



Studi Kasus

Penerapan aromaterapi lavender pada pasien ansietas dengan penyakit kardiovaskular di rumah sakit

Asri Agestina¹ , Tri Hartiti¹ , Vivi Yosafianti Pohan¹

¹ Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:

- Submit 22 Januari 2026
- Diterima 15 Agustus 2026
- Diterbitkan 17 Agustus 2026

Kata kunci:

Ansietas; Aromaterapi Lavender;
Penyakit Kardiovaskular; STAI

Abstrak

Penyakit kardiovaskular sering disertai ansietas yang dapat memperburuk kondisi hemodinamik dan menghambat pemulihan subjek. Aromaterapi lavender dilaporkan memiliki efek ansiolitik melalui mekanisme pada sistem saraf pusat. Studi ini bertujuan mendeskripsikan penerapan aromaterapi lavender dan perubahan skor ansietas pada subjek dengan penyakit kardiovaskular di ruang ICCU. Studi kasus deskriptif melibatkan empat subjek yang memenuhi kriteria inklusi. Intervensi diberikan dua kali sehari selama tiga hari melalui inhalasi lavender 2 tetes selama 20 menit. Tingkat kecemasan diukur menggunakan Spielberger State-Trait Anxiety Inventory sebelum dan sesudah intervensi. Setelah rangkaian intervensi, seluruh subjek menunjukkan penurunan skor STAI Y-1 dari rentang 50-53 menjadi 43-44 dan STAI Y-2 dari rentang 46-49 menjadi 41-43. Temuan ini bersifat deskriptif karena studi tidak menggunakan kelompok pembanding. Pada empat kasus ini, pemberian aromaterapi lavender diikuti oleh penurunan skor STAI pada subjek kardiovaskular di ruang ICCU. Aromaterapi lavender dapat dipertimbangkan sebagai terapi komplementer pendamping dengan memperhatikan kondisi klinis, keamanan, preferensi subjek, dan terapi standar.

PENDAHULUAN

Cardiovascular disease (CVD) merupakan kondisi yang memengaruhi jantung dan pembuluh darah. Diperkirakan 18 juta orang meninggal setiap tahun akibat PJK, yang merupakan hampir 30% dari seluruh kematian di seluruh dunia, menurut statistik yang dikumpulkan oleh World Health Organization (WHO). Jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat mencapai 25 juta kematian di tahun 2030. Subjek dengan CVD akan mengalami pengalaman fisik yang mengganggu seperti: nyeri dada, penurunan curah jantung, masalah pernapasan dan gangguan emosi

meliputi: ketakutan, kecemasan, dan depresi. Risiko gangguan kecemasan (ansietas) dan perubahan suasana hati akan meningkat dua kali lipat pada subjek dengan CVD. Ansietas lebih sering terjadi dibandingkan depresi pada CVD terutama pada penyakit jantung akut atau intervensi. Sekitar 20%-30% subjek dengan *Acute Coronary Syndrome* (ACS) akan mengalami tingkat ansietas yang tinggi. Pernyataan ilmiah organisasi *European Society of Cardiology* dan *American Heart Association* bahwa perkembangan dan progres penyakit kardiovaskular mempunyai dampak pada tingkat ansietas (Karlsen et al., 2021).

Corresponding author:

Asri Agestina

Email: asriagestina08@gmail.com

Ners Muda, Vol 7 No 2, Agustus 2026

e-ISSN: 2723-8067

DOI: <https://doi.org/10.26714/nm.v7i2.20541>

Ansietas adalah perasaan panik yang tersebar luas, tidak diinginkan, dan ambigu yang tidak diketahui asalnya yang memengaruhi seseorang dan mencakup keragu-raguan, kelemahan, dan rangsangan fisiologis. Hal tersebut tergantung pada tingkat keparahan dan durasi paparan gangguan psikologis ini. Rasa takut yang bersifat sementara dan kekhawatiran terhadap masa depan dialami hampir 50% subjek CVD dan juga berkaitan dengan proses transfer ke ruang ICCU (*Intensive Cardiac Care Unit/ICCU*). Kecemasan akan meningkatkan laju pernapasan dan denyut jantung, kebutuhan oksigen miokard, konsentrasi plasma adrenalin dan noradrenalin serta tekanan darah yang dapat mengakibatkan penyakit jantung iskemik (Azza et al., 2026). Subjek dengan penyakit kardiovaskular mengalami pengalaman tidak menyenangkan dengan kondisi terpasang alat medis, kecemasan akan kematian, kesepian, ketidakberdayaan, putus asa, dan kurang tidur akibat penyakitnya (van Oorsouw et al., 2024).

Ansietas yang berlebihan pada subjek kardiovaskular mempunyai dampak menurunkan kualitas hidup, memengaruhi fungsi organ tubuh, dan dapat memperburuk status kesehatan subjek. Kehadiran ansietas secara signifikan meningkatkan risiko kematian subjek dengan penyakit jantung. Ansietas juga dapat memicu respons fisiologis subjek seperti inflamasi, peningkatan stres, depresi, dan memperburuk perkembangan penyakit jantung. Ansietas merusak dan memprovokasi emosional, psikologis, dan fisik subjek sehingga menunda pemulihan subjek (Karki & Mahara, 2022a).

