



NASKAH PUBLIKASI

**PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PASIEN DIABETES MELLITUS DI RUANG
FLAMBOYAN RS MARDI WALUYO METRO: *CASE REPORT***

Oleh:

AGUSTINA MEGAWATI

NIM: 2404100

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
2025**

**PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PASIEN DIABETES MELLITUS DI RUANG FLAMBOYAN
RS MARDI WALUYO METRO: *CASE REPORT***

Naskah Publikasi

**Diajukan dalam Rangka Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Ners**

Oleh:

AGUSTINA MEGAWATI

NIM: 2404100

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA
2025**

NASKAH PUBLIKASI

PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN
PASIEN DIABETES MELLITUS DI RUANG FLAMBOYAN
RS MARDI WALUYO METRO: CASE REPORT

Oleh :

Agustina Megawati

NIM 2404100

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 18 September 2025

Ketua Program Studi Pendidikan

Profesi Ners

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.

Pemimpin

Chatarina Hatri Istianini, S.Kep., Ns.,

M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.

**PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PASIEN DIABETES MELLITUS DI RUANG
FLAMBOYAN RS MARDI WALUYO METRO: CASE REPORT**

Agustina Megawati¹, Chatarina Hatri Istiarini², Sugi Gunanto³

ABSTRAK

Latar Belakang: Kondisi umum yang dialami pasien diabetes mellitus adalah kecemasan. Koeksistensi antara diabetes dan kecemasan dapat berimplikasi pada manajemen diri yang kurang optimal, peningkatan risiko komplikasi, serta penurunan kualitas dan harapan hidup. Terapi non farmakologi yang dapat diberikan untuk mengurangi kecemasan adalah aromaterapi lavender.

Tujuan: Mengidentifikasi terkait penerapan aromaterapi lavender untuk menurunkan kecemasan pasien diabetes mellitus di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro.

Metode: Metode penelitian ini adalah studi kasus dengan cara memberikan perlakuan pemberian aromaterapi lavender sebagai manajemen kecemasan pada pasien diabetes mellitus.

Hasil: Hasil data yang diperoleh menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan secara bertahap dari skor 61 (cemas sedang) sebelum intervensi, menurun menjadi 47 (cemas ringan) pada hari kedua, dan 40 (cemas ringan dengan intensitas gejala yang semakin ringan) pada hari ketiga setelah intervensi.

Kesimpulan: Aromaterapi lavender efektif sebagai tindakan non-farmakologi dalam menurunkan kecemasan pada pasien Diabetes Mellitus. Hasil ini mengindikasikan bahwa intervensi sederhana, aman, dan mudah dilakukan ini dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif terapi pendukung dalam manajemen keperawatan pasien dengan masalah psikologis, khususnya kecemasan.

Kata Kunci: Aromaterapi lavender, kecemasan, diabetes mellitus.

**APPLICATION OF LAVENDER AROMATHERAPY TO REDUCE ANXIETY IN
DIABETES MELLITUS PATIENTS IN THE FLAMBOYAN ROOM OF MARDI
WALUYO METRO HOSPITAL: CASE REPORT**

Agustina Megawati¹, Chatarina Hatri Istiarini², Sugi Gunanto³

ABSTRACT

Background: A common condition experienced by patients with diabetes mellitus is anxiety. The coexistence of diabetes and anxiety may lead to suboptimal self-management, an increased risk of complications, and a decline in both quality of life and life expectancy. One non-pharmacological therapy that can be provided to reduce anxiety is lavender aromatherapy.

Objective: To identify the application of lavender aromatherapy in reducing anxiety among patients with diabetes mellitus in Flamboyant Ward, Mardi Waluyo Hospital Metro.

Methods: This study employed a case study design by providing lavender aromatherapy as an intervention for anxiety management in a patient with diabetes mellitus.

Results: The findings indicated a gradual decrease in anxiety levels, from a score of 61 (moderate anxiety) before the intervention, decreasing to 47 (mild anxiety) on the second day, and further to 40 (mild anxiety with lower symptom intensity) on the third day after the intervention.

Conclusion: Lavender aromatherapy is effective as a non-pharmacological intervention in reducing anxiety among patients with diabetes mellitus. These results suggest that this simple, safe, and practical intervention can serve as a supportive therapeutic alternative in nursing management for patients with psychological problems, particularly anxiety.

