

**UPAYA MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN MELALUI
AROMATERAPI *ORANGE* PADA ASUHAN KEPERAWATAN
PRE OPERASI APENDEKTOMI**

Jurnal Publikasi

**Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Tugas Akhir
Dalam Rangka Menyelesaikan Pendidikan
Program Studi Diploma III Keperawatan**



Disusun Oleh:

VERA LUSYANA
2016.011915

**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN
PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

UPAYA MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN MELALUI AROMATERAPI ORANGE PADA ASUHAN KEPERAWATAN PRE OPERASI APENDEKTOMI

Vera Lusyana¹, Siti Sarifah², Ika Kusuma Wardani³

¹Mahasiswa DIII Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta

²Dosen DIII Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta

³Dosen DIII Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta
JL.Tulang Bawang Selatan No.26 Tegalsari RT 02 RW 32, Kadipiro, Surakarta

*Email: Veralusyan@gmail.com

Kata Kunci

*Apendektomi,
Kecemasan,
Aromaterapi
orange.*

Abstrak

Latar Belakang : Tahun 2013 jumlah penderita apendisitis di Indonesia mencapai 591.819 orang dan meningkat pada tahun 2014 sebesar 596.132 orang. Penatalaksanaan dari apendisitis adalah apendektomi (terapi bedah). Pasien yang akan mengalami pembedahan umumnya disertai ansietas. Kecemasan pada pasien harus diatasi karena dapat menimbulkan perubahan-perubahan fisiologis yang akan menghambat dilakukannya tindakan operasi. Kecemasan dapat berkurang salah satunya dengan teknik relaksasi aromaterapi orange. Tujuan : Mengidentifikasi manfaat aromaterapi orange dalam menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi apendektomi. Metode Penelitian: Karya tulis ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Tempat di RSUD Pandan Arang Boyolali, pada bulan Januari-April 2019. Metode pengumpulan data menggunakan metode observasi, pengukuran, dan dokumentasi. Instrumen studi kasus ini menggunakan format asuhan keperawatan medikal bedah, nursing kit, lembar pengukuran Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS/SARS), SOP teknik relaksasi aromaterapi orange, lembar observasi dan alat tulis. Hasil : Didapatkan hasil penurunan skala kecemasan setelah diberikan aromaterapi orange. Pasien pertama skala kecemasan dari 51 menjadi 42, mengalami penurunan 9 angka. Pasien kedua skala kecemasan dari 48 menjadi 43, mengalami penurunan 5 angka. Pasien ketiga skala kecemasan dari 45 menjadi 41, mengalami penurunan 4 angka. Dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil teknik relaksasi aromaterapi orange dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi apendektomi. Kesimpulan : Aromaterapi orange dapat digunakan sebagai alternatif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi apendektomi.

EFFORTS TO REDUCE THE LEVEL OF ANXIETY THROUGH AROMATHERAPY ORANGE IN NURSING CARE BEFORE APPENDECTOMY

Keywords

*Appendectomy,
Anxiety, Orange
Aromatherapy.*

Abstract

Background : In 2013 the number of people with appendicitis in Indonesia reached 591.819 people and increased in 2014 by 596.132 people. Management of appendicitis is an appendectomy (surgical therapy). Patients to be repaired. Anxiety in patients must be overcome because it can cause physiological changes that will hinder the handling of surgery. One of the best anxiety can be reduced by aromatherapy orange relaxation techniques. Objective : Identify the benefits of orange aromatherapy in reducing anxiety in patients pre appendectomy. Research Method : The paper uses case study design. Located in RSUD Pandan Arang Boyolali, in January-April 2019. Methods of data collection using the method of observation, measurement, and documentation methods. Case study instrument uses format of medical surgical nursing care, nursing kit, Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS/SARS), orange aromatherapy relaxation technique SOP, observation sheet and stationery action. Result : Obtained a decrease in the scale of anxiety after being given orange aromatherapy. The first patient's scale of anxiety from 51 to 42, experienced a 9 point decrease. The second patient's scale of anxiety from 48 to 43, experienced a 5 digit decline. Patients from the three anxiety scale from 45 to 41, experienced a decrease in 4 numbers. From the research conducted, the results of aromatherapy orange relaxation techniques can reduce the level of anxiety in patients pre appendectomy. Conclusion : Orange aromatherapy can be used as an alternative in reducing the anxiety level of patients in preoperative appendectomy.