Manajemen ansietas pada subjek dengan CVD dapat menggunakan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Penggunaan terapi farmakologi seperti benzodiazepin dan antidepresan memiliki peran yang penting dalam mengatasi

ansietas pada subjek CVD tetapi ada hal yang harus diperhatikan terkait efek samping seperti gangguan kognitif, sedatif, efek toleransi dan ketergantungan. Saat ini terapi komplementer menjadi lebih populer karena efektif, mudah diaplikasikan pada berbagai penyakit termasuk pada CVD dengan memiliki risiko yang minimal. Aromaterapi termasuk dalam terapi komplementer dan menjadi alternatif pengobatan yang mendapat perhatian secara khusus. Hal ini karena aromaterapi dapat berdampak ke seluruh tubuh, meningkatkan fisik dan psikologis yang digunakan sebagai upaya pencegahan dan pengobatan dari berbagai penyakit (Hernandini & Machmudah, 2023; Rahmayani & Machmudah, 2022; Rositasari & Maliya, 2022; Sugito et al., 2023; Tusyukriyah & Aisah, 2022).

Aromaterapi adalah bentuk pengobatan alternatif yang menggunakan minyak esensial terapeutik yang terbuat dari ekstrak tumbuhan untuk meningkatkan kesehatan mental, fisik, dan spiritual (Vora et al., 2024a). Minyak esensial merupakan hasil ekstrak tanaman yang berupa cairan dan mudah diuapkan. Penggunaan minyak esensial terkonsentrasi ini dapat digunakan untuk perawatan melalui inhalasi ataupun topikal. Perawatan inhalasi dapat menggunakan seperti kain yang diresapi minyak, plester dengan pad, maupun difusi ruangan (Brennan et al., 2022).

Lavender atau *lavandula angustifolia* dari famili Labiatae merupakan salah satu aromaterapi yang memiliki bau harum dan banyak digunakan sebagai penenang (sedasi). Kandungan yang efektif dari lavender yaitu linalool dan linalyl acetate (*E. Pratiwi et al., 2024*). Sementara linalil asetat menimbulkan efek narkotika, linalool bertindak sebagai obat penenang dengan memengaruhi reseptor asam gamma-aminobutirat pada sistem saraf pusat. Lavender berfungsi sebagai anti kecemasan dan obat penenang. Inhalasi lavender



mengurangi neurotransmitter berhubungan dengan ansietas termasuk adrenalin dan noradrenalin. Aromaterapi lavender menurunkan plasma kortisol yang mengakibatkan peningkatan aliran darah koroner. Minyak lavender digunakan selama operasi angiografi koroner mengurangi stres dan kecemasan pada subjek (Fatemeh et al., 2019). Aromaterapi lavender sebagian besar digunakan pada infark miokard dan operasi bedah pintas koroner.

Berdasarkan uraian tersebut, studi kasus ini bertujuan mendeskripsikan penerapan aromaterapi lavender dan perubahan skor ansietas pada subjek dengan penyakit kardiovaskular di ruang ICCU RSUP Dr. Kariadi Semarang.

METODE

Studi ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan (Yanto, 2023; Yanto et al., 2022). Studi ini mendeskripsikan penerapan aromaterapi lavender pada ansietas subjek dengan penyakit kardiovaskular di ICCU. Empat subjek dipilih secara purposive berdasarkan kriteria inklusi; dua subjek perempuan dan dua subjek laki-laki. Kriteria inklusi pada studi kasus ini meliputi skor *Spielberger State-Trait Anxiety Inventory* di atas 43, usia lebih dari 20 tahun, menjalani perawatan minimal 24 jam, tidak memiliki gangguan penciuman, tidak mempunyai riwayat asma, dan tidak memiliki riwayat alergi terhadap tanaman obat maupun esens. Kriteria eksklusi yaitu kondisi subjek yang memburuk, keluar dari rumah sakit sebelum hari keempat, dan terjadinya krisis perasaan. Studi kasus ini dilakukan di ruang ICCU RSUP Dr. Kariadi Semarang pada Oktober 2025 sampai Januari 2026. Intervensi berupa teknik relaksasi dengan pemberian aromaterapi lavender.

Intervensi pada subjek studi kasus diawali dengan penjelasan tujuan dan prosedur, dilanjutkan dengan pengisian *informed consent* oleh subjek dan keluarga, serta pemberian instruksi untuk tidak menggunakan obat herbal maupun obat lain di luar terapi yang telah ditetapkan. Intervensi aromaterapi dilakukan dua kali sehari selama tiga hari berturut-turut, pada pukul 08.00 dan 19.00. Minyak esensial lavender diberikan sebanyak 2 tetes dan dihirup selama 20 menit. Minyak diteteskan pada tisu tiga lapis (*non absorben*) yang ditempelkan ke baju subjek. Ansietas subjek diukur pukul 07.00 (sebelum intervensi) dan dikaji ulang pukul 18.00 karena pada penelitian sebelumnya diketahui bahwa puncak efek dari lavender aromaterapi akan diperoleh setelah 9 jam pemberian.

