (KARS) pada tingkat paripurna. Selain itu, rumah sakit ini berperan sebagai rumah sakit rujukan dari berbagai fasilitas

kesehatan di wilayah Sumatra Utara. Sebagai hasilnya, banyak pasien, termasuk mereka yang menderita gagal ginjal kronik dan menjalani terapi hemodialisis di ruang hemodialisis, memilih RS Royal Prima Medan untuk mendapatkan perawatan.

Dengan mempertimbangkan latar belakang permasalahan yang telah dijelaskan, peneliti merasa tertarik untuk melaksanakan studi dengan judul mengenai "Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di Rs Royal Prima Medan". Salah satu tujuan penelitian ini adalah untuk menilai apakah pemberian aromaterapi inhalasi lavender memiliki efek terapeutik terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang sedang menjalani terapi hemodialisis.

### METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi experimental melalui pendekatan desain one group pretest post-test. Penelitian dilaksanakan dengan mengadakan pre-test sebelum intervensi dan post-test setelah intervensi. Penelitian ini dilakukan di ruangan Hemodialisa lantai 3B Rumah Sakit Umum Royal Prima Medan pada tahun 2023, pada bulan Desember 2023.

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh pasien yang menderita gagal ginjal kronik di ruang Hemodialisa Rumah Sakit Umum Royal Prima Medan pada bulan Oktober, dengan jumlah total sebanyak 134 orang sedangkan sampel pada penelitian ini sebanyak 32 responden. Pada penelitian ini menggunakan dua analisa yaitu analisa univariat dan bivariat. Analisa univariat dilaksanakan dengan tujuan untuk mengamati ciri-ciri responden, yang mencakup informasi mengenai usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan terakhir, dan durasi menjalani hemodialisis. Analisis bivariat dilakukan dengan menerapkan uji dependent t-test dan independent t-test. Uji dependent t-test digunakan untuk mengevaluasi perbedaan rata-rata kecemasan sebelum (pre-test) dan setelah (post-test).

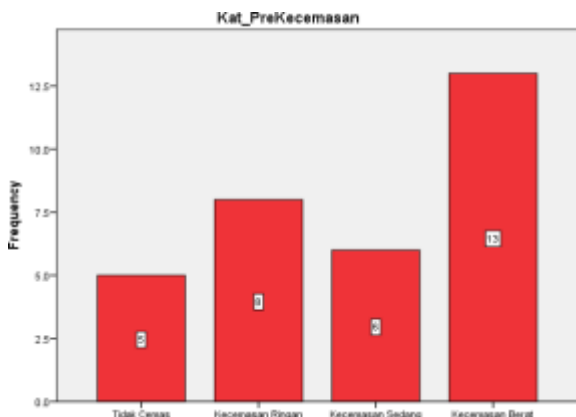
### HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Jumlah	Persentase
1	Umur		
	40-45 tahun	3	9.4
	46-50 tahun	6	18.8
	51-55 tahun	8	25.0
	56-60 tahun	5	15.6
	61-65 tahun	4	12.5
	66-72 tahun	6	18.8
Total	32		100
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	17	53.1
	Perempuan	15	46.9
Total	32		100
3	Agama		
	Islam	17	53.1
	Kristen	8	25.0
	Buddha	7	21.9
Total	32		100
4	Pendidikan		
	S-1	6	18.8
	SMA	12	37.5
	SMP	9	28.1
	SD	4	12.5
	Belum sekolah	1	3.1
Total	32		100

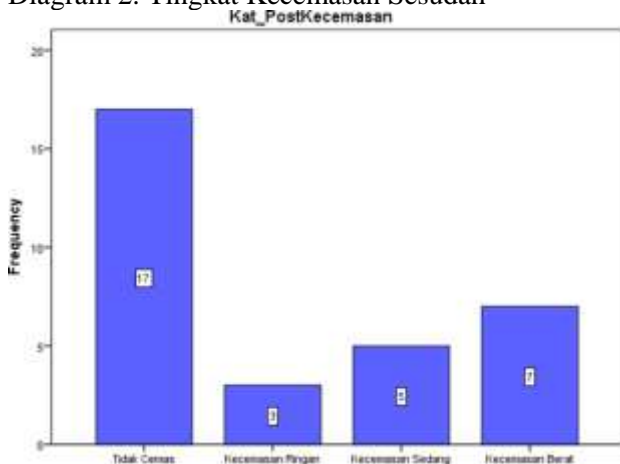
Dari tabel diatas dapat dijelaskan bahwa berdasarkan umur mayoritas responden dengan 51-55 tahun sebanyak 8 responden (25%) dan umur yang paling sedikit berumur 40-45 tahun sebanyak 3 orang (9.4%). Berdasarkan jenis kelamin mayoritas laki-laki sebanyak 17 responden (53.1%) dan perempuan 15 responden (46.9%). Berdasarkan agama mayoritas beragama Islam 17 responden (53.1%) dan minoritas budha sebanyak 7 responden (21.9%). Sedangkan berdasarkan pendidikan mayoritas SMA sebanyak 12 responden (37.5%) dan minoritas belum sekolah 1 responden (3.1%).