Keywords: Lavender aromatherapy, anxiety, diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai oleh peningkatan kadar glukosa darah akibat produksi insulin yang tidak cukup dan/atau meningkatnya resistensi terhadap insulin ¹¹. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 melaporkan bahwa prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter mencapai 1,7% atau sekitar 14.918 kasus dari 877.531 penduduk. Di Provinsi Lampung, prevalensinya mencapai 1,2% ⁶. Berdasarkan laporan Sie PTM dan Keswa Dinkes Kota Metro jumlah penderita diabetes mellitus di Kota Metro pada laporan terakhir tahun 2023 mencapai 4.120 kasus ³. Sementara berdasarkan data medical record RS Mardi Waluyo Metro tahun 2025 menunjukkan bahwa penyakit diabetes mellitus pada bulan Mei mencapai 132 pasien, bulan Juni mencapai 108 pasien dan Juli tercatat 146 pasien.

Diabetes mellitus sendiri dapat menimbulkan masalah psikologis berupa kecemasan. Kondisi ini dapat terjadi karena perawatan diabetes sangat kompleks dan harus berlangsung seumur hidup, baik dalam hal menjaga pola makan, menjaga kesehatan fisik (olahraga), pemantauan kadar glukosa darah, pengobatan rutin dan pasien juga menghadapi ketakutan terhadap komplikasi yang timbul. Kondisi ini umum dialami oleh penderita diabetes melitus. Hubungan antara keduanya bersifat dua arah, di mana diabetes dapat memicu timbulnya kecemasan, sementara kecemasan berkontribusi pada buruknya kontrol kadar gula darah ¹¹.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan adalah pemberian aromaterapi, yaitu terapi menggunakan minyak esensial yang mudah menguap dan memiliki aroma yang menimbulkan efek fisiologis serta psikologis ¹⁰. Salah satu minyak esensial yang dapat digunakan bagi pasien dengan kecemasan adalah aromaterapi lavender ⁹.

LAPORAN KASUS KELOLAAN UTAMA (CASE DESCRIPTION)

a. Informasi terkait pasien

Pasien kelolaan adalah laki-laki dengan inisial Tn. A, umur 57 tahun, status perkawinan sudah menikah, pendidikan SMA, pekerjaan tani, suku Jawa, dengan diagnosa medis DM Tipe 2+Abdominal Pain+CHF. Hasil Pengkajian menunjukkan pasien mengeluh sesak napas, mual, tidak nafsu makan, setiap

mencium aroma nasi terasa ingin muntah, nyeri ulu hati. Pasien mengatakan bingung dan khawatir dengan kondisi kesehatannya. Pasien tampak gelisah, tegang dan sulit tidur.

b. Manifestasi/ Temuan klinis

Pasien mengatakan bingung dan khawatir dengan kondisi kesehatannya, pasien tampak gelisah, tegang dan sulit tidur. Hasil pengukuran menggunakan *Zung-self Anxiety Rating Scale* (ZSAS) didapatkan skor 61 atau berada pada kategori cemas sedang.

c. Perjalanan Penyakit

Sejak tanggal 10 Agustus 2025 pasien mengeluh sesak, nyeri perut, sudah minum obat namun tidak ada perubahan. Pada tanggal, 11 Agustus 2025 pasien datang ke IGD RS. Mardi Waluyo Metro dengan keluhan sesak napas, nyeri perut, mual-muntah. Pasien dilakukan pemeriksaan darah lengkap, ureum, kreatinin, ens, Ro thorax, dan EKG. Pasien mendapatkan terapi di IGD IVFD NaCL 500 cc/24 jam, protofen suppositoria 1x1 (extra), lanscprozole 1x30 mg, sucrofat 2x10 cc, dan obat-obatan rutin pasien dilanjutkan. Saat dilakukan pengkajian tanggal, 12 Agustus 2025 di ruang Flamboyan, pasien mengeluh sesak napas, mual, tidak nafsu makan, setiap mencium aroma nasi terasa ingin muntah, nyeri ulu hati. Pasien mengatakan bingung dan khawatir dengan kondisi kesehatannya. Pasien tampak gelisah, tegang dan sulit tidur. Hasil pemeriksaan TTV didapatkan TD: 130/80 mmHg, Nadi: 98x/menit, RR: 24 x/menit, S: 36,5²C, SpO2: 97%, pasien terpasang oksigen 3 lpm dengan nasal kanul. Pasien diberikan terapi berupa injeksi Furosemid 20 mg sebanyak 2 ampul dua kali sehari secara intravena, injeksi Sansulin 25 unit sekali sehari, Sitozit 100 mg satu kali sehari per oral, Digoxin 0,25 mg satu kali sehari per oral, Clopidogrel 75 mg satu kali sehari per oral, Bisoprolol 5 mg satu kali sehari per oral, Nitrocaf dua kali sehari per oral, serta Naspirinal 80 mg satu kali sehari.

