



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

**PENGARUH AROMA TERAPI MAWAR TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT STRES PADA LANSIA DI PANTI WREDHA HANNA**

SUROKARSAN YOGYAKARTA TAHUN 2016

CLARA MAMMAN TARUK DATU

1202027

**PROGRAM STUDI S – 1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2016**

**PENGARUH AROMA TERAPI MAWAR TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT STRES PADA LANSIA DI PANTI WREDHA HANNA
SUROKARSAN YOGYAKARTA TAHUN 2016**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan

CLARA MAMMAN TARUK DATU

1202027

PROGRAM STUDI S – 1 ILMU KEPERAWATAN

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2016**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul : “Pengaruh Aroma Terapi Mawar terhadap Penurunan Tingkat Stress pada Lansia di Panti Wredha Hanna Surokarsan Yogyakarta Tahun 2016” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari sripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, 24 Agustus 2016

(Clara Mamman Taruk Datu)

(1202027)

**PENGARUH AROMA TERAPI MAWAR TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT STRES PADA LANSIA DI PANTI WREDHA HANNA
SUROKARSAN YOGYAKARTA TAHUN 2016**

**Skripsi ini telah diperiksa oleh Pembimbing dan
disetujui untuk dilaksanakan ujian skripsi**

Yogyakarta, 24 Agustus 2016

Pembimbing : Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS.


.....



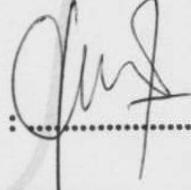
Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Pengaji Sidang Pada

24 Agustus 2016

Pengaji I : Sri Wahyuni, MPH

:


Pengaji II : Isnanto, S.Kep., Ns, MAN

:


Pengaji III : Ethic Palupi, S.Kep., Ns, MNS

:


Mengesahkan,

Ketua STIKES Bethesa Yakkum




Ethic Palupi, S.Kep., M.Kes

Mengetahui,

Ketua Program Studi S-1 Ilmu

Keperawatan


Ethic Palupi, S.Kep., Ns, MNS

MOTTO

Sebab Aku ini mengetahui rancangan-rancangan apa yang ada pada-Ku mengenai kamu, demikianlah firman TUHAN, yaitu rancangan kecelakaan, untuk memberikan kepadamu hari depan yang penuh harapan.

(Yeremia 29:11)

Tetapi kamu ini, kuatkanlah hatimu, jangan lemah semangatmu, karena ada upah bagi usahamu.

(2 Tawarikh 15:7)

Tak ada sesuatu pun yang pernah berhasil dengan baik jika pelaksanaannya tidak dibantu oleh semangat yang kuat

(Nietzsche)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan kepada :

Tuhan Yesus Kristus dan Bunda Maria karena atas berkat dan pertolongan-

Nya yang luar biasa selama proses penyusunan skripsi ini.

Papa Kaban Sama dan Mama Ludia Pongtinamba atas segala kasihan sayang,

doa, dan dukungan yang tidak pernah berhenti.

Kakak Cicilia, Enos, Rahayu, adek Ana, Rafael, dan keponakan Gisel yang

selalu menghibur dan memberi semangat.

Sahabat-sahabat ku tersayang Ghonais Ayu, Audrey, Saodah, Lisa, iven, yang

telah membantu dan memberi semangat selama penyusunan skripsi.

I Gede Pradana yang selalu memberikan semangat.

ABSTRAK

CLARA MAMMAN TARUK DATU. "Pengaruh Aroma Terapi Mawar terhadap Penurunan Tingkat Stress pada Lansia di Panti Wredha Hanna Surokarsan Yogyakarta Tahun 2016".

Latar belakang : Stress di Yogyakarta hampir mencapai 32% dari jumlah lansia di Yogyakarta. Tingginya tingkat stress umumnya diakibatkan oleh tekanan ekonomi 13,33% penduduk Indonesia.

Tujuan penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh aroma terapi mawar terhadap tingkat penurunan stress pada lansia di Panti Wredha Hanna Surokarsan Yogyakarta Tahun 2016.

Metode penelitian : Jenis penelitian kuantitatif menggunakan desain *one group pretest-posttest design* dengan metode penelitian pre eksperimen. Penelitian ini dilakukan di Panti Wredha Hanna Surokarsan pada tanggal 13-19 Agustus 2016, kepada 33 responen dengan stress dengan *tehnik total sampling*. Alat ukur yang digunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS) dan standar operasional aroma terapi mawar.

Hasil penelitian : Hasil perhitungan menggunakan *Wilcoxon* didapatkan ada pengaruh aroma terapi mawar terhadap penurunan tingkat stress pada lansia Surokarsan Yogyakarta dengan nilai z hitung 4.967 pada tingkat kesalahan 0,05.

Kesimpulan : Adanya pengaruh aroma terapi mawar terhadap penurunan tingkat stress pada lansia di Panti Wredha Hanna Surokarsan Yogyakarta Tahun 2016.

Kata kunci : Pengaruh aroma terapi mawar, tingkat stress

xvii + 57 halaman + 4 tabel + 2 skema + 8 lampiran

kepustakaan : 35, 2002-2015

ABSTRACT

CLARA MAMMAN TARUK DATU . "The Effect of Rose Aroma Therapy to Decrease Level of Stress to Elderly in Panti Wredha Hanna Surokarsan Yogyakarta 2016 ".

