

SKRIPSI

**PENGARUH AROMATERAPI *ESSENTIAL OIL GYRINOPS
VERSTEEGII* TERHADAP STABILITAS DAN KETAHANAN
BEKERJA PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURABAYA**



CHINTYA ROSALINA ALLODYA Rianto

NIM : 20211880049

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
SURABAYA**

2025

SKRIPSI

**PENGARUH AROMATERAPI *ESSENTIAL OIL GYRINOPS
VERSTEEGII* TERHADAP STABILITAS DAN KETAHANAN**

BEKERJA PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURABAYA**



CHINTYA ROSALINA ALLODYA RIAN TO

NIM : 20211880049

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

SURABAYA

2025

**PENGARUH AROMATERAPI *ESSENTIAL OIL GYRINOPS
VERSTEEGII* TERHADAP STABILITAS DAN KETAHANAN
BEKERJA PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya
untuk Memenuhi Kewajiban Persyaratan Kelulusan Guna memperoleh Gelar
Sarjana Kedokteran

OLEH :

CHINTYA ROSALINA ALLODYA Rianto

NIM 20211880049

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
SURABAYA
2025**

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Chintya Rosalina Allodya Rianto

NIM : 20211880049

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : S1 Pendidikan Dokter

menyatakan bahwa Tugas Akhir dengan judul “**Pengaruh Aromaterapi *Essential Oil Gyrinops Versteegii* Terhadap Stabilitas Dan Ketahanan Bekerja Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya**” yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian atau keseluruhan. Bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 10 Februari 2025

Yang membuat pernyataan,



CHINTYA ROSALINA ALLODYA RIANTO

NIM. 20211880049

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “PENGARUH AROMATERAPI *ESSENTIAL OIL GYRINOPS VERSTEEGII* TERHADAP STABILITAS DAN KETAHANAN BEKERJA PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA” yang diajukan oleh mahasiswa atas nama **CHINTYA ROSALINA ALLODYA Rianto** (NIM 20211880049), telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya sehingga diajukan dalam sidang tugas akhir pada Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 06 Februari 2025

Menyetujui,

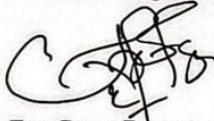
Pembimbing Utama



Dr. dr. Nova Primadina, Sp.BP-RE., CH., CHt

NIP. 012.09.1.1982.16.198

Pembimbing Kedua

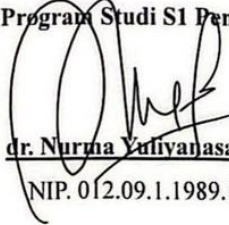


dr. Era Catur Prasetya, Sp.KJ

NIP. 012.09.1.1982.21.279

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Pendidikan Dokter



dr. Nurnia Yuliyanasari, M.Si

NIP. 012.09.1.1989.14.148

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul “Pengaruh Aromaterapi *Essential Oil Gyrinops Versteegii* Terhadap Stabilitas Dan Ketahanan Bekerja Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya” telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji pada tanggal 11 Maret 2025 oleh mahasiswa atas nama **CHINTYA ROSALINA ALLODYA RIAN TO** (NIM 20211880049), Program Studi S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

TIM PENGUJI :

Ketua Penguji :

dr. Syafarinah Nur Hidayah Akil, M.Si

Anggota :

1. **Dr. dr. Nova Primadina, Sp. BP-RE., CH., CHt**
2. **dr. Era Catur Prasetya, Sp. KJ**