d. Etiologi, faktor risiko penyakit dan patofisiologi

Pasien diketahui memiliki riwayat DM sejak 2 tahun lalu. Diabetes mellitus sendiri dapat menimbulkan masalah psikologis berupa kecemasan. Kondisi ini dapat terjadi karena perawatan diabetes sangat kompleks dan harus berlangsung seumur hidup, baik dalam hal menjaga pola makan, menjaga kesehatan fisik (olahraga), pemantauan kadar glukosa darah, pengobatan

rutin dan pasien juga menghadapi ketakutan terhadap komplikasi yang timbul¹¹. Hubungan antara gangguan kecemasan dan diabetes mellitus bersifat dua arah artinya diabetes mellitus dapat mengakibatkan kecemasan dan kecemasan berdampak kontrol gula darah yang buruk¹.

e. Pemeriksaan Diagnostik

1. Pemeriksaan Radiologi

Pada tanggal 13 Agustus 2025 dilakukan pemeriksaan *Rontgen Thorax* dan *USG Abdomen*. Hasil dari *Rontgen Thorax* yaitu: Bronchopneumonia, cardiomegaly, elongation aorthoe.

Hasil dai *USG abdomen* yaitu : Cholecystitis, sludge divf, hepatomegaly, suspect diffuse liver disease, cystitis kronis.

2. Pemeriksaan Laboratorium

Pada tanggal 11 Agustus 2025 dilakukan pemeriksaan darah lengkap didapatkan hasil Lekosit 5.500 /ul dalam batas normal, Hemoglobin 13,8 gr% dalam batas normal, Hematokrit 44 gr% dalam batas normal, Trombosit 196.000 /ul dalam batas normal. Pemeriksaan Kimia darah GDS 236 mg/dl mengalami peningkatan, untuk nilai normalnya adalah 70-180mg/dL. Ureum 45 mg/dl dalam batas normal, Kreatinin 1,2 mg/dl mengalami kenaikan untuk nilai normal 0,67-1,17 md/dL.

f. Intervensi Terapeutik

1. Tipe intervensi terapeutik

Tipe Intervensi terapeetik yang diberikan pada pasien berupa terapi farmakologi dan non farmakologi.

2. Administrasi intervensi terapeutik

Pasien (Tn. A) memperoleh intervensi farmakologis yang terdiri dari injeksi Furosemid 20 mg sebanyak 2 ampul dua kali sehari secara intravena, injeksi Sansulin 25 unit satu kali sehari, Sitozit 100 mg satu kali sehari per oral, Digoxin 0,25 mg satu kali sehari per oral, Clopidogrel 75 mg satu kali sehari per oral, Bisoprolol 5 mg satu kali sehari per oral, Nitrolcaf dua kali sehari per oral, serta Naspirinal 80 mg satu kali sehari. Pasien juga mendapatkan terapi non farmakologi berupa aromaterapi lavender.

g. Tindak Lanjut/ Outcome

Data yang didapatkan pada pasien sebelum dilakukan intervensi yaitu pasien mengungkapkan perasaan cemas, bingung dan khawatir terhadap kondisi kesehatannya. Pasien juga tampak menunjukkan tanda-tanda kecemasan, seperti gelisah, tegang, serta mengalami kesulitan tidur pada malam hari. Hasil pengukuran tingkat kecemasan menggunakan *Zung Self-Anxiety Rating Scale* (ZSAS) menunjukkan skor 61, yang berada pada kategori cemas sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa pasien tidak hanya mengalami keluhan subjektif, tetapi juga terbukti secara objektif melalui instrumen penilaian psikologis. Sebelum pelaksanaan intervensi, penulis memberikan penjelasan yang komprehensif kepada pasien terkait tujuan, manfaat, serta prosedur dari tindakan yang akan dilakukan. Selain itu, pasien juga diminta untuk menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*) sebagai bentuk kesediaan mengikuti terapi yang telah direncanakan. Setelah mendapatkan persetujuan, intervensi berupa aromaterapi lavender diberikan dengan frekuensi satu kali per hari, durasi 10 menit, selama tiga hari berturut-turut pada tanggal 13 hingga 15 Agustus 2025. Tingkat kecemasan pasien mengalami penurunan secara bertahap dari hari ke hari, yang dapat dilihat melalui penilaian skor ZSAS. Perkembangan kondisi pasien selama intervensi akan diuraikan secara lebih rinci pada tabel berikut:

