

Upaya Menurunkan Tingkat Kecemasan Melalui Aromaterapi Orange Pada Asuhan Keperawatan Pre Operasi Apendiktomi

Efforts Of Reducing Anxiety Level Through Orange Aromatherapy In Nursing Care Of Appendectomy Preoperation

Vera Lusyana¹, Siti Sarifah², Ika Kusuma Wardani³
^{1,2,3}Prodi DIII Keperawatan ITS PKU Muhammadiyah Surakarta
veralusyan@gmail.com, sitis88@gmail.com, ikakusuma89@yahoo.co.id

Abstract: *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). 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. The paper uses case study design. Located in RSUD Pandan Arang Boyolali, from January 20 to February 29, 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. 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. Orange aromatherapy can be used as an alternative in reducing the anxiety level of patients in preoperative appendectomy.*

Key words : *Appendectomy, Anxiety, Orange Aromatherapy*

Abstrak: 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 apendiktomi. Penelitian diskriptif ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Tempat studi kasus di RSUD Pandan Arang Boyolali, pada 20 Januari sampai dengan 29 Februari 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. Hasil : Didapatkan hasil adanya 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 apendiktomi. Aromaterapi orange bermanfaat dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi apendiktomi.

Kata kunci: apendektomi, aromaterapi orange, kecemasan

I. 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 & Adwann, 2018).

Selama abad 21 di Amerika Utara kasus apendisitis dalam per 100.000 orang pertahun adalah 100 dan diperkirakan jumlah kasus tahun 2015 adalah 378.614. Sedangkan insiden apendisitis di negara-negara industri baru di Asia yaitu Korea Selatan sejumlah 206, Timur Tengah di Turki 160, dan Amerika Selatan di Chili 202 kasus (Mollie *et al*, 2017).

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 apendisitis dilaporkan sebanyak 5.980 dan 177 diantaranya menyebabkan kematian (Fatkan, *et al* 2018). Hasil studi pendahuluan Nugraheni tahun 2016 didapatkan terdapat 57 pasien apendiktomi di RSUD Pandan Arang Boyolali.

Pembedahan untuk apendisitis merupakan salah satu pembedahan abdomen yang paling sering dilakukan (Hurst, 2016). 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) dalam 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) dalam 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. Sedangkan menurut Mulugeta *et al* (2018), kecemasan selama periode pra operasi merupakan masalah yang paling umum dengan sejumlah komplikasi pasca operasi seperti peningkatan rasa sakit pasca operasi, keterlambatan penyembuhan dan memperpanjang masa tinggal di rumah sakit.

Kecemasan berkurang dapat dilakukan dengan beberapa cara antara lain dengan teknik distraksi dan relaksasi, komunikasi terapeutik, psikofarma, psikoterapi, dan psikoreligius (Fatmawati, 2016 dalam Putri dan Widarti, 2018). Diagnosa keperawatan yang ditegakkan pada asuhan keperawatan ini adalah ansietas. Ansietas berdasar NANDA adalah perasaan takut yang disebabkan oleh antisipasi terhadap bahaya (Herdman & Kamitsuru, 2016). Kecemasan dapat berkurang salah satunya dengan teknik relaksasi. Aromaterapi diberikan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan tubuh, pikiran, dan jiwa. Aromaterapi mempunyai efeknya positif karena aroma yang segar dan harum akan merangsang sensori dan reseptor yang pada akhirnya mempengaruhi organ lain sehingga dapat menimbulkan efek kuat terhadap emosi dan mampu bereaksi terhadap stress. Aromaterapi mempunyai beberapa keuntungan sebagai tindakan supportive seperti efek relaksasi maupun perangsang, menenangkan kecemasan dan menurunkan depresi (Primadiati, 2003 dalam Arwani *et al*, 2013).

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 *et al*, 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 *et al*, 2016).