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Kedokteran

Universitas Muhammadiyah Surabaya



dr. H. M. Jusuf Wibisono, Sp.P(K), FCCP, FIRS

NIP. 012.09.3.016.3042

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, segala puji milik Allah SWT, berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar semata-mata tidak hanya usaha penulis sendiri, melainkan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep., FISQua selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memfasilitasi penulis selama mengikuti dan menyelesaikan pendidikan sarjana di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. dr. H. M. Jusuf Wibisono, Sp.P (K), FCCP, FIRS selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan kesempatan untuk menggunakan fasilitas selama penelitian skripsi berlangsung.
3. Dosen Pembimbing I serta dosen pembimbing akademik Dr. dr. Nova Primadina, Sp. BP-RE., CH., CHt. Terimakasih telah membimbing dan memberikan motivasi dari awal penyusunan proposal hingga selesai.
4. Dosen Pembimbing II dr. Era Catur Prasetya, Sp. KJ. Terimakasih telah membimbing dari awal penyusunan proposal hingga selesai.
5. Penguji proposal dan skripsi dr. Syafarinah Nur Hidayah Akil, M.Si. Terimakasih telah menguji sidang serta memberikan masukan.
6. Mbak Rizka Amalia, A.Md.AK dan Mbak Mariza Hidayat, A.Md.Kes. Selaku laboran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah meluangkan waktu dan membantu dalam penelitian ini sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitiannya.
7. Kedua orang tua, adik dan semua keluarga penulis yang telah memberikan dukungan baik secara materi, ucapan, maupun doa.
8. Moh. Abel Khalfani terimakasih telah banyak berkontribusi, meluangkan waktu, memberikan motivasi, mendengarkan keluh kesah, memberikan solusi serta perhatian sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ini dengan sebaik-baiknya.
9. Teman-teman sejawat mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya angkatan 2021 yang telah membantu dan memberikan dukungan selama penelitian.
10. Seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian tugas akhir skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan yang muncul akibat terbatasnya wawasan dan pengetahuan penulis, oleh karena itu berbagai masukan serta kritik membangun sangat diharapkan guna penyempurnaan skripsi ini. Semoga karya ini dapat bermanfaat bagi seluruh pihak yang berkepentingan.

DAFTAR ISI

Halaman

Sampul Depan	ii
Halaman Prasyarat	iii
Pernyataan Tidak Melakukan Plagiasi	iv
Persetujuan Pembimbing.....	v
Pengesahan Penguji.....	vi
Ucapan Terimakasih.....	vi
Daftar Isi.....	viii
Daftar Tabel.....	x
Daftar Gambar.....	xi
Daftar Lampiran.....	xii
Daftar Singkatan Dan Istilah.....	xiii
Abstrak.....	xiv
<i>Abstract</i>	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1 Manfaat Teoritis	3
1.4.2 Manfaat Praktis	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Konsep Aromaterapi.....	5
2.1.1 Definisi Aromaterapi.....	5
2.1.2 Kandungan <i>Essential Oil Gyrinops versteegii</i>	5
2.1.3 Proses Pembuatan Aromaterapi <i>Essential Oil</i> Gaharu	6
2.1.4 Respon Tubuh Terhadap Aromaterapi <i>Essential Oil</i>	7
2.2 Definisi Stabilitas Bekerja	8
2.3 Definisi Ketahanan Bekerja.....	8
2.4 Konsep Tes <i>Kraepelin</i>	9
2.4.1 Definisi Tes <i>Kraepelin</i>	9
2.4.2 Tujuan Tes <i>Kraepelin</i>	10
2.4.3 Prosedur Pengerjaan Tes <i>Kraepelin</i>	11
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN ..	13
3.1 Kerangka Konseptual	13
3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual	14
3.3 Hipotesis Penelitian	15
BAB IV METODE PENELITIAN.....	16
4.1 Rancangan Penelitian	16