Diagram 1. Tingkat Kecemasan Sebelum



Dari gambar diagram diatas dapat dijelaskan bahwa pada saat peneliti melakukan penelitian didapatkan bahwa tingkat kecemasan responden mayoritas kecemasan berat sebanyak 13 responden (40.6%) dan minoritas tidak cemas sebanyak 5 responden (15.6%).

Diagram 2. Tingkat Kecemasan Sesudah



Dari gambar diatas dapat menggambarkan bahwa tingkat kecemasan yang dialami oleh responden setelah adanya tindakan pemberian aroma terapi *Lavandula Angustifolia* dengan metode penguapan atau inhalasi pada pasien adanya perubahan tingkat kecemasan dimana tidak cemas sebanyak 17 responden (53,1%), kecemasan ringan sebanyak 3 respoden (9,4), kecemasan sedang 5 responden (15,6%) dan kecemasan berat 7 responden (21,9%).

Tabel 2. Perbedaan Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah dilakukan Tindakan Pemberian Aroma Terapi *Lavandula Angustifolia*

Variabel	Mean	Std. Deviation	t	Sig. (2-tailed)
PreKecemasan- PostKecemasan	0.781	1.128	3.917	0.000

Pada tabel 2 menggambarkan tentang perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah ada tindakan mandiri keperawatan dengan pemberian aroma terapi *Lavandula Angustifolia* dengan mean 0,781, Std,deviation 1.128 dan nilai sig. 2 tailed 0.000 yang dapat diambil kesimpulan bahwa adanya pengaruh aroma terapi *Lavandula Angustifolia* yang dapat mengakibatkan perubahan tingkat kecemasan yang dialami oleh responden.

### Pembahasan

#### Tingkat Kecemasan Sebelum pada Pasien Gagal Ginjal Kronik

Pada hasil penelitian yang telah dilakukan oleh didapatkan hasil bahwa pasien gagal ginjal kronik mayoritas mengalami kecemasan berat selama menjalani hemodialisa, kecemasan yang dialami pasien ini rata rata dialami oleh pasien-pasien yang baru menajalani hemodialisa, responden khawatir tindakan yang dilakukan gagal dan merasa ketakutan terhadap jarum suntik yang besar serta darah yang keluar dari pembuluh darahnya.

Menurut Parmentier (2024) kecemasan adalah pengalaman emosional yang tidak menyenangkan terkait dengan mengantisipasi kejadian di masa depan mencakup keadaan afektif yang merupakan respons normal dan adaptif ketika mengantisipasi ancaman karena berkontribusi terhadap perilaku pemecahan masalah atau pengaturan diri dalam kondisi ketidakpastian. Kecemasan adalah keadaan emosi primitif yang mungkin timbul sebagai akibat dari penilaian lingkungan yang cepat dan tidak disadari digambarkan dengan ekspektasi yang gelisah akan risiko masa depan yang tidak menentu dan tidak dapat dihindari, dan disertai dengan efek samping fisiologis dari tekanan dan peningkatan kesiapan yang tekun. (Tan et al., 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lina et al., 2020) menjelaskan bahwa sebelum adanya tindakan mandiri keperawatan setengah dari jumlah responden mengalami kecemasan berat dengan keluhan yang dialami kaku, nyeri otot, suara tidak stabil, kedutan otot, dan gigi gemerutuk. Sejalan

dengan peneliti (Hasanah & Anik Inayati, 2021) bahwa dari hasil penelitiannya menggambarkan bahwa dari kelompok intervensi dan kontrol setengah dari jumlah sampel responden mengalami kecemasan berat yang dipengaruhi oleh beberapa Faktor risiko nyata termasuk masalah fisiologis yang mengancam atau berkurangnya kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Hasil penelitian Mardhalena (2024) dari dua kategori yang dibuat mayoritas responden mengalami kecemasan sedang yang dipengaruhi oleh berbagai kondisi seperti pasien harus menjalani terapi hemodialisa seumur hidup, adanya ketidaknyamanan dalam proses hemodialisa.