Instrumen penelitian ini menggunakan *Spielberger State-Trait Anxiety Inventory* (STAI) untuk mengukur ansietas subjek. Instrumen STAI digunakan untuk menilai kecemasan situasional (Form Y-1) dan kecemasan sifat/trait (Form Y-2) (Legaki et al., 2020; Rajai et al., 2016). Hasil uji sensitivitas STAI menunjukkan skor 94% untuk instrumen yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh penerjemah profesional, yang menandakan bahwa instrumen ini memiliki tingkat sensitivitas tinggi dalam mengidentifikasi ansietas pada subjek (C. J. Pratiwi & Ningsih, 2022). Instrumen STAI terdiri dari 40 pernyataan untuk menilai kecemasan situasional dan kecemasan sifat. Penilaian menggunakan skala Likert, di mana 1 berarti tidak pernah, 2 berarti kadang-kadang, 3 berarti sering, dan 4 berarti selalu. Skor kecemasan dapat diklasifikasikan sebagai normal (20–29), ringan (30–39), sedang (40–49), atau berat (50–80) (Fountoulakis et al., 2006; Valente et al., 2025).

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan skor STAI yang dicatat selama rangkaian intervensi. Tanda vital



subjek dipantau dan dicatat setiap 6 jam menggunakan monitor tanda vital. Pencatatan tanda vital terakhir dilakukan pada hari ke-4 rawat inap pukul 06.00 WIB, dan kuesioner STAI diisi kembali pada akhir intervensi.

HASIL

Studi kasus ini mendeskripsikan penerapan aromaterapi lavender pada empat subjek dengan penyakit kardiovaskular yang dirawat di ICCU RSUP Dr. Kariadi Semarang. Dua subjek berjenis kelamin laki-laki dan dua perempuan. Aromaterapi lavender diberikan sebagai terapi pendamping, dan perubahan ansietas diamati melalui skor STAI.

Pengkajian pada dua subjek laki-laki yaitu Tn. P dan Tn. S dilakukan di ruang ICCU dengan kondisi medis kardiovaskular yang berbeda. Tn. P, 57 tahun, dirawat dengan diagnosis *Acute Myocardial Infarction* dan sepanjang evaluasi, ia menyatakan bahwa ia tidak mengalami nyeri dada, dalam keadaan sehat, waspada secara mental, dan hemodinamikanya sebagai berikut: tekanan darah 94/58 mmHg, denyut nadi 76 denyut per menit, laju pernapasan 20 denyut per menit, dan suhu 36,5 derajat Celcius. Skor kecemasan STAI Y-1 menunjukkan angka 51 dan Y-2 46. Sementara itu, Tn. S, 55 tahun, dirawat dengan diagnosis *Congestive Heart Failure* dan tidak memiliki keluhan saat dikaji, dengan tanda vital stabil yaitu TD 116/89 mmHg, nadi 88 x/menit, SpO₂ 100% RA, dan RR 20 x/menit. Subjek kooperatif, mampu duduk tanpa bantuan, tidak menunjukkan distress pernapasan, dan memiliki skor kecemasan STAI Y-1 50 dan Y-2 48.

Pengkajian pada dua subjek perempuan yaitu Ny. S dan Ny. N dilakukan di ruang ICCU dengan fokus pada kondisi kardiovaskular dan tingkat kecemasan. Ny. S, 36 tahun, pasca operasi MVR menunjukkan hemodinamik stabil TD

100/62 mmHg, HR 83 x/menit, RR 20 x/menit, suhu 36,5°C, tanpa perdarahan luka operasi, dan memiliki skor kecemasan STAI Y-1 52 dan Y-2 47. Ny. N, 59 tahun, nyeri dada menjalar punggung >20 menit disertai keringat dingin, mual, dan sesak ringan. Tanda vital Ny. N menunjukkan TD 94/68 mmHg, HR 97 x/menit, RR 20 x/menit, suhu 36,6°C, dan saturasi 98% dengan NC 3 LPM. Skor kecemasan STAI Y-1 Ny. N adalah 53 dan Y-2 49; dan kondisi klinisnya memerlukan pemantauan ketat.

Berdasarkan pengkajian empat subjek dengan kondisi kardiovaskular di ruang ICCU dan adanya skor kecemasan pada STAI, diagnosis utama yang ditetapkan adalah Ansietas (SDKI D.0080) sesuai Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Diagnosis ini menjadi fokus intervensi keperawatan selama periode pengamatan.

Intervensi utama yang ditetapkan adalah Terapi Relaksasi (I.09326) sesuai Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Intervensi diarahkan untuk mendukung relaksasi dan kenyamanan subjek selama perawatan di ICCU.

Implementasi Terapi Relaksasi (I.09326) dilakukan dalam bentuk pemberian aromaterapi lavender dua kali sehari, pukul 08.00 dan 19.00, selama tiga hari berturut-turut pada seluruh subjek. Pelaksanaan intervensi dipantau selama periode perawatan.