4.2	Populasi, Sampel, Besar Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	17
4.2.1	Populasi	17
4.2.2	Sampel	17
4.2.3	Besar Sampel	18
4.2.4	Teknik Pengambilan Sampel	19
4.3	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	19
4.3.1	Variabel Independen	19
4.3.2	Variabel Dependen	19
4.3.3	Definisi Operasional Variabel	20
4.4	Instrumen Penelitian	21
4.5	Lokasi dan Waktu Penelitian	21
4.6	Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data	21
4.6.1	Tahap Persiapan Penelitian	21
4.6.2	Tahap Pelaksanaan Penelitian	22
4.6.3	Skema Alur Penelitian	25
4.7	Cara Analisis Data	25
4.7.1	Pengolahan Data	25
4.7.2	Analisis Data	26
BAB V HASIL PENELITIAN		27
5.1	Deskripsi Umum Penelitian	27
5.2	Karakteristik Responden Penelitian	27
5.3	Data Hasil Tes <i>Kraepelin</i>	28
5.4	Analisis Data Penelitian	29
5.4.1	Hasil GC-MS <i>Essential Oil Gyrinops Versteegii</i>	29
5.4.2	Uji <i>Wilcoxon</i> Data Stabilitas Dan Ketahanan Bekerja	31
5.4.3	Uji Korelasi <i>Kendall's Tau-b</i> Data Stabilitas Dan Ketahanan Bekerja	31
BAB VI PEMBAHASAN		34
6.1	Karakteristik Responden Penelitian	34
6.1.1	Usia Responden	34
6.1.2	Jenis Kelamin	35
6.2	Pemberian Aromaterapi <i>Essential Oil Gyrinops versteegii</i> Terhadap Stabilitas Bekerja	36
6.3	Pemberian Aromaterapi <i>Essential Oil Gyrinops versteegii</i> Terhadap Ketahanan Bekerja	38
6.4	Keterbatasan Penelitian	41
BAB VII PENUTUP		42
7.1	Kesimpulan	42
7.2	Saran	42
DAFTAR PUSTAKA		43
LAMPIRAN		48

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Definisi Operasional Variabel	20
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden Penelitian.....	27
Tabel 5. 2 Stabilitas Bekerja.....	28
Tabel 5. 3 Ketahanan Bekerja.....	29
Tabel 5. 4 Hasil GC-MS <i>Essential Oil Gyrinops Versteegii</i>	30
Tabel 5. 5 Uji Wilcoxon Stabilitas Bekerja	31
Tabel 5. 6 Uji Wilcoxon Ketahanan Bekerja	31
Tabel 5. 7 Uji Korelasi Kendall's Tau-b Stabilitas Bekerja.....	32
Tabel 5. 8 Uji Korelasi Kendall's Tau-b Ketahanan Bekerja.....	32
Tabel 6. 1 Komparasi Stabilitas Bekerja Dengan Penelitian Terdahulu.....	38
Tabel 6. 2 Komparasi Ketahanan Bekerja Dengan Penelitian Terdahulu.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual.....	13
Gambar 4. 1 Desain Penelitian	16
Gambar 4. 2 Skema Alur Penelitian	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Sertifikat Etik.....	48
Lampiran 2. Pernyataan Persetujuan Publikasi Tugas Akhir	49
Lampiran 3. Surat Permohonan Izin Penelitian.....	50
Lampiran 4. Surat Pemberian Izin Melakukan Penelitian.....	51
Lampiran 5. Surat Bukti Telah Melakukan Penelitian	52
Lampiran 6. Lembar <i>Informed Consent</i>	53
Lampiran 7. Instrumen Yang Digunakan.....	54
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian	55
Lampiran 9. Hasil Analisis Statistik.....	56
Lampiran 10. Kartu Kendali Bimbingan Skripsi.....	61
Lampiran 11. Kandungan <i>Essential Oil Gyrinops versteegii</i>	62
Lampiran 12. Data Excel Hasil Tes Kraepelin	64
Lampiran 13. Analisis GC-MS.....	65

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

FK	= Fakultas Kedokteran
GC-MS	= <i>Gas Chromatography-Mass Spectrometry</i>
SPSS	= <i>Statistic Product and Service Solution</i>
TTV	= Tanda-tanda vital
UM	= Universitas Muhammadiyah
SBY	= Surabaya
SMA	= Sekolah Menengah Atas