### **Tingkat Kecemasan Sesudah Terapi Inhalasi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) pada Pasien Gagal Ginjal Kronik**

Setelah adanya terapi inhalasi *Lavandula Angustifolia* terjadi perubahan tingkat kecemasan pada responden dimana mayoritas pasien mengalami ketidak cemasan walaupun sedang dilakukan tindakan hemodialysis, terjadinya perubahan ini salah satunya dipengaruhi oleh tindakan keperawatan mandiri yang diberikan oleh peneliti serta adanya dukungan semangat dari peneliti dan keluarga, dari hasil wawancara responden mengatakan bahwa dengan adanya terapi inhalasi ini membuat perasaannya menjadi nyaman dan segar, namun masih ada sebagian responden juga tidak nyaman dengan aroma terapi *Lavandula Angustifolia*.

Menurut (de Melo Alves Silva et al., 2023) Minyak esensial lavender dapat mengandung lebih dari 100 komponen berbeda, termasuk senyawa terpenoid dan fenolik, minyak esensial dari *Lavandula angustifolia* Mill dikenal karena berbagai aktivitas farmakologisnya, mulai dari penyembuhan hingga obat penenang, antidepresan, antiseptik, antijamur, relaksasi, dan antiemetik. *Lavandula Angustifolia* selain meningkatkan fungsi sistem saraf, pemberian ekstrak tumbuhan secara oral dan lokal efektif dalam memperbaiki banyak masalah, seperti kejang otot, kelemahan umum, dan insomnia. Komponen utama minyak atsiri *L. angustifolia* adalah linalyl asetat (28,89%), linalool (24,30%), caryophyllene (7,89%), (E)-3,7 dimethylocta-1,3,6-triene (4,64%), 4 terpineol (4,04%), asam asetat lavandulyl ester (3,49%), borneol (2,60%) dan eucalyptol (2,05%) (Shafiee-Kandjani et al., 2023).

### **Pengaruh Pemberian Aromaterapi Inhalasi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa.**

Dari hasil penelitian yang sudah dilaksanakan oleh peneliti adanya perbedaan tingkat kecemasan yang dialami oleh responden dengan mean 0.781 dan Sig. (2-tailed) 0,000. Perbedaan tingkat kecemasan ini dipengaruhi oleh aromaterapi inhalasi lavender (*Lavandula Angustifolia*) dengan pemberian membuat responden menjadi lebih santai menjalani hemodialisis. Ketegangan pada pasien hemodialisis merupakan suatu hal yang membingungkan dalam perilaku, pemeriksaan otak, fisik dan mental, kegelisahan yang meluas pada pasien yang menjalani hemodialisis dapat menyebabkan kebingungan seperti kram otot, gangguan jantung dan juga dapat mempengaruhi perawatan pasien terhadap diri sendiri dan pengobatan. (Mutiara Dewi & Masfuri, 2021).

Hasil penelitian ini diperkuat oleh hasil penelitian (Motulo et al., 2023) dimana menunjukkan bahwa terdapat perbedaan penurunan antara pemberian perlakuan berbasis wewangian pada kelompok eksplorasi dan kelompok benchmark. Perbedaan dalam meredanya ketegangan paling menonjol pada pertemuan yang diberi kesembuhan harum inhalasi lavender (*Lavandula Angustifolia*). Sejalan dengan penelitian (Setiati et al., 2019) terjadinya penurunan kecemasan pada ibu hamil setelah adanya pemberian aromaterapi inhalasi lavender. Selanjutnya diperkuat oleh hasil penelitian (Devi et al., 2023) mengatakan bahwa terjadi penurunan nilai rata-rata pada tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea, khasiat pengobatan berbahan dasar wewangian lavender menghasilkan sensasi ketenangan, membuat perasaan dan perasaan menjadi lebih mantap, renungan dan perasaan menjadi lebih tenang sehingga penghirup dapat menghadapi keadaan yang gelisah dengan tenang.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat kecemasan responden sebelum dilakukan tindakan keperawatan mayoritas kecemasan berat sebanyak 13 responden (40.6%) dan minoritas tidak cemas sebanyak 5 responden (15.6%).