1. PENDAHULUAN

Apendisitis adalah inflamasi akut pada apendiks yang bukan merupakan organ esensial dalam proses pencernaan. Apendiks adalah sebuah kantong kecil pada usus yang dapat terisi oleh materi usus, terinflamasi dan kemungkinan ruptur (Hurst,2016).

Apendisitis merupakan peradangan pada apendiks (umbai cacing). Kira-kira 7% lebih cenderung laki-laki terkena apendisitis dibanding wanita. Apendisitis lebih sering menyerang pada usia 10 sampai 30 tahun (Ratu dan Adwann, 2018).

WHO tahun 2013 terdapat 70.000 kasus kejadian apendiktomi setiap tahunnya (Jamaludin dan Ulya, 2018). Di Asia insidensi apendisitis pada tahun 2013 adalah 4,8% penduduk dari total populasi.

Hasil Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) di Indonesia, apendisitis akut merupakan salah satu penyebab dari akut abdomen dan beberapa indikasi untuk dilakukan operasi kegawatdaruratan abdomen. Insidens apendisitis di Indonesia menempati urutan tertinggi di antara kasus kegawatan abdomen lainnya. Tahun 2013 jumlah penderita apendisitis di Indonesia

mencapai 591.819 orang dan meningkat pada tahun 2014 sebesar 596.132 orang (Soewito, 2017). Jawa Tengah tahun 2009, jumlah kasus appendisitis dilaporkan sebanyak 5.980 dan 177 diantaranya menyebabkan kematian (Fatkan, dkk 2018). Hasil studi pendahuluan Nugraheni tahun 2016 didapatkan terdapat 57 pasien apendiktomi di RSUD Pandan Arang Boyolali.

Penatalaksanaan dari apendisitis adalah apendektomi (terapi bedah). Pasien yang akan mengalami pembedahan umumnya disertai ansietas (kecemasan). Ansietas adalah respon adaptif yang normal terhadap stress karena pembedahan. Rasa cemas bisa timbul pada tahap perioperatif ketika pasien menghadapi pembedahannya. Hasil penelitian dari Fatmawati 2016 (Putri dan Widarti, 2018) dengan menggunakan pengukuran HARS menunjukkan 75% dari subyek yang diteliti mengalami kecemasan sebelum operasi. Faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan yaitu persepsi pasien terhadap hospitalisasi dan pengalaman pembedahan, tingkat harga diri atau gambaran diri pasien (Maryunani, 2014).

Kecemasan pada pasien preoperasi harus diatasi, karena dapat menimbulkan perubahan-perubahan fisiologis yang akan menghambat dilakukannya tindakan operasi. Menurut Efendy 2008 (Gea, 2013) mengungkapkan bahwa dalam keadaan cemas, tubuh akan memproduksi hormon kortisol secara berlebihan yang akan berakibat meningkatkan tekanan darah, dada sesak, serta emosi tidak stabil. Akibat dari kecemasan pasien pre operasi yang sangat hebat maka ada kemungkinan operasi tidak bisa dilaksanakan, karena pada pasien yang mengalami kecemasan sebelum operasi akan muncul kelainan seperti tekanan darah yang meningkat, sehingga apabila tetap dilakukan operasi akan dapat mengakibatkan penyulit terutama dalam menghentikan perdarahan dan bahkan setelah operasi pun akan mengganggu proses penyembuhan.

Kecemasan berkurang dapat dilakukan dengan beberapa cara antara lain dengan teknik distraksi dan relaksasi, komunikasi terapeutik, psikofarma,

psikoterapi, dan psikoreligius (Putri dan Widarti, 2018). Diagnosa yang diambil pada asuhan keperawatan ini adalah ansietas. Ansietas menurut NANDA adalah perasaan takut yang disebabkan oleh antisipasi terhadap bahaya (Herdman dan Kamitsuru, 2016). Kecemasan dapat berkurang salah satunya dengan teknik relaksasi. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati 2016 (Putri dan Widarti 2018) membuktikan bahwa teknik relaksasi merupakan teknik yang efektif untuk menurunkan kecemasan. Teknik relaksasi merupakan teknik dengan metode pemberian kegiatan yang dapat membuat rileks, misalnya meditasi, napas dalam, relaksasi imajinasi, pemberian aromaterapi dan relaksasi progresif. Salah satu intervensi yang digunakan yaitu dengan aromaterapi. *Cytrus (orange) aromatherapy* dapat diterapkan pada pasien pre operasi untuk menurunkan cemas (Putri dan Widarti, 2018).