DAFTAR PUSTAKA



DAFTAR PUSTAKA

- Adamsson, A. dan Bernhardsson, S. (2018) "Symptoms That May Be Stress-Related And Lead To Exhaustion Disorder: A Retrospective Medical Chart Review In Swedish Primary Care," *BMC Family Practice*, 19(1), hal. 1–9. doi: 10.1186/s12875-018-0858-7.
- Adiwibawa, M., Citrawathi, D. M. dan Dewi, N. P. S. R. (2020) "Pemberian Aromaterapi Lavender Berpengaruh terhadap Tingkat Stres dan Motivasi Belajar Peserta Didik," *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*, 7(2), hal. 94–104.
- Agustina, N. (2017) "Mengukur Kualitas Layanan Sistem Informasi Akademik pada SMP Uswatun Hasanah Jakarta," *Paradigma*, 19(1), hal. 61–68.
- Al-Rousan, A. H., Ayasrah, M. N. dan Khasawneh, M. A. S. (2023) "Psychological Stability and its Relationship to Academic Performance Among Secondary School Students," *Information Sciences Letters*, 12(3), hal. 1469–1478. doi: 10.18576/isl/120335.
- Anggraeny, Y., Russeng, S. S. dan Saleh, L. M. (2021) "Pengaruh Beban Dengan Stres Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Perawat Rs Tadjuddin Chalid," *Hasanuddin Journal of Public Health*, 2(1), hal. 66–76. doi: 10.30597/hjph.v2i1.12653.
- Anggraini, F. T. (2023) "Peran Hormon Serotonin Dalam Fungsi Memori: Sebuah Studi Literatur," *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), hal. 1541–1548.
- Anjarani, A. D. *et al.* (2022) "Analisis Faktor Ketahanan Kerja dan Kedisiplinan Kerja Dalam Meningkatkan Kinerja Karyawan," *Transformasi: Journal of Economics and Business Management*, 1(3), hal. 75–90. doi: 10.56444/transformasi.v1i3.462.
- Azizah, S. R. (2022) "Pemanfaatan Essential Oils Sebagai Aromaterapi Dalam Perawatan Kulit," *MEDFARM: Jurnal Farmasi dan Kesehatan*, 11(1), hal. 62–77. doi: 10.48191/medfarm.v11i1.98.
- Bawa, I. G. A. G. dan Perbhawa, I. G. A. G. C. A. (2020) "Analisis Senyawa Terpenoid Antijamur Pada Fraksi Aktif Ekstrak Kulit Kayu Cempaka Putih (*Michelia Alba*) Dengan Metode Gas Chromatography-Mass Spectroscopy," *Jurnal Kimia*, 14(2), hal. 142. doi: 10.24843/jchem.2020.v14.i02.p06.
- Budiono dan Prasetya, A. (2022) "Studi Perbandingan Hasil Uji Wilcoxon Pada Data Hasil Pengukuran Dan Hasil Kategori Data Penelitian Kesehatan Tingkat Stress Tekanan Darah Dan Motorik Halus," *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 4(2), hal. 8–15. doi: 10.53599/jip.v4i2.94.
- Damora, M. A. C. *et al.* (2024) "Penerapan Uji Rank Tau Kendall Terhadap Pengaruh Laporan Praktikum Dengan Menurunnya Kesehatan Mental Mahasiswa Agribisnis 2022 Universitas Sultan Ageng Tirtayasa," *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 2(1), hal. 354–359. doi: 10.57235/jerumi.v2i1.1922.