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Sebelum dan Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender Pada Pasien Diabetes Mellitus di RS. Mardi Waluyo Metro Tahun 2025

No	Waktu Pengukuran	Skor Kecemasan	
		Pre Intervensi	Post Intervensi
1	13/08/2025	61	61
2	14/08/2025	60	47
3	15/08/2025	45	40

Sumber: data primer

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa hari pertama sebelum pemberian aromaterapi lavender didapatkan skor tingkat kecemasan Tn. A pada

pengukuran menggunakan *Zung-self Anxiety Rating Scale* (ZSAS) yaitu sebesar 61 atau berada pada kategori cemas sedang dan setelah intervensi belum mengalami perubahan. Hari kedua sebelum intervensi skor ZSAS Tn. A sedikit mengalami penurunan yaitu 60 namun masih berada pada kategori cemas sedang dan setelah intervensi menurun menjadi 47 atau telah berada pada kategori cemas ringan. Hari ketiga sebelum intervensi tingkat kecemasan Tn. A kembali mengalami penurunan, skor ZSAS sebelum intervensi 45 dan setelah intervensi menurun menjadi 40 atau masih berada pada kategori cemas ringan namun dengan intensitas gejala yang lebih rendah dibandingkan hari sebelumnya.

PEMBAHASAN

Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit kronis yang dapat menimbulkan masalah psikologis berupa kecemasan. Kondisi ini dapat terjadi karena perawatan diabetes sangat kompleks dan harus berlangsung seumur hidup, baik dalam hal menjaga pola makan, menjaga kesehatan fisik (olahraga), pemantauan kadar glukosa darah, pengobatan rutin dan pasien juga menghadapi komplikasi yang timbul sehingga kondisi tersebut menimbulkan kecemasan¹¹. Kecemasan merupakan respons yang melibatkan aspek kognitif, afektif, fisiologis, dan perilaku, yang muncul sebagai reaksi terhadap ancaman nyata maupun yang dirasakan⁷. Kondisi ini umum dialami oleh penderita diabetes mellitus. Hubungan antara gangguan kecemasan dan diabetes mellitus sendiri bersifat dua arah artinya diabetes mellitus dapat mengakibatkan kecemasan dan kecemasan berdampak terhadap kontrol gula darah yang buruk¹.

Pasien yang menjadi kelolaan dalam studi ini adalah seorang laki-laki dengan inisial Tn. A, berusia 57 tahun, berstatus menikah, berpendidikan terakhir SMA, bekerja sebagai petani, dan berasal dari suku Jawa. Pasien memiliki riwayat medis dengan diagnosis Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2, disertai Abdominal Pain dan *Congestive Heart Failure* (CHF). Hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 12 Agustus 2025 di ruang Flamboyan, ditemukan adanya gejala kecemasan. Secara subjektif, pasien merasa cemas, bingung, dan khawatir terhadap kondisi kesehatannya. Secara objektif, tampak tanda-tanda kecemasan

berupa gelisah, tegang, serta keluhan sulit tidur pada malam hari. Hasil penilaian lebih lanjut menggunakan instrumen *Zung Self-Anxiety Rating Scale* (ZSAS) didapatkan skor sebesar 61, artinya pasien mengalami cemas dalam kategori sedang. Salah satu upaya untuk menurunkan kecemasan adalah dengan pemberian aromaterapi, yaitu terapi menggunakan minyak esensial yang memiliki efek fisiologis dan psikologis ¹⁰. Jenis minyak esensial yang dapat digunakan yaitu aroma lavender karena mengandung linalyl asetat dan linalool, zat aktif yang berperan dalam menciptakan rasa relaksasi. Saat dihirup, aroma lavender ditangkap oleh saraf olfaktorius dan diteruskan ke sistem limbik, pusat pengatur emosi, detak jantung, tekanan darah, dan pernapasan. Proses ini menimbulkan efek menenangkan sehingga membantu mengurangi kecemasan ⁹.

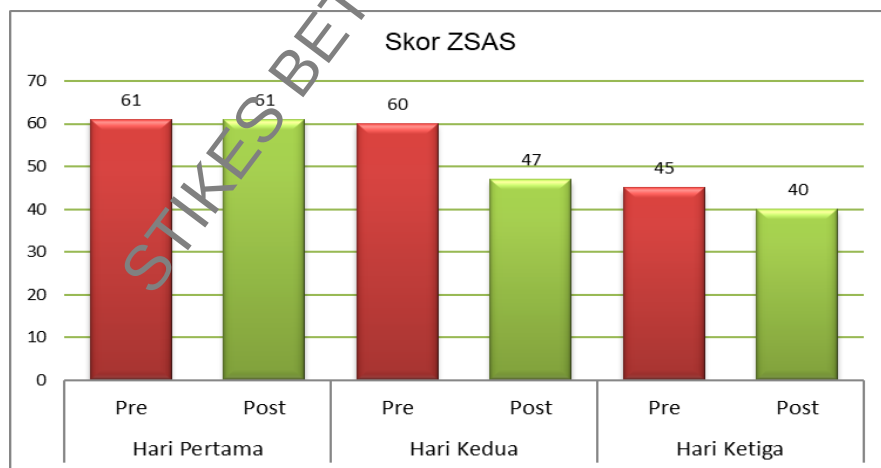
Intervensi aromaterapi lavender diberikan pada Tn. A dengan frekuensi satu kali per hari pada pagi hari, durasi 10 menit, selama tiga hari berturut-turut pada tanggal 13 hingga 15 Agustus 2025. Pada hari pertama sebelum dilakukan intervensi pemberian aromaterapi lavender, penulis melakukan observasi pasien secara langsung dan melakukan pengukuran tingkat kecemasan Tn. A dengan menggunakan *Zung Self-Anxiety Rating Scale* (ZSAS) menunjukkan skor 61, yang termasuk kategori cemas sedang. Pasien diberikan intervensi aromaterapi lavender dengan ditetaskan sebanyak 3 tetes pada kapas dengan posisi pasien duduk. Setelah dilakukan intervensi diberikan jeda waktu 30 menit untuk dilanjutkan observasi dan pengukuran menggunakan kuesioner ZSAS didapatkan hasil skor tidak menunjukkan perubahan yang berarti dan tetap berada pada kategori yang sama.

Pada hari kedua sebelum dilakukan intervensi, penulis melakukan observasi pasien secara langsung dan melakukan pengukuran tingkat kecemasan menggunakan kuesioner ZSAS skor kecemasan sebelum intervensi mengalami sedikit penurunan menjadi 60, namun masih dalam kategori cemas sedang. Pasien diberikan intervensi aromaterapi dengan perlakuan yang sama yaitu 3 tetes aromaterapi lavender pada kapas dengan posisi pasien duduk. Setelah dilakukan intervensi diberikan jeda waktu 30 menit untuk dilanjutkan observasi dan pengukuran menggunakan kuesioner ZSAS. Setelah intervensi, terjadi

penurunan yang lebih signifikan dengan skor 47, sehingga tingkat kecemasan telah berada pada kategori cemas ringan.

Hari ketiga, kondisi pasien sudah lebih baik dari hari sebelumnya. Penulis melakukan observasi terhadap pasien secara langsung dan menilai tingkat kecemasan menggunakan kuesioner ZSAS, skor awal kembali menurun menjadi 45 dan dilakukan pemberian aromaterapi lavender 3 tetes pada kapas dengan posisi pasien duduk. Setelah dilakukan intervensi diberikan jeda waktu 30 menit untuk dilanjutkan observasi dan pengukuran menggunakan kuesioner ZSAS didapatkan skor turun lebih lanjut menjadi 40. Walaupun masih berada pada kategori cemas ringan namun memiliki intensitas gejala yang semakin berkurang dibandingkan hari sebelumnya. Hasil dari intervensi tersebut menunjukkan adanya perubahan yang bermakna terhadap kondisi psikologis Tn.A. Tingkat kecemasan pasien mengalami penurunan secara bertahap dari hari ke hari, yang dapat dilihat melalui penilaian skor ZSAS.

Gambar 2. Diagram Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Intervensi Aromaterapi Lavender



Hasil intervensi menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender secara konsisten mampu menurunkan tingkat kecemasan pasien. Penurunan tersebut terlihat jelas baik dari perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi maupun dari kecenderungan skor yang semakin rendah setiap harinya. Hal ini membuktikan bahwa aromaterapi lavender efektif dalam membantu mengurangi kecemasan pada pasien dengan kondisi medis kronis.

Hasil intervensi yang diperoleh pada studi ini sejalan dengan temuan berbagai penelitian sebelumnya. Faridah et al., (2020) melaporkan bahwa aromaterapi lavender yang diberikan pada pasien diabetes mellitus terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan. Penelitian Can et al., (2024) juga mengungkapkan bahwa aromaterapi lavender terbukti efektif terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien diabetes mellitus. Nuraini & Yuniartika, (2024) dalam studinya juga mengungkapkan bahwa aromaterapi lavender merupakan terapi yang terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien diabetes mellitus.

Aromaterapi lavender dapat menurunkan kecemasan melalui mekanisme fisiologis, psikologis, dan kandungan kimianya. Secara fisiologis, aroma lavender yang dihirup akan menstimulasi sistem saraf pusat melalui aktivitas kortikal (gelombang otak) dan sistem saraf otonom (detak jantung, konduksi kulit, dan fungsi vegetatif). Penurunan stimulasi ini menciptakan efek sedatif atau relaksasi, ditandai dengan berkurangnya aktivitas simpatis, meningkatnya aktivitas parasimpatis, stabilisasi tekanan darah, serta pernapasan dan kerja jantung yang lebih tenang. Secara psikologis, molekul aroma ditangkap oleh reseptor olfaktorius, diteruskan ke sistem limbik terutama hipokampus dan amigdala, lalu mengaktifkan hipotalamus yang mengatur sekresi hormon dan neurotransmitter sehingga mempengaruhi emosi, memori, stres, dan keseimbangan hormonal, menghasilkan rasa tenang serta berkurangnya kecemasan. Mekanisme ini diperkuat oleh kandungan utama bunga lavender yaitu linalyl asetat dan linalool ($C_{10}H_{18}O$), di mana linalool merupakan senyawa aktif utama yang berperan penting dalam menciptakan efek relaksasi⁹.

Berdasarkan hasil yang diperoleh, penulis berasumsi bahwa kecemasan yang dialami pasien diabetes mellitus, khususnya pada Tn. A, muncul akibat kompleksitas perawatan yang harus dijalani seumur hidup, adanya komplikasi medis, serta beban psikologis yang menyertainya. Kondisi ini membuat pasien rentan mengalami kecemasan sedang hingga ringan, sebagaimana tampak pada hasil pengkajian dengan instrumen ZSAS. Pemberian aromaterapi lavender terbukti mampu menurunkan tingkat kecemasan secara bertahap dari hari pertama hingga hari ketiga, yang ditunjukkan dengan penurunan skor ZSAS baik

sebelum maupun sesudah intervensi. Hasil observasi kondisi fisik pasien setiap harinya juga menunjukkan perubahan yang semakin membaik dengan hemodinamika pasien yang stabil. Penulis berasumsi bahwa efek terapeutik tersebut terjadi melalui kombinasi mekanisme fisiologis, psikologis, serta kandungan kimia aktif pada lavender, terutama linalool, yang bekerja menurunkan aktivitas simpatis, menstabilkan fungsi otonom, serta mempengaruhi sistem limbik dan hipotalamus untuk menciptakan rasa relaksasi. Dengan demikian, penulis menyimpulkan bahwa aromaterapi lavender dapat dijadikan salah satu intervensi non farmakologis yang efektif untuk mengurangi kecemasan pada pasien dengan penyakit kronis seperti diabetes mellitus.

PASIENT PERSPECTIVE

Tn. A mengungkapkan bahwa ia sering merasa cemas, bingung, dan khawatir terhadap kondisi kesehatannya, terutama karena harus menghadapi penyakit kronis yang kompleks seperti diabetes mellitus dengan komplikasi lain. Sebelum dilakukan intervensi, pasien juga menyampaikan keluhan sulit tidur pada malam hari, merasa tegang, serta mudah gelisah. Setelah diberikan aromaterapi lavender secara rutin selama tiga hari, pasien mulai merasakan perubahan positif. Ia mengungkapkan adanya perasaan lebih tenang, nyaman, dan rileks, bahkan menyebut bahwa pikirannya menjadi lebih ringan sehingga ia bisa beristirahat lebih baik pada malam hari.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan di Ruang Flamboyan RS Mardi Waluyo Metro, dapat disimpulkan bahwa pengkajian pada pasien dengan Diabetes Mellitus tipe 2 menunjukkan adanya masalah psikologis berupa kecemasan, yang ditandai dengan keluhan subjektif seperti gelisah, bingung, khawatir, dan sulit tidur, serta diperkuat dengan hasil penilaian menggunakan *Zung Self-Anxiety Rating Scale* (ZSAS) dengan skor awal 61 (cemas sedang). Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah kecemasan berhubungan dengan kondisi penyakit kronis dan komplikasi yang dialami pasien. Rencana keperawatan yang disusun difokuskan pada upaya menurunkan kecemasan melalui intervensi non-farmakologis, salah satunya dengan pemberian aromaterapi lavender. Tindakan ini diberikan dengan cara inhalasi selama 10

menit, satu kali per hari, selama tiga hari berturut-turut. Evaluasi hasil menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan secara bertahap: dari skor 61 (cemas sedang) sebelum intervensi, menurun menjadi 47 (cemas ringan) pada hari kedua, dan 40 (cemas ringan dengan intensitas gejala yang semakin ringan) pada hari ketiga setelah intervensi.

INFORMED CONSENT

Peneliti telah menjelaskan kepada pasien mengenai asuhan keperawatan tentang “Pemberian aromaterapi Lavender” yang dilakukan. Pasien menyatakan setuju dan sudah menanda tangani inform consent pada tanggal 12 Agustus 2025.

DAFTAR PUSTAKA

1. Albai, O., Timar, B., Braha, A., & Timar, R. (2024). Predictive Factors of Anxiety and Depression in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus. *Journal of Clinical Medicine*, 13(10), 1–13. <https://doi.org/10.3390/jcm13103006>
2. Can, S., Yildirim Usta, Y., Yildiz, S., & Tayfun, K. (2024). The effect of lavender and rosemary aromatherapy application on cognitive functions, anxiety, and sleep quality in the elderly with diabetes. *EXPLORE*, 20(6), 103033. <https://doi.org/10.1016/J.EXPLORE.2024.103033>
3. Dinkes Kota Metro. (2024). *Profil Kesehatan Kota Metro Tahun 2023*.
4. Faridah, I., Afiyanti, Y., & Ariska, M. (2020). Pengaruh Aromaterapi Terhadap Kualitas Tidur, Kualitas Hidup, Kelelahan dan Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus. *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(3), 237–259. <https://doi.org/https://doi.org/10.37341/interest.v9i2.229>
5. IDF. (2022). IDF Diabetes Atlas 2021 10TH edition. In *Diabetes Research and Clinical Practice* (Vol. 102, Nomor 2). International Diabetes Federation (IDF). <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2013.10.013>
6. Kemenkes RI. (2024). Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023 (SKI) Dalam Angka. In *Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
7. Kumari, D., & Patil, J. (2023). Guided imagery for anxiety disorder: Therapeutic efficacy and changes in quality of life. *Industrial Psychiatry Journal*, 1(2), 195–201. <https://doi.org/10.4103/ipj.ipj>
8. Nuraini, D. D., & Yuniartika, W. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Penderita Diabetes Mellitus. *UMS*, 1(3), 1–9.

9. Nurgiwati, E. (2019). *Terapi Alternatif & Komplementer Dalam Bidang Keperawatan*. In Media.
10. Putri, D. M. P., & Amalia, R. N. (2019). *Terapi Komplementer Konsep dan Aplikasi Dalam Keperawatan*. PT. Pustaka Baru.
11. Sharma, K., Hungana, G., Adhikari, S., Pandey, A. B., & Muna. (2023). Depression and Anxiety among Patients with Type II Diabetes Mellitus in Chitwan Medical College Teaching Hospital, Nepal. *Nursing Research and Practice*, 2021(37), 1–8. <https://doi.org/10.1155/2021/8846915>

STIKES BETHESDA YAKKUM