Setelah tiga hari pemberian aromaterapi lavender, skor STAI menurun pada seluruh subjek. Pada Tn. P, STAI Y-1 berubah dari 51 menjadi 43 dan Y-2 dari 46 menjadi 42; Tn. S dari 50 menjadi 44 dan Y-2 dari 48 menjadi 43; Ny. S dari 52 menjadi 44 dan Y-2 dari 47 menjadi 41; serta Ny. N dari 53 menjadi 44 dan Y-2 dari 49 menjadi 43. Secara deskriptif, seluruh subjek menunjukkan skor akhir yang lebih rendah dibandingkan skor awal.



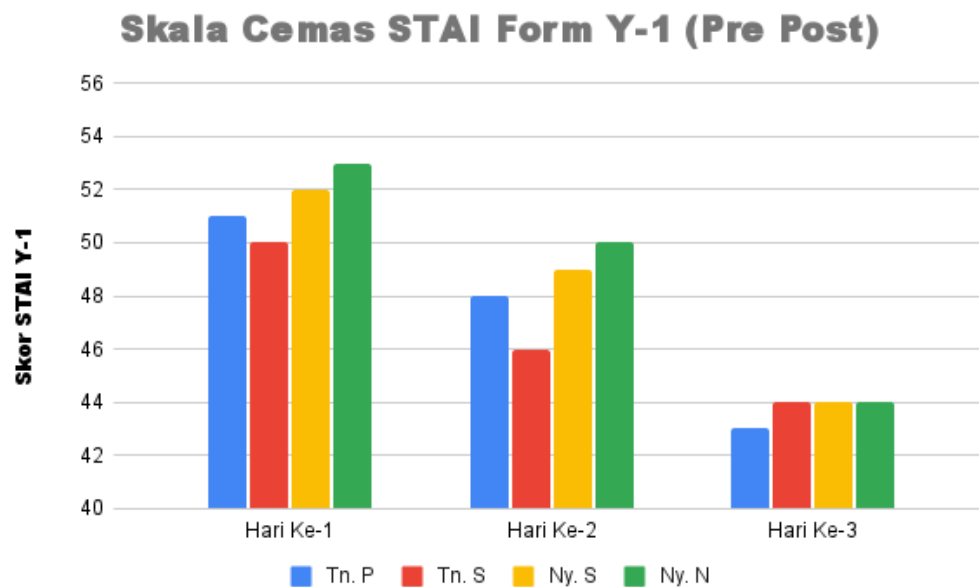
Tabel 1
Karakteristik Responden

No.	Nama	Usia	Diagnosis Medis	Keluhan Utama	Tanda-Tanda Vital	Tingkat Kecemasan
1.	Tn. P	57	<i>Acute Myocardial Infarction</i> (AMI)	Tidak ada nyeri dada, kondisi umum baik	• TD 94/58 mmHg • Nadi 76 x/menit • RR 20 x/menit • SpO₂ 100% • Suhu 36,5°C	STAI Y-1: 51, Y-2: 46
2.	Tn. S	55	<i>Congestive Heart Failure</i> (CHF)	Tidak ada keluhan	• TD 116/89 mmHg • Nadi 88 x/menit • RR 20 x/menit • SpO₂ 100% RA • Suhu 36,6°C	STAI Y-1: 50, Y-2: 48
3.	Ny. S	36	<i>Post operasi Mitral Valve Replacement</i>	Tidak ada keluhan, luka operasi tanpa perdarahan	• TD 100/62 mmHg • Nadi 83 x/menit • RR 20 x/menit • SpO₂ 99% • Suhu 36,5°C	STAI Y-1: 52, Y-2: 47
4.	Ny. N	59	Suspek Sindrom Koroner Akut	Nyeri dada > 20 menit menjalar punggung, keringat dingin, mual, sesak	• TD 94/68 mmHg • Nadi 97 x/menit • RR 20 x/menit • SpO₂ 98% NC 3 LPM • Suhu 36,6°C	STAI Y-1: 53, Y-2: 49

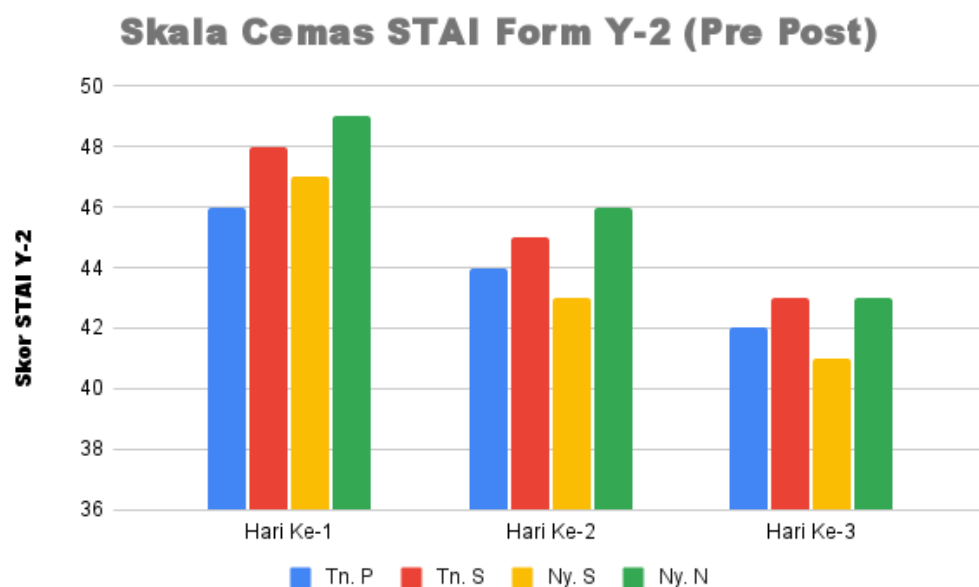
Tabel 2
Skor STAI Form Y-1 dan Form Y-2 Hari Ke-1 sampai Hari Ke-3

Form	No.	Subjek	Hari Ke-1	Hari Ke-2	Hari Ke-3	Penurunan
Y-1	1.	Tn. P	51	48	43	8
	2.	Tn. S	50	46	44	6
	3.	Ny. S	52	49	44	8
	4.	Ny. N	53	50	44	9
Y-2		Tn. P	46	44	42	6
		Tn. S	48	45	43	5
		Ny. S	47	43	41	6
		Ny. N	49	46	43	6





Gambar 1
Skor STAI Form Y-1 Hari Ke-1 sampai Hari Ke-3



Gambar 2
Skor STAI Form Y-2 Hari Ke-1 sampai Hari Ke-3

PEMBAHASAN

Subjek menunjukkan karakteristik kecemasan berbeda. Tn. P dan Tn. S sebagai subjek laki-laki memperlihatkan kondisi hemodinamik stabil meskipun keduanya berada dalam fase penyakit akut, yang

secara psikologis tetap memicu kecemasan terkait prognosis penyakit. Sementara itu, dua subjek perempuan, Ny. S dan Ny. N, memperlihatkan kondisi yang lebih kompleks dengan adanya riwayat operasi dan keluhan nyeri dada, sehingga kecemasan muncul sebagai respons



emosional terhadap ketidaknyamanan fisik dan risiko komplikasi. Selaras dengan teori yang menyatakan bahwa ansietas yang berlebihan pada subjek kardiovaskular mempunyai dampak menurunkan kualitas hidup, memengaruhi fungsi organ tubuh, dan dapat memperburuk status kesehatan subjek. Ansietas juga dapat memicu respons fisiologis seperti inflamasi, peningkatan stres, depresi, dan memperburuk perkembangan penyakit. Ansietas merusak dan memprovokasi reaksi emosional, psikologis, dan fisik sehingga menunda pemulihan subjek (Karki & Mahara, 2022b).

Penelitian mengenai penerapan aromaterapi lavender subjek kardiovaskular di ruang intensif ini, diperoleh data mayoritas responden kelompok usia pra lansia, sementara hanya satu responden kategori dewasa. Bertambahnya usia, tubuh mengalami perubahan alami pada struktur dan fungsi sistem kardiovaskular, seperti meningkatnya kekakuan pembuluh darah, berkurangnya elastisitas arteri, menebalnya jaringan jantung, munculnya fibrosis, serta terjadinya perubahan pada sistem penghantaran impuls listrik jantung. Karena dampak fisiologis ini, jantung harus bekerja lebih keras, kurang efisien, dan pembuluh darah arteri memiliki resistensi yang lebih besar, serta mengganggu proses pengisian jantung, sehingga pada akhirnya memperbesar kemungkinan terjadinya gagal jantung, hipertensi, penyakit jantung koroner, maupun gangguan lainnya (Rysz et al., 2021).

Komposisi subjek terdiri dari dua laki-laki dan dua perempuan. Dengan jumlah kasus yang sangat kecil, komposisi ini tidak dapat digunakan untuk menarik kesimpulan mengenai perbedaan respons berdasarkan jenis kelamin. Karakteristik jenis kelamin tetap perlu dipertimbangkan sebagai konteks klinis karena risiko penyakit kardiovaskular dapat berbeda menurut usia, status hormonal, dan komorbiditas

Intervensi yang ditetapkan, yaitu Terapi Relaksasi (I.09326) dalam bentuk pemberian aromaterapi lavender, merupakan pilihan tepat berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI). Lavender telah dikenal secara luas memiliki efek menenangkan melalui mekanisme kerja pada sistem limbik dan neurotransmitter seperti GABA, sehingga mampu menurunkan ketegangan fisik dan psikologis. Aromaterapi merupakan terapi menggunakan minyak esensial yang berasal dari ekstrak tanaman yang berguna untuk mendukung kesejahteraan emosional, fisik maupun spiritual (Vora et al., 2024b). Teori yang menyatakan bahwa dengan metode inhalasi, lavender dapat mengurangi neurotransmitter yang berhubungan dengan ansietas termasuk adrenalin dan noradrenalin.

Pada keempat kasus, skor STAI Y-1 menurun dari 50-53 pada hari pertama menjadi 43-44 pada hari ketiga, sedangkan skor Y-2 berubah dari 46-49 menjadi 41-43. Perubahan ini terjadi selama penerapan aromaterapi lavender dua kali sehari selama tiga hari. Arah perubahan tersebut sejalan dengan studi lain, yang melaporkan penurunan kecemasan setelah aromaterapi lavender pada pasien dengan sindrom koroner akut. Namun, perbedaan desain, kondisi klinis, terapi standar, dan waktu pengukuran perlu dipertimbangkan ketika membandingkan hasil.

Arah perubahan pada studi kasus ini juga konsisten dengan temuan penelitian lain yang mendapatkan hasil bahwa sebelum intervensi, tingkat kecemasan pada ketiga kelompok berada pada kategori cukup parah. Kelompok yang menerima lavender, kecemasan menurun signifikan segera setelah terapi dan tetap lebih rendah hingga tiga jam kemudian ($P < 0,05$). Sebagian besar peserta juga mengalami agitasi sebelum intervensi, namun kondisi ini berkurang setelah pemberian terapi. Meskipun penurunan agitasi pada



kelompok lavender lebih besar dibandingkan kelompok kontrol, perbedaannya tidak mencapai signifikansi statistik (Karimzadeh et al., 2021).

Teori yang menyatakan bahwa inhalasi lavender terbukti mampu menurunkan tingkat kecemasan dan depresi setelah diberikan selama tiga hari pada subjek dengan sindrom koroner akut. Temuan ini menunjukkan bahwa aromaterapi lavender menjadi intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk mendukung stabilitas emosional subjek ACS (Nategh et al., 2022). Aromaterapi lavender mampu menurunkan kecemasan segera setelah dihirup. Efek ketenangan yang muncul berlangsung dalam waktu yang cukup cepat. Penurunan kecemasan ini juga dapat bertahan beberapa jam setelah terapi diberikan (Karimzadeh et al., 2021).

Intervensi nonfarmakologis, aromaterapi merupakan metode yang aman, tidak invasif, dan mudah digunakan. Pendekatan ini juga sesuai untuk subjek kritis atau subjek dengan penyakit jantung, sehingga efektif dijadikan terapi pendamping dalam perawatan keperawatan di lingkungan ICU/CCU (Nategh et al., 2022). Aspek fisiologis dan psikologis, lavender memiliki efek membantu menstabilkan respons kecemasan. Aroma ini mampu mengurangi ketegangan emosional, sehingga sangat mendukung penggunaannya sebagai terapi relaksasi (Amini et al., 2024).

Aromaterapi lavender terbukti memiliki efek *anxiolytic* yang kuat, di mana inhalasinya dapat menurunkan tingkat kecemasan pada subjek dengan penyakit kardiovaskular di ruang perawatan intensif dan berdampak positif pada beberapa parameter hemodinamik, sehingga mendukung stabilisasi kondisi subjek secara keseluruhan (Kim et al., 2021). Linalool dan linalil asetat, dua komponen aktif lavender, mengurangi aktivitas simpatik dan meningkatkan aktivitas

parasimpatik dalam sistem saraf otonom. Mekanisme ini, termasuk modulasi jalur neurotransmiter seperti GABA, berkontribusi pada penurunan kecemasan serta membantu menstabilkan tanda-tanda vital subjek (Cui et al., 2022).

Penurunan skor ansietas yang diamati tidak dapat diatribusikan hanya pada aromaterapi lavender. Selama perawatan intensif, perubahan kondisi klinis, terapi medis yang berjalan bersamaan, adaptasi terhadap lingkungan ICCU, waktu, serta interaksi dan dukungan perawat juga berpotensi memengaruhi ansietas. Karena faktor-faktor tersebut tidak dikendalikan dalam desain studi kasus, hubungan sebab-akibat antara aromaterapi lavender dan perubahan skor STAI tidak dapat dipastikan.

Secara klinis, penerapan aromaterapi lavender dapat dipertimbangkan sebagai terapi pendamping untuk relaksasi pada subjek yang sesuai dan tidak memiliki kontraindikasi. Temuan penurunan skor STAI pada empat kasus ini mendukung perlunya evaluasi lebih lanjut dengan desain yang lebih terkontrol, pelaporan terapi bersamaan yang lengkap, dan waktu pengukuran outcome yang terstandar.

Studi ini memiliki keterbatasan berupa jumlah subjek yang hanya empat orang, heterogenitas diagnosis kardiovaskular, tidak adanya kelompok pembanding, terapi medis yang berlangsung bersamaan, serta periode observasi yang singkat. Selain itu, STAI Form Y-2 merepresentasikan trait anxiety sehingga perubahan serial dalam tiga hari memerlukan interpretasi hati-hati. Keterbatasan ini membatasi generalisasi dan tidak memungkinkan penetapan efektivitas kausal aromaterapi lavender.

SIMPULAN

Pada empat subjek dengan penyakit kardiovaskular yang dirawat di ICCU,



pemberian aromaterapi lavender dua kali sehari selama tiga hari diikuti oleh penurunan skor STAI Y-1 dari 50-53 menjadi 43-44 dan STAI Y-2 dari 46-49 menjadi 41-43. Temuan ini menunjukkan perubahan skor ansietas secara deskriptif selama periode intervensi, tetapi tidak dapat memastikan efektivitas kausal karena desain studi kasus tanpa kelompok pembandingan dan adanya terapi klinis yang berjalan bersamaan. Aromaterapi lavender dapat dipertimbangkan sebagai terapi komplementer pendamping pada subjek yang sesuai, dengan memperhatikan keamanan, preferensi subjek, dan terapi standar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh subjek yang telah bersedia berpartisipasi dan memberikan data sehingga studi kasus ini dapat terlaksana.

REFERENSI

- Amini, N., Omidvar, S., Zamenjani, M. N., Harorani, M., & Modir, H. (2024). Effectiveness of aromatherapy with lavender compared to progressive muscle relaxation on anxiety and vital signs in patients under spinal anesthesia: A randomized clinical trial. *Journal of Integrative Nursing*, 6(2).
- Azza, K., Khoiriyah, K., & Yanto, A. (2026). Aplikasi back massage terhadap kecemasan pada pasien hipertensi. *Holistic Nursing Care Approach*, 6(1), 32-36. <https://doi.org/10.26714/HNCA.V6I1.15784>
- Brennan, S. E., McDonald, S., Murano, M., & McKenzie, J. E. (2022). Effectiveness of aromatherapy for prevention or treatment of disease, medical or preclinical conditions, and injury: protocol for a systematic review and meta-analysis. *Systematic Reviews*, 11(1), 148. <https://doi.org/10.1186/S13643-022-02015-1>
- Cui, J., Li, M., Wei, Y., Li, H., He, X., Yang, Q., Li, Z., Duan, J., Wu, Z., Chen, Q., Chen, B., Li, G., Ming, X., Xiong, L., & Qin, D. (2022). Inhalation Aromatherapy via Brain-Targeted Nasal Delivery: Natural Volatiles or Essential Oils on Mood Disorders. *Frontiers in Pharmacology*, 13(April), 1-15. <https://doi.org/10.3389/fphar.2022.860043>
- Fatemeh, T., Nahid, R., Zahra, F., & Mohammad, P. (2019). The Effects of Inhaling Lavender Fragrance on Stress and Anxiety during Sheath Take out in Patients after Coronary Angiography. *Journal of Medicinal Plants*, 18(72), 78-89. <https://doi.org/10.29252/JMP.4.72.S12.78>
- Fountoulakis, K. N., Papadopoulou, M., Kleanthous, S., Papadopoulou, A., Bizeli, V., Nimatoudis, I., Iacovides, A., & Kaprinis, G. S. (2006). Reliability and psychometric properties of the Greek translation of the State-Trait Anxiety Inventory form Y: preliminary data. *Annals of General Psychiatry*, 5, 2. <https://doi.org/10.1186/1744-859X-5-2>
- Hernandini, R. R., & Machmudah, M. (2023). Aplikasi Aromaterapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I. *Ners Muda*, 4(3), 322. <https://doi.org/10.26714/NM.V4I3.10884>
- Karimzadeh, Z., Azizzadeh Forouzi, M., Rahiminezhad, E., Ahmadinejad, M., & Dehghan, M. (2021). The Effects of Lavender and Citrus aurantium on Anxiety and Agitation of the Conscious Patients in Intensive Care Units: A Parallel Randomized Placebo-Controlled Trial. *BioMed Research International*, 2021, 5565956. <https://doi.org/10.1155/2021/5565956>
- Karki, M., & Mahara, G. (2022a). Heart diseases, anxiety disorders, and negative thoughts. *Heart and Mind*, 6(1), 22-25. https://doi.org/10.4103/HM.HM_45_21
- Karki, M., & Mahara, G. (2022b). Heart diseases, anxiety disorders, and negative thoughts. *Heart and Mind*, 6(1), 22-25. https://doi.org/10.4103/HM.HM_45_21
- Karlsen, H. R., Matejschek, F., Saksvik-Lehouillier, I., & Langvik, E. (2021). Anxiety as a risk factor for cardiovascular disease independent of depression: A narrative review of current status and conflicting findings. *Health Psychology Open*, 8(1), 2055102920987462. <https://doi.org/10.1177/2055102920987462>
- Kim, M., Nam, E. S., Lee, Y., & Kang, H.-J. (2021). Effects of Lavender on Anxiety, Depression, and Physiological Parameters: Systematic Review and Meta-Analysis. *Asian Nursing Research*, 15(5), 279-290. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2021.11.001>
- Legaki, F., Babatsikou, F., Koutis, C., & Polikandrioti, M. (2020). State and trait anxiety in islander



- cardiac patients: associated factors and the impact of perceived social support. *Archives of Medical Science – Atherosclerotic Diseases*, 5(1), 85–97.
<https://doi.org/10.5114/amsad.2020.95877>
- Nategh, M., Heidari, M. R., Ebadi, A., Norouzadeh, R., Mohebbinia, Z., & Aghaie, B. (2022). Lavender aromatherapy on anxiety and depression in patients with Acute Coronary Syndrome: a single-blind randomized clinical trial. *Frontiers of Nursing*, 9(2), 233–239.
<https://doi.org/10.2478/fon-2022-0022>
- Pratiwi, C. J., & Ningsih, A. D. (2022). Instrumen State-Trait Anxiety Inventory–Trait (Stai-T) Mengukur Kecemasan Pada Pasien Kemoterapi. *Portal Jurnal Malahayati*, 2(4), 827–837.
- Pratiwi, E., Muflihatin, S. K., Purnomo, S., Astuti, Z., & Milkhatun, M. (2024). Analisis praktik klinik keperawatan pada pasien cephalgia dengan intervensi inovasi efektifitas aromaterapi lavender dan relaksasi napas dalam untuk menurunkan intensitas nyeri. *Ners Muda*, 5(1), 9.
<https://doi.org/10.26714/NM.V5I1.14342>
- Rahmayani, S. N., & Machmudah, M. (2022). Penurunan Nyeri Post Sectio Caesarea Menggunakan Aroma Terapi Lavender di Rumah Sakit Permata Medika Ngaliyan Semarang. *Ners Muda*, 3(3).
<https://doi.org/10.26714/NM.V3I3.8377>
- Rajai, N., Sajadi, S. A., Teymouri, F., Zareiyan, A., Siavoshi, S., & Malmir, M. (2016). The Effect of Aromatherapy with Lavender Essential Oil on Anxiety and Stress in Patients Undergoing Coronary Artery Bypass Graft Surgery. *Jundishapur Journal of Chronic Disease Care*, 5(4).
<https://doi.org/10.17795/jjcdc-34035>
- Rositasari, E., & Maliya, A. (2022). Lavender Aromatherapy to Treat the Symptoms of Restless Leg Syndrome in Patients Undergoing Hemodialization. *Media Keperawatan Indonesia*, 5(2), 139.
<https://doi.org/10.26714/MKI.5.2.2022.139-146>
- Rysz, J., Franczyk, B., Rysz-Górzyńska, M., & Gluba-Brzózka, A. (2021). Ageing, Age-Related Cardiovascular Risk and the Beneficial Role of Natural Components Intake. *International Journal of Molecular Sciences*, 23(1).
<https://doi.org/10.3390/ijms23010183>
- Sugito, A., Ta'adi, T., Ramlan, D., & Pujiastuti, Rr. S. E. (2023). Intervention of lavender aromatherapy and acupressure to reduce pain scale in postoperative sectio caesarea patients. *Media Keperawatan Indonesia*, 6(2), 117.
<https://doi.org/10.26714/MKI.6.2.2023.117-126>
- Tusyukriyah, F., & Aisah, S. (2022). Intervensi Aromaterapi Lemon Untuk Mengatasi Dismenore. *Ners Muda*, 3(3).
<https://doi.org/10.26714/NM.V3I3.10545>
- Valente, G., Diotaiuti, P., Corrado, S., Tosti, B., Zanon, A., & Mancone, S. (2025). Validity and measurement invariance of abbreviated scales of the State-Trait Anxiety Inventory (STAI-Y) in a population of Italian young adults. *Frontiers in Psychology*, 16, 1443375.
<https://doi.org/10.3389/FPSYG.2025.1443375/BIBTEX>
- van Oorsouw, R., Oerlemans, A., van Oorsouw, G., van den Boogaard, M., van der Wees, P., & Koenders, N. (2024). Patients' lived body experiences in the intensive care unit and beyond - a meta-ethnographic synthesis. *Physiotherapy Theory and Practice*.
<https://doi.org/10.1080/09593985.2023.2239903>
- Vora, L. K., Gholap, A. D., Hatvate, N. T., Naren, P., Khan, S., Chavda, V. P., Balar, P. C., Gandhi, J., & Khatri, D. K. (2024a). Essential oils for clinical aromatherapy: A comprehensive review. *Journal of Ethnopharmacology*, 330, 118180.
<https://doi.org/10.1016/J.JEP.2024.118180>
- Vora, L. K., Gholap, A. D., Hatvate, N. T., Naren, P., Khan, S., Chavda, V. P., Balar, P. C., Gandhi, J., & Khatri, D. K. (2024b). Essential oils for clinical aromatherapy: A comprehensive review. *Journal of Ethnopharmacology*, 330, 118180.
<https://doi.org/10.1016/J.JEP.2024.118180>
- Yanto, A. (2023). Analisis Data Penelitian Keperawatan Untuk Tingkat Dasar dan Lanjut. In A. Yanto (Ed.), *Unimus Press* (1st ed., Vol. 1). Unimus Press.
<https://unimuspress.unimus.ac.id/index.php/unimus/catalog/book/80>
- Yanto, A., Mariyam, M., & Alfiyanti, D. (2022). Buku Panduan Penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners (Singlecase and Multicase Design) Edisi 2. In A. Yanto (Ed.), *Unimus Press* (2nd ed., Vol. 1). Unimus Press.