- Dekanawati, V. *et al.* (2023) “Analisis Pengaruh Kualitas Pelayanan Diklat Kepabeanaan Terhadap Kepuasan Peserta Pelatihan,” *Jurnal Sains Dan Teknologi Maritim*, 23(2), hal. 159. doi: 10.33556/jstm.v23i2.344.
- Deviatkina, N., Kumar, J. S. dan Upasona, R. (2022) “The Use Of Sedative Medications, Their Prevalence, And Their Sedation Of Patients With Disorders Of Consciousness, As Well As The Stimulating And Sedative Effects Of Alcohol,” *InterConf*, (27(133)), hal. 243–250. doi: 10.51582/interconf.19-20.11.2022.023.
- Francomano, F. *et al.* (2019) “ β -caryophyllene: A Sesquiterpene With Countless Biological Properties,” *Applied Sciences (Switzerland)*, 9(24). doi: 10.3390/app9245420.
- Ginting, A. A. (2023) “Kelelahan Dan Kerusakan Otot Pada Latihan : Review Artikel,” *Prodi Ilmu Keolahragaan FIK-UNIMED*, 7(1), hal. 1–9.
- Gustara, R. A. *et al.* (2023) “Analisis Tingkat Kelelahan Kerja terhadap Produktivitas Karyawan,” *Jurnal Kesmas Prima Indonesia*, 7(2), hal. 21–30.
- Herdiana, N., Sugiharto, R. dan Danar, D. (2022) *Rempah dan Minyak Atsiri Daun*.
- Herliani (2018) “Analisis Volume Minyak Gaharu Tipe *Aquilaria Malaccensis* L. pada Proses Penyulingan Minyak Gaharu,” *Proceeding Biology Education Conference: Biology, Science, Environmental, and Learning*, 15(1), hal. 743–749.
- Hidayat, W., Mulyaningsih, T. dan Muspiah, A. (2022) “Agarwood Formation in *Gyrinops versteegii* Seedling Stage using Four Types of Inducers,” *Jurnal Sylva Lestari*, 10(2), hal. 233–243. doi: 10.23960/jsl.v10i2.523.
- Higley, E. (2019) “Defining Young Adulthood. DNP Qualifying Manuscripts,” *Repository Usfca*, 17, hal. 29.
- Indriani, N., Sakethi, D. dan Syarif, A. (2020) “Pengembangan Simulasi ‘Stress Test’ Menggunakan Tes Kraepelin Pada Tes Psikologi,” *Jurnal Pepadun*, 1(1), hal. 63–71. doi: 10.23960/pepadun.v1i1.11.
- Istiani, D. *et al.* (2024) “Faktor Pekerja Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Operator Cold Draw PT X Tahun 2024,” *Seroja Husada Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(5), hal. 253–273.
- Jasmalinda (2021) “Pengaruh Citra Merek Dan Kualitas Produk Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen Motor Yamaha Di Kabupaten Padang Pariaman,” *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(10), hal. 2199–2205.
- Khaidir Ali Fachreza *et al.* (2024) “Analisis Komparatif antara Probability dan Nonprobability dalam Penelitian Pemasaran,” *Jurnal Pajak dan Analisis Ekonomi Syariah*, 1(3), hal. 108–120. doi: 10.61132/jpaes.v1i3.248.
- Kodey, R. L., Mofu, W. Y. dan Dimara, P. A. (2021) “Teknik Pemanenan Tumbuhan Gaharu Pada Masyarakat Pencari Gaharu Di Kampung Merdey Distrik Merdey Kabupaten Teluk Bintuni,” *Jurnal Kehutanan Papuasiasia*, 7(2), hal. 219–228.