Ansietas (kecemasan) muncul karena terkait pembedahan yang akan dialaminya. Indikator dari tingkat kecemasan berkurang antara lain dapat beristirahat, tidak berjalan mondar-mandir, tidak meremas-remas tangan, perasaan gelisah berkurang, tidak ada gangguan tidur, tidak berkeringat dingin, wajah tegang berkurang, tidak ada peningkatan tekanan darah, tidak ada rasa takut dan cemas yang disampaikan (Moorhead, 2016). Intervensi ansietas yaitu pengurangan kecemasan dengan aktivitas gunakan pendekatan yang tenang dan meyakinkan, identifikasi pada saat terjadi perubahan tingkat kecemasan, dorong keluarga untuk mendampingi klien dengan cara yang tepat, dengarkan klien, instruksikan klien untuk menggunakan teknik relaksasi (Bulechek dkk, 2016).

Cytrus (orange) aromatherapy adalah salah satu ansiolitik atau bahan yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan. Hal ini karena *cytrus (orange) aromatherapy* yang mengandung linalool. Linalool berfungsi sebagai ansiolitik atau zat yang dapat menurunkan kecemasan. Linalool menjadi salah satu aromaterapi yang banyak digunakan secara inhalasi (dihirup). Dampak positif aromaterapi

terhadap penurunan tingkat kecemasan akan lebih dirasakan apabila diberikan secara inhalasi (dihirup) karena hidung penciuman mempunyai kontak langsung dengan bagian-bagian otak yang bertugas merangsang terbentuknya efek yang ditimbulkan aromaterapi. *Cytrus (orange) aromatherapy* bekerja merangsang sel saraf penciuman dan mempengaruhi sistem kerja limbik. Sistem limbik merupakan pusat nyeri, senang, marah, takut, depresi, dan berbagai emosi lainnya. Hipotalamus yang berperan sebagai pengantar dan regulator memunculkan pesan-pesan ke bagian otak serta bagian tubuh yang lain. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan berupa pelepasan hormon melatonin dan serotonin yang menyebabkan senang, relaks atau sedatif (Fatmawati 2016 dalam Putri dan Widarti 2018).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk menggunakan aromaterapi *orange* untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi apendektomi.

2. METODE PENELITIAN

Metode Penelitian: Karya tulis ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Tempat di RSUD Pandan Arang Boyolali, pada bulan Januari-April 2019. Metode pengumpulan data menggunakan metode observasi, pengukuran, dan dokumentasi. Instrumen studi kasus ini menggunakan format asuhan keperawatan medikal bedah, nursing kit, lembar pengukuran *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (SAS/SARS), SOP teknik relaksasi aromaterapi *orange*, lembar observasi dan alat tulis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Berdasarkan pengkajian yang dilakukan kepada 3 pasien dengan diagnosa apendisitis. Pengkajian pada klien 1 dilakukan pada hari Senin, 20 Januari 2019. Nama Tn. M, umur 35 tahun, jenis kelamin laki-laki, alamat Cepogo, Boyolali. Pasien mengatakan sakit perut dan mengatakan akan di operasi usus bantu, pasien mengatakan keringat berlebih. Pasien terlihat gelisah, sulit tidur, pasien

terlihat memegang perut, skala kecemasan 51 (ringan), Tekanan darah 130/80 mmHg, Nadi 78 x/menit, Suhu badan 36,8°C, RR 22 x/menit.

Pengkajian pada klien 2 dilakukan pada hari Sabtu, 2 Februari 2019. Nama Tn. G, umur 33 tahun, jenis kelamin laki-laki, alamat Cepogo, Boyolali. Pasien mengatakan nyeri perut kanan bawah, pasien mengatakan belum pernah operasi sebelumnya, pasien mengatakan cemas terkait operasi yang akan dijalannya. Pasien tampak gelisah dan berkeringat, pasien tampak cemas, pasien terlihat tidak nyaman dengan nyeri yang dialaminya, tekanan darah 120/90 mmHg, nadi 84 x/menit, suhu badan 36,6°C, RR 20 x/menit, skala kecemasan 48 (ringan).