Background : The prevalence of stress in Yogyakarta was nearly 32% of elderly in Yogyakarta. The high level of stress often caused by economic pressure 13.33% of the Indonesian population.

Purpose: To know the effect of rose aroma therapy to decreased level of stress to elderly in Panti Wredha Hanna Surokarsan Yogyakarta 2016.

Methods: This research was a quantitative research with one group pretest-posttest design using pre experimental research method. It was conducted at Panti Wredha Hanna Surokarsan on 13th August 2016 to 33 respondents with stress using total sampling. Measuring instruments used questionnaires *Perceived Stress Scale* (PSS) and operational standards rose aroma therapy.

Result: The result by Wilcoxon show the effect of rose aroma therapy to decrease in level of stress in elderly at Panti Wredha Hanna Surokarsan Yogyakarta with z value 4,967 on level of mistake 0.05.

Conclusion : There is an effect of rose aroma therapy to decrease level of stress in elderly at Panti Wredha Hanna Surokarsan Yogyakarta 2016 .

Keywords : Effects of rose aroma therapy, level of stress
xvii + 57 pages + 4 tables + 2 schemas + 8 appendices
literature : 35, 2002-2015.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih dan berkat-Nya. Segala hormat kemulian yang tidak terhingga ditujukan kehadirat Bapa Surgawi yang telah memberikan berkat, anugerah dan penguatan yang luar biasa selama menjalankan proses pembuatan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Aroma Terapi Mawar terhadap Penurunan Tingkat Stress pada Lansia di Panti Wredha Hanna Surokarsan Yogyakarta Tahun 2016”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di STIKES Bethesa Yakkum Yogyakarta. Selama proses penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Niken W. N. Palupi, S. Kp., M. Kes. Selaku Ketua STIKES Bethesa Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk melakukan studi pendahuluan.
2. Ibu Sunaryatum Koesherman selaku Ketua Umum Panti Wredha Hanna Surokarsan Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk melakukan studi pendahuluan.
3. Ibu Ethic Palupi, S. Kep. Ns., MNS., selaku pembimbing dan selaku Ketua Prodi S-1 Ilmu Keperawatan STIKES Bethesa Yakkum Yogyakarta yang

banyak memberikan saran dan bimbingan serta motivasi selama proses pembuatan skripsi ini.

4. Ibu Sri Wahyuni, MPH, selaku penguji I yang sudah memberikan banyak masukan dalam penyusunan skripsi ini sehingga penulis bisa lebih teliti.
5. Bapak Isnanto, S.Kep., Ns., MAN, selaku penguji II yang sudah memberikan banyak masukan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, penulisan meminta saran dan kritik yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Tuhan memberkati.

Yogyakarta, Agustus 2016

Penulis

DAFTAR ISI

Hal

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR SKEMA.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	8

BAB II TINJAUAN TEORI

A. Landasan Teori	11
1. Stress	11
a. Pengertian stress	11
b. Penyebab stress	12
c. Jenis stress	14
d. Gejala stress	14
e. Fisiologi stress	15
f. Tingkat stress	16
g. Dampak stress	19
2. Lansia	20
a. Pengertian lansia	20
b. Tipe – tipe lansia	21
c. Batas umur lansia	22
d. Perubahan pada lansia	22
e. Karakteristik lansia	27

3. Aroma	28
a. Pengertian aroma terapi	28
b. Jenis aroma terapi	29
c. Manfaat aroma terapi	29
d. Cara penggunaan aroma terapi	29
e. Mawar	30
f. Manfaat aroma terapi mawar.....	30
g. Cara pemberian aroma terapi	30
h. Cara kerja aroma terapi	31
B. Kerangka Teori	33
C. Kerangka Konsep	34
D. Hipotesis Penelitian	35
E. Asumsi.....	35
F. Variabel Penelitian.....	35
1. Definisi Konseptual	35
a. Variabel indipenden	35
b. Variabel dependen.....	36
2. Definisi Operasional	36

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	38
B. Waktu dan Tempat	38
C. Populasi dan Sampel	39
1. Populasi	39

2. Sampel	39
D. Alat Ukur Penelitian	40
1. Alat Ukur Tingkat Stress.....	40
2. Standar Operasional Prosedur.....	40
E. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	41
F. Etika Penelitian	41
G. Prosedur Pengumpulan Data	42
H. Analisa Data	44
1. Pengolahan Data	44
2. Teknik Analisa Data	45
a) Analisa Univariat	45
b) Analisa Bivariat	46

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	50
B. Pembahasan.....	54
C. Keterbatasan Penelitian.....	59

BAB V. PENUTUPAN

A. Kesimpulan.....	60
B. Saran	61

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2	Definisi Operasional.....	36
Tabel 3	Hasil Analisis Univariat.....	51
Table 4	Hasil Analisis Bivariate.....	52

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	33
Skema 2	Kerangka Konsep.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Persetujuan Studi Awal

Lampiran 2 Surat Persetujuan Penelitian

Lampiran 3 Surat persetujuan menjadi responden

Lampiran 4 Permohonan menjadi responden

Lampiran 5 Standar Oprasional Prosedur (SOP) pemberian Aroma Terapi

Lampiran 6 Kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS)

Lampiran 7 Hasil Analisa Data