- Korwa, V. M. I. dan Widowati, E. (2024) “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di BPBD Kota Semarang,” *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(4), hal. 388–395.
- Laili, N. dan Widyastuti (2021) Modul Praktikum Tes Minat Bakat. UMSIDA Press.
- Lim, C. Y. dan In, J. (2021) “Considerations For Crossover Design In Clinical Study,” *Korean Journal of Anesthesiology*, 74(4), hal. 293–299. doi: 10.4097/KJA.21165.
- Lolan, Y. I. K., Folamauk, C. L. H. dan Trisno, I. (2021) “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kondisi Kelelahan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Kupang,” *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 9(1), hal. 8–15. doi: 10.35508/cmj.v9i1.4927.
- Mulyaningsih, T. *et al.* (2023) “Histokimia Kalus *Gyrinops versteegii* Provenan Beringin,” 3896, hal. 7–13.
- Nada, Q., Arhami, M. dan Simbolon, Z. K. (2022) “Pengukuran Aptitude dengan Uji Kraepelin Menggunakan Metode Linear Congruential Method (LCM),” *Jurnal Teknologi*, 22(1), hal. 1. doi: 10.30811/teknologi.v22i1.2418.
- Nadya, P. T., Sudjatmoko, A. dan Ambarsarie, R. (2023) “Peran Stres Mental Dalam Memengaruhi Ketahanan Kardiorespirasi Pada Dewasa Muda : Tinjauan Kepustakaan Sistematis,” *Jurnal Kedokteran Raflesia*, 9(1), hal. 1–12. doi: 10.33369/juke.v9i1.30128.
- Nur Aidha, N., Yunilawati, R. dan Rumondang, I. (2020) “Method Development for Analysis of Essential Oils Authenticity using Gas Chromatography-Mass Spectrometry (GC-MS),” (January 2019), hal. 41–46. doi: 10.5220/0009956000410046.
- Nurhasan, U., Suryani, D. dan Amalia, E. L. (2017) “Sistem Cerdas Tes Kepribadian Kraepelin,” *Jurnal Teknologi Informasi*, 8(2), hal. 145–154. doi: 10.36382/jti-tki.v8i2.280.
- Paputungan, F. (2023) “Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal Developmental Characteristics of Early Adulthood,” *Media Online Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1), hal. 2986–1012.
- Pratiwi, F. dan Subarnas, A. (2020) “Aromaterapi Sebagai Media Relaksasi,” *Farmaka*, 18(3), hal. 66–75.
- Primadina, N. (2021) “Parfum Atsiri: Manfaat dan Kelebihan vs Parfum Sintetik: Potensi Bahaya untuk Kesehatan,” *Jurnal Produksi dan Aplikasi untuk Kesehatan*, 4(3), hal. 122–141.
- Puspitasari, I., Gunawan, G. dan Dwijayanthi, M. (2024) “Peran Growth Mindset terhadap Career Adaptability Mahasiswa di Jawa Barat,” *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 8(1), hal. 29–46. doi: 10.28932/humanitas.v8i1.8589.

- Putriani, D. dan Triyantoro, D. B. (2024) “Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kinerja Karyawan Pada Pt . X Yang Menerapkan Sistem Kerja 3 Shift The Relationship Between Sleep Quality And Employee Performance At Pt . X Which Implements A 3 Shift Work System,” *Jurnal Psikologi Jambi*, 9(01), hal. 48–59.
- Qodriyah, Q., Sutja, A. dan Wahyuni, H. (2023) “Pengaruh Kemampuan Mengelola Emosi terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi,” *Journal on Education*, 5(4), hal. 10778–10784. doi: 10.31004/joe.v5i4.1991.
- Rahayu, T. B. (2021) “Efektivitas Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III,” *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 1(17), hal. 566.
- Rahmad, A., Zulkipli dan Zulfachmi (2024) “Alasan Peneliti Menggunakan Analisis Statistik Wilcoxon (Non Parametrik),” *Seminar Nasional Ilmu Sosial dan Teknologi*, hal. 120.
- Ramadhani, A. dan Rahmawati, Y. (2021) “Adaptasi Akademik, Sosial, Personal, dan Institusional : Studi College Adjustment Terhadap Mahasiswa Tingkat Pertama,” hal. 158.
- Rizki, T. *et al.* (2020) “Uji Aktivitas Antibakteri Delta-Guaiene Minyak Nilam Terhadap Escherichia coli ATCC 25922 dan Pseudomonas aeruginosa ATCC 27853 Antibacterial Activity Of Delta-Guaiene Patchouli Oil Against Escherichia coli ATCC 25922 and Pseudomonas aeruginosa ATCC 27853,” 6(3), hal. 393–402.
- Sari, M. P., Chahyadi, B. dan Rante Ada, Y. (2022) “Hubungan Beban Kerja Fisik dan Kelelahan Kerja Dengan Unsafe Actions Pada Pekerja Bagian Tanning UPT Industri Kulit Magetan,” *Journal of Applied Agriculture, Health, and Technology*, 1(2), hal. 54–59. doi: 10.20961/jaht.v1i2.506.
- Schirinzi, E. *et al.* (2024) “Biomolecules of Muscle Fatigue in Metabolic Myopathies,” *Biomolecules*, 14(1). doi: 10.3390/biom14010050.
- Setiyaningsih, S. I. (2017) “Bias Gender Dalam Verba: Sebuah Kajian Leksikon dalam Bahasa Inggris,” *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 11(1), hal. 25. doi: 10.21580/sa.v1i1.1445.
- Shofwa, M. L., Amalia, Y. dan Sarwiyata, T. W. (2024) “Hubungan Beban Kerja Terhadap Peningkatan Stres Dan Penurunan Ketahanan Kerja Pada Tenaga Kesehatan Di Rsud Ngimbang Lamongan,” *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 12(1), hal. 1–8.
- Sipahutar, H. dan Tanjung, A. (2023) “Pengaruh Mekanisme Kerja Dan Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Organisasi (Studi Terhadap Guru Dan Pegawai MAN Sibolga),” *Jesya*, 6(2), hal. 2242–2252. doi: 10.36778/jesya.v6i2.1262.
- Sundara, A. K. *et al.* (2022) “Review Article : Aromaterapi Sebagai Terapi Stres Dan Gangguan Kecemasan,” *Jurnal Buana Farma*, 2(2), hal. 78–84. doi: 10.36805/jbf.v2i2.396.