Pengkajian pada klien 3 dilakukan pada hari Senin, 25 Februari 2019. Nama Tn. S, umur 29 tahun, jenis kelamin laki-laki, alamat Boyolali. Pasien mengatakan lemas, pasien mengatakan tidur terganggu karena cemas akan operasi, pasien mengatakan belum pernah operasi sebelumnya. Pasien tampak tidak nyaman dan gelisah, skala kecemasan 45 (ringan), tekanan darah 100/60 mmHg, nadi, 79x/menit, RR 20x/menit, S 36°C.

Implementasi berdasarkan intervensi yang telah ditegaskan, maka dapat dilakukan implementasi terhadap 3 pasien menginstruksikan pasien dengan menggunakan teknik relaksasi aromaterapi *orange* selama 15-20 menit.

Evaluasi berdasarkan implementasi yang dilakukan terhadap 3 pasien selama 3x24 jam, maka dapat dilakukan evaluasi pada pasien ke 1 yaitu pasien mengatakan merasa lebih nyaman, dengan indikator dapat beristirahat (skore 5), tidak meremas-remas tangan (skore 5), perasaan gelisah berkurang (skore 4), tidak ada peningkatan tekanan darah (skore 5), dan tidak ada rasa takut dan cemas yang disampaikan (skore 4), *assesmen* masalah teratasi sebagian, *planning* menganjurkan keluarga untuk mendampingi pasien.

Pasien ke 2 yaitu pasien mengatakan menjadi lebih siap untuk menghadapi operasi yang akan dijalannya, dengan indikator dapat beristirahat (skore 5), tidak meremas-remas tangan (skore 5), perasaan

gelisah berkurang (skore 4), tidak ada peningkatan tekanan darah (skore 5), dan tidak ada rasa takut dan cemas yang disampaikan (skore 4), *assesmen* masalah teratasi, *planning* intervensi dihentikan.

Pasien ke 3 yaitu pasien mengatakan cemas berkurang, dengan indikator dapat beristirahat (skore 5), tidak meremas-remas tangan (skore 5), perasaan gelisah berkurang (skore 5), tidak ada peningkatan tekanan darah (skore 5), dan tidak ada rasa takut dan cemas yang disampaikan (skore 4), *assesmen* masalah teratasi, *planning* intervensi dihentikan.

b. Pembahasan

Ansietas adalah suatu perasaan tidak santai yang samar-samar karena ketidaknyamanan atau rasa takut yang disertai suatu respons. Seringkali sumber perasaan tidak santai tersebut tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu. Ansietas dapat pula diterjemahkan sebagai suatu perasaan takut akan terjadi sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya (Nurhalimah, 2016).

Faktor yang mempengaruhi cemas menurut Maryunani, (2014) yaitu : memungkinkan pasien bereaksi dengan adanya stress dengan kecemasan yang tinggi, sejumlah peristiwa yang menimbulkan stres yang telah terjadi akhir-akhir ini pada kehidupan pasien atau dalam keluarga dalam pasien, persepsi pasien terhadap hospitalisasi dan pengalaman pembedahan, pentingnya pembedahan untuk pasien, berbagai hal yang diketahui yang dihadapi pasien pada saat masuk rumah sakit, tingkat harga diri dan *image* / gambaran diri pasien, sistem keyakinan dan keagamaan pasien.

Hasil pengkajian yang dilakukan pada ketiga pasien, didapatkan hasil bahwa ketiga klien memiliki keluhan lemas, tidur terganggu karena cemas akan operasi, pasien mengatakan belum pernah operasi sebelumnya, pasien berkeringat lebih, pasien terlihat gelisah, khawatir, cemas, pengkajian tersebut sesuai dengan batasan karakteristik diagnosa ansietas.

Untuk mengukur tingkat kecemasan pasien yaitu dengan menggunakan *Zung Self-Rating Anxiety Scale* (SAS/SARS) adalah penilaian kecemasan pada pasien

dewasa yang dirancang oleh William W.K.Zung, dikembangkan berdasarkan gejala kecemasan dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-II). Terdapat 20 pertanyaan, dimana setiap pertanyaan dinilai 1-4 (1: tidak pernah, 2:kadang-kadang, 3:sebagian waktu, 4:hampir setiap waktu). Terdapat 15 pertanyaan ke arah peningkatan kecemasan dan 5 pertanyaan ke arah penurunan kecemasan (*Zung Self-Rating Anxiety Scale*) (Nursalam, 2014).