Aromaterapi digunakan untuk mempengaruhi emosi seseorang dan membantu meredakan gejala penyakit. Sari minyak yang digunakan dalam aromaterapi ini berkhasiat untuk mengurangi stress, melancarkan sirkulasi darah, meredakan nyeri, mengurangi bengkak, menyingkirkan zat racun dari tubuh, mengobati infeksi virus atau bakteri, luka bakar, tekanan darah tinggi, gangguan pernafasan, insomnia (suka tidur), gangguan pencernaan, dan penyakit lainnya. Aromaterapi mempengaruhi sistem limbik di otak yang mempengaruhi emosi, suasana hati dan memori, untuk menghasilkan neurohormon di endorpin dan encephalin yang berfungsi untuk menghilangkan rasa sakit dan serotonin yang berfungsi menghilangkan stress serta kecemasan saat menghadapi persalinan (Perez, 2003 dalam Astuti *et al*, 2015). Menurut Koensoemardiyah (2009), jenis minyak esensial yang digunakan untuk aromaterapi antara lain Cendana, Kemangi, Kayu manis, Kenanga, Citrus, Melati, Cengkih, Mint, Lavender, Rose, Jasmine dan lain-lain.

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

II. METODE PENELITIAN

Metode Penelitian: penelitian diskriptif ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Tempat di RSUD Pandan Arang Boyolali, pada bulan 20 Januari – 29 Februari 2019. Metode pengumpulan data dalam studi kasus ini 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.

III. HASIL

Pengkajian

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, 79 kali/menit, RR 20 kali/menit, S 36°C.

Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan data pengkajian ke 3 pasien tersebut maka penulis menegakkan diagnose keperawatan kecemasan

Implementasi

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

Evaluasi

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.

IV. 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 : kemungkinan 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:kadangkadangk, 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) dalam 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.

Pemberian aromaterapi orange yang dilakukan dalam studi kasus ini diberikan kepada pasien dengan cara dihirup. Menurut Koensoemardiyah (2009), mekanisme melalui penciuman lebih cepat dibanding rute yang lain dalam penanggulangan masalah emosional seperti stress dan kecemasan, termasuk sakit kepala, karena hidung / penciuman mempunyai kontak langsung dengan bagian-bagian otak yang bertugas merangsang terbentuknya efek yang ditimbulkan oleh aromaterapi.

Cytrus (orange) aromatherapy adalah salah satu ansiolitik atau bahan yang dapat digunakan untuk menurunkan kecemasan. Salah satu kandungan dalam jeruk yaitu linalool dan substansi harum limonene

memiliki efek anti ansietas, analgetik dan obat penenang (Makhoul, 2012). 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 Penelitian yang dilakukan oleh Javarzadeh *et al* (2013), pemberian aromaterapi jeruk pada tiga puluh anak-anak berusia 6-9 tahun yang melakukan perawatan gigi di departemen pediatrik di Isfahan Dental School pada 2011 mengalami penurunan kecemasan. Indikator perubahan tingkat kecemasan anak diukur dengan menggunakan kortisol saliva dan denyut nadi sebelum dan setelah perawatan dalam setiap kunjungan. Hasil yang didapatkan ada perbedaan rata-rata kortisol saliva dan denyut nadi antara perlakuan dengan bau jeruk dan pengobatan tanpa aroma adalah $1,047 \pm 2,198$ nmol / l dan $6,73 \pm 12,3$ (dalam menit), yang secara statistik signifikan menggunakan uji t berpasangan ($P = 0,014$, $P = 0,005$, masing-masing).

Hal ini sama dengan penelitian Romadoni, *et al* (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.