- Supriatna, E. (2020) “Pengaruh Kelelahan Otot (Muscle Fatigue) terhadap Performa Tendangan Mae Geri dalam Olahraga Karate,” *JOSSAE Journal of Sport Science and Education*, 4(2), hal. 74–78. doi: 10.26740/jossae.v4n2.p74-78.
- Supriyanti, E. dan Kustriyani, M. (2024) “Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Fatigue Pada Pasien Kanker,” *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 8(2), hal. 53–58. doi: 10.33655/mak.v8i2.192.
- Tara, M. F. R., Santoso, R. S. dan Hanani, R. (2022) “Analisis Determinan Efektivitas Organisasi Kecamatan Kramat Jati,” *E-Journal UNDIP*.
- Triesty, I. dan Mahfud, M. (2017) “Ekstraksi Minyak Atsiri dari Gaharu (*Aquilaria Malaccensis*) dengan Menggunakan Metode Microwave Hydrodistillation dan Soxhlet Extraction,” *Jurnal Teknik ITS*, 6(2). doi: 10.12962/j23373539.v6i2.24491.
- Wahyuningtyas, B. P. (2015) “Aroma sebagai Komunikasi Artifaktual Pencetus Emosi Cinta: Studi Olfactis Pada Memori Recall,” *Humaniora*, 6(1), hal. 77–85.
- Wangiyana, I. G. A. S. (2019) “Medicinal Usage of Agarwood Resin in Form of Essential Oil: a Review,” *Jurnal Silva Samalas*, 2(2), hal. 86–90. Tersedia pada: <https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jss/article/view/3674>.
- Welong, S. S., Manampiring, A. E. dan Posangi, J. (2020) “Hubungan antara kelelahan, motivasi belajar, dan aktivitas fisik terhadap tingkat prestasi akademik,” *Jurnal Biomedik:JBM*, 12(2), hal. 125. doi: 10.35790/jbm.12.2.2020.29516.
- Widyaningrum *et al.* (2018) “Uji Efek Sedatif Ekstrak Daun Selada *Lactuca Sativa* L. Pada Tikus Putih *Rattus Novergicus*,” *The Tropical Journal of Biopharmaceutical*, 1(1), hal. 18–23.
- Widyarini, H., Wahyudi dan Jemi, R. (2015) “Analisis Kelayakan Usaha Budidaya Gaharu, Studi Kasus Di Kabupaten Pulang Pisau Provinsi Kalimantan Tengah,” *X*(1), hal. 26.
- Wilujeng, C. S., Habibie, I. Y. dan Ventyaningsih, A. D. I. (2023) “Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Kategori Stres pada Remaja di SMP Brawijaya Smart School,” *Smart Society Empowerment Journal*, 3(1), hal. 6. doi: 10.20961/ssej.v3i1.69257.
- Wirda, Batubara, H. dan Rahmawati, R. (2023) “Pengukuran Tingkat Kelelahan Dan Beban Kerja Mental Operator Forklift Menggunakan Metode Ifrc Dan Nasa Tlx Di Pt. Xyz,” *Jurusan Teknik Industri*, 7(3), hal. 67–74.
- Yan, X