Kecemasan pada pasien preoperasi harus diatasi, karena dapat menimbulkan perubahan-perubahan fisiologis yang akan menghambat dilakukannya tindakan operasi. Menurut Efendy 2008 (Gea, 2013) mengungkapkan bahwa dalam keadaan cemas, tubuh akan memproduksi hormon kortisol secara berlebihan yang akan berakibat meningkatkan tekanan darah, dada sesak, serta emosi tidak stabil. Akibat dari kecemasan pasien pre operasi yang sangat hebat maka ada kemungkinan operasi tidak bisa dilaksanakan, karena pada pasien yang mengalami kecemasan sebelum operasi akan muncul kelainan seperti tekanan darah yang meningkat, sehingga apabila tetap dilakukan operasi akan dapat mengakibatkan penyulit terutama dalam menghentikan perdarahan dan bahkan setelah operasi pun akan mengganggu proses penyembuhan.

Kecemasan berkurang dapat dilakukan dengan beberapa cara antara lain dengan teknik distraksi dan relaksasi, komunikasi terapeutik, psikofarma, psikoterapi, dan psikoreligius (Putri dan Widarti, 2018). Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati 2016 (Putri dan Widarti 2018) membuktikan bahwa teknik relaksasi merupakan teknik yang efektif untuk menurunkan kecemasan. Teknik relaksasi merupakan teknik dengan metode pemberian kegiatan yang dapat membuat rileks, misalnya meditasi, napas dalam, relaksasi imajinasi, pemberian aromaterapi dan relaksasi progresif. Salah satu intervensi yang digunakan yaitu dengan aromaterapi. *Cytrus (orange) aromatherapy* dapat diterapkan pada pasien pre operasi untuk menurunkan cemas (Putri dan Widarti, 2018).

Cytrus (orange) aromatherapy adalah salah satu ansiolitik atau bahan yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan. Hal ini karena *cytrus (orange) aromatherapy* yang mengandung linalool. Linalool berfungsi sebagai ansiolitik atau zat yang dapat menurunkan kecemasan. Linalool menjadi salah satu aromaterapi yang banyak digunakan secara inhalasi (dihirup). Dampak positif aromaterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan akan lebih dirasakan apabila diberikan secara inhalasi (dihirup) karena hidung penciuman mempunyai kontak langsung dengan bagian-bagian otak yang bertugas merangsang terbentuknya efek yang ditimbulkan aromaterapi. *Cytrus (orange) aromatherapy* bekerja merangsang sel saraf penciuman dan mempengaruhi sistem kerja limbik. Sistem limbik merupakan pusat nyeri, senang, marah, takut, depresi, dan berbagai emosi lainnya. Hipotalamus yang berperan sebagai pengantar dan regulator memunculkan pesan-pesan ke bagian otak serta bagian tubuh yang lain. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan berupa pelepasan hormon melatonin dan serotonin yang menyebabkan senang, relaks atau sedatif (Fatmawati 2016 dalam Putri dan Widarti 2018).

Implementasi yang dapat dilakukan kepada 3 pasien diatas adalah dengan teknik relaksasi aromaterapi *orange*. Melakukan pengkajian secara umum terhadap pasien, mengkaji tingkat kecemasan pasien dengan skala kecemasan *Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS/SARS)*, kemudian mengkaji apakah pasien tersebut suka dengan aromaterapi *orange*. Kemudian setelah itu, dilakukan teknik relaksasi aromaterapi *orange* kurang lebih 15-20 menit kepada 3 pasien tersebut dengan dianjurkan untuk relaksasi nafas dalam. Dari hasil implementasi tersebut didapatkan hasil penurunan skala kecemasan, walaupun antar 1 pasien dengan pasien lainnya berbeda. Pasien 1 skala kecemasan dari 51 menjadi 42, mengalami penurunan 9 angka. Pasien 2 skala kecemasan dari 48 menjadi 43, mengalami penurunan 5 angka. Pasien 3 skala kecemasan dari 45 menjadi 41, mengalami penurunan 4 angka. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa teknik

relaksasi aromaterapi *orange* dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi apendektomi. Adapun faktor penghambat keberhasilan teknik relaksasi aromaterapi *orange* dalam menurunkan cemas yaitu keadaan lingkungan yang ramai, keadaan ruangan yang terlalu terbuka, karena teknik relaksasi aromaterapi *orange* memerlukan ruang yang tertutup sehingga aromanya akan lebih maksimal terhirup.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan Putri dan Widarti (2018), menyatakan ada perbedaan yang signifikan antara pemberian *cytrus (orange)* aromaterapi terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi. Hal ini sama dengan penelitian Julianto, dkk (2014), dapat dilihat rata-rata penurunan terlihat jelas bahwa aromaterapi *orange* dapat menurunkan skor ansietas dengan rata-rata 4,925. Sehingga dapat diambil generalisasi bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi *orange* dalam menurunkan tingkat ansietas pada klien pre operasi bedah mayor.

4. SIMPULAN

a. Simpulan

Berdasarkan hasil studi kasus dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil beberapa simpulan antara lain penulis menyusun resume keperawatan yaitu keperawatan medikal bedah dalam pemberian aromaterapi *orange* untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi apendektomi dengan melakukan pengkajian, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Dari hasil pengkajian didapatkan data pasien mengalami ansietas ringan menjelang operasi dan didapatkan masalah keperawatan yaitu ansietas berhubungan dengan stresor. Implementasi yang dilakukan untuk menurunkan tingkat kecemasan adalah dengan aromaterapi *orange*. Evaluasi yang didapatkan terjadi penurunan tingkat kecemasan pasien 1 skala kecemasan dari 51 menjadi 42, pasien 2 skala kecemasan dari 48 menjadi 43, pasien 3 skala kecemasan dari 45 menjadi 41 setelah diberikan pemberian aromaterapi *orange* pada pasien pre operasi apendektomi.

Aromaterapi *orange* dapat digunakan sebagai alternatif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi apendektomi dari kecemasan ringan menjadi normal / tidak cemas.

b. Saran

- 1) Diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dijadikan pertimbangan serta referensi dalam memanfaatkan aromaterapi *orange* untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi apendektomi.
- 2) Diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan rumah sakit khususnya dalam merespon kecemasan pasien dalam menjalani operasi melalui pemberian aromaterapi *orange*.

5. REFERENSI

- Bulechek, G., Buther, H., Dochterman, J., Wagner, C. 2016. *Nursing intervention clasification (NIC)*. Yogyakarta: Moco Media.
- Fatkan, M., Yusuf, Ah., Herisanti, W. 2018. Pengaruh Kombinasi Mobilisasi Dini Dan Relaksasi Spiritual Terhadap Tingkat Nyeri Klien Post Operasi Apendektomi (Di Rumah Sakit Islam Surabaya). Universitas Airlangga Surabaya.
- Gea, N.Y.K. 2013. Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di RSUD Kota Bekasi Tahun 2013. STIKES Medistra Indonesia.
- Herdman, T.H., Kamitsuru, S. 2016. *NANDA International Inc. Diagnosis Keperawatan : Definisi & Klasifikasi 2015-2016*, Ed. 10. Jakarta: EGC.
- Hurst, M. 2016. *Belajar Mudah Keperawatan Medikal-Bedah Vol 2*. Jakarta: EGC.
- Jamaludin., Ulya, N.K. 2017. Pengaruh Terapi Guided Imaginary Dan Iringan Musik Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Dengan Post Apendiktomi Hari I Di Ruang Cempaka RSUD Sunan Kalijaga Demak. *Jurnal Profesi Keperawatan* Vol. 4 No. 2 Juli 2017 Akademi keperawatan Krida Husada Kudus.
- Julianto, R.D., Romadoni, S., Astuti, W. 2014. Pengaruh Citrus Aromaterapi Terhadap Ansietas Pasien Preoperasi Bedah Mayor Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2014. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*.
- Maryunani, A. 2014. *Asuhan Keperawatan Perioperatif – Pre Operasi*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Moorhead, S., Johnson, M., Maas, ML Swanson, E.. 2016. *Nursing Outcomes Clasification (NOC)*. Yogyakarta: Moco Media.
- Nuari, N.A. 2015. *Asuhan Keperawatan Pada Gangguan Sistem Gastrointestinal*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Nurhalimah. 2016. *Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Nursalam. 2014. *Manajemen Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Putri, M.A., Widarti, A.T. 2018. Pengaruh Citrus (Orange) Aromatherapy Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi di RSUD Kota Madiun. Program Studi Ilmu Keperawatan. STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Ratu, A., Adwan, M. 2018. *Penyakit Penyakit Hati Lambung Usus dan Ambien*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Soewito, B. 2017. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Apendisitis Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Siti Aisyah Kota Lubuklinggau Tahun 2017. *Jurnal Keperawatan Lubuklinggau* Volume 5, Nomor 2.