2. Tingkat kecemasan yang dialami oleh responden setelah adanya tindakan pemberian aroma terapi *Lavandula Angustifolia* dengan metode penguapan atau inhalasi pada pasien adanya perubahan tingkat kecemasan dimana tidak cemas sebanyak 17 responden (53,1%), kecemasan ringan sebanyak 3 responden (9,4%), kecemasan sedang 5 responden (15,6%) dan kecemasan berat 7 responden (21,9%).
3. Ada perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah ada tindakan mandiri keperawatan dengan pemberian aroma terapi *Lavandula Angustifolia* dengan mean 0,781, Std.deviation 1.128 dan nilai sig. 2 tailed 0.000 yang dapat diambil kesimpulan bahwa adanya pengaruh aroma terapi *Lavandula Angustifolia* yang dapat mengakibatkan perubahan tingkat kecemasan yang dialami oleh responden.

#### DAFTAR PUSTAKA

- de Melo Alves Silva, L. C., de Oliveira Mendes, F. de C., de Castro Teixeira, F., de Lima Fernandes, T. E., Barros Ribeiro, K. R., da Silva Leal, K. C., Dantas, D. V., & Neves Dantas, R. A. (2023). Use of *Lavandula angustifolia* essential oil as a complementary therapy in adult health care: A scoping review. *Heliyon*, 9(5), 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e15446>
- Devi, S., Agustini, T., & Taqiyah, Y. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea. *Window of Nursing Jorna*, 4(2), 153–159.
- Hasanah, U., & Anik Inayati. (2021). *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*. *Jurnal Ilmiah Permas*, 11(3) 207–212. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/1979/1260>
- Lina, L. F., Susanti, M., Nunik, F., Wahyu, H., & Efrisnal, D. (2020). THE EFFECT OF CLASSIC MUSIC THERAPY (BEETHOVEN) ON REDUCING ANXIETY IN HEMODIALISA PATIENTS IN DR. YUNUS BENGKULU HOSPITAL. *Jurnal Ilmiah AVICENNA*, 15(1), 1–75.
- Mardhalena, K., Hasanah, U., & Inayati, A. (2024). PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP KECEMASAN PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DI RUANG HEMODIALISA RSUD JEND. AHMAD YANI METRO. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(1), 137–144.
- Motulo, F. K. M., Kepel, B. J., & Mariati, N. W. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Tindakan Pencabutan Gigi. *E-GiGi*, 12(1), 17–25. <https://doi.org/10.35790/eg.v12i1.48521>
- Mutiara Dewi, I. A., & Masfuri, M. (2021). Inhalasi Aromaterapi Lavender terhadap Komplikasi Hemodialisis pada Pasien Gagal Ginjal Kronis. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 348–362. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2956>
- Parmentier, M. L., Weiss, K., Aroua, A., Betry, C., Rivière, M., & Navarro, O. (2024). The influence of environmental crisis perception and trait anxiety on the level of eco-worry and climate anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 101, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102799>
- Setiati, N. W., Sugih, S., & Wijayanegara, H. (2019). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan Di Bidan Praktek Mandiri Nurussyifa Kecamatan Buniseuri Ciamis. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 19(1), 45–55. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v19i1.449>
- Shafiee-Kandjani, A., Khalili, M., Malek, A., Farhang, S., Ranjbari, Y., & Khalili, Y. (2023). The therapeutic effect of the extracts of *Lavandula angustifolia* and *Dracocephalum ruyschiana* besides sertraline on patients with mild to moderate depression: A double-blind controlled trial. *Phytomedicine Plus*, 3(2), 100430. <https://doi.org/10.1016/j.phyplu.2023.100430>
- Tan, W., Ikoma, Y., Takahashi, Y., Konno, A., Hirai, H., Hirase, H., & Matsui, K. (2023). Anxiety control by astrocytes in the lateral habenula. *Neuroscience Research*, 9(October), 1–15. <https://doi.org/10.1016/j.neures.2024.01.006>