V. 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.

DAFTAR PUSTAKA

- Arwani, Sriningsih, I., Hartono, R. 2013, *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Operasi Dengan Anestesi Spinal di RS Tugu Semarang*. Prosiding Konferensi Nasional PPNI Jawa Tengah 2013 hal 81-87, Diakses 25 Oktober 2018, sumber : <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn/12012010/article>
- Astuti W, Rahayu H.S.E., Wijayanti K. 2015 *Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri dan Kecemasan Fase Aktif Kala 1*. The 2nd University Research Coloquium 2015 371:382, ISSN 2407-9189 diakses 25 Oktober 2018, sumber <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn/12012010/article/view/1613>
- Bulechek, G., Butcher, H., Dochterman, J., Wagner, C. 2016. *Nursing intervention clasification (NIC)*. Yogyakarta: Moco Media dengan pengawasan Elsevier Inc
- Fatkan, M., Yusuf, A., Herisanti,W. 2018. *Pengaruh Kombinasi Mobilisasi Dini Dan Relaksasi Spiritual Terhadap Tingkat Nyeri Klien Post Operasi Apendektomi (Di Rumah Sakit Islam Surabaya)*. Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing), 4(2), 117-124. Diakses 3 November 2018 <http://journal.stikespemkabjombang.ac.id>
- Gea, N.Y.K. 2013. *Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Di RSUD Kota Bekasi Tahun 2013*. Jurnal Ayurveda 3(1) STIKES Medistra Indonesia. Diakses 3 November 2018, sumber <https://ayurvedamedistra.files.wordpress.com/2015/08/pengaruh-relaksasi-nafas-dalam-terhadap-penurunan-tingkat-kecemasan-pasien-pre-operasi1.pdf>
- Herdman, T.H., Kamitsuru, S. 2016. *NANDA International Inc. Diagnosis Keperawatan : Definisi & Klasifikasi 2015-2017*, Ed. 10. Jakarta: EGC.
- Hurst, M. 2016. *Belajar Mudah Keperawatan Medikal-Bedah Vol 2*. Jakarta: EGC.
- Javarzadeh, W., Arman, S., Pour, F.F., 2013, *Effect of Aromatherapy With Orange Essential oil on Salivary Cortisol and Pulse Rate in Children During Dental Treatmen: A Randomized Controlled Clinical Trial*. Advanced Biomedical Research v2, 2013. 2:10 Diakses 8 November 2018 sumber : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3732892/>
- Koensoemardiyah., 2009, *Aromaterpi Untuk Kesehatan , Kebugaran dan Kecantikan*, Yogyakarta: Lily ublisher Andi Offset
- Makhoul, S., Bakkour, Y., Nakat, H.E., Omar, F.E., 2012, *The Lebanese Citrus Aurantium: A Promising Future in Medicinal phytomistry*. Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry Vol. 1 No. 4, 63:66, Diakses 3 November 2018 Sumber http://www.phytojournal.com/vol1Issue4/Issue_nov_2012/8.1.pdf
- Maryunani, A. 2014. *Asuhan Keperawatan Perioperatif – Pre Operasi*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Mollie, F., Samuel, Q., Belle, K., Natalie, M., Chad, B., Greg, C., Nij, B., Subrata, G., Elijah, D., Siew, N., Gilaad, K., 2017, *The Global Incidence of Appendicitis A Systematic Review of Population – based Studies*. Annals of Surgery: August 2017-Volume 266-Issue 2-p 237-241 Diakses 8 November 2018, sumber : https://journals.lww.com/annalsofsurgery/Fulltext/2017/08000/The_Global_Incidence_of_Appendicitis__A_Systematic.8.aspx
- Moorhead, S., Johnson, M., Maas, ML Swanson, E.. 2016. *Nursing Outcomes Clasification (NOC)*. Yogyakarta: Moco Media dengan pengawasan Elsevier Inc.
- Mulugeta, H., Ayana, M., Sintayehu, M., Dessie, G., Zewdu, T., 2018, *Preoperative Anxiety and Associated*

- Factors Among Adult Surgical Patients in debre Markos and Felege Hiwot Referral Hospital, Northwest Ethiopia, BMC Anesthesiol* 2018 Oct 30;18(1):155. doi: 10.1186/s12871-018-0619-0. Diakses 7 Desember 2018. Sumber : <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30376809/>
- 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. Jurnal Keperawatan* hal 40:46. Diakses 24 Desember 2018 Sumber : <http://ejournal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/71/65>
- Ratu, A., Adwan, M. 2018. *Penyakit Penyakit Hati Lambung Usus dan Ambien*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Romadoni, S., Julianto, R.D., Astuti, W. 2014. *Pengaruh Citrus Aromaterapi Terhadap Ansietas Pasien Preoperasi Bedah Mayor Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2014*. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya* Vol 1 No 1 (2014). Diakses 3 November 2018 sumber : https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jk_sriwijaya/article/view/2339
- 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 Diakses 3 November 2018 sumber : <http://ejournal.stikesmp.ac.id/index.php/maskermedika/article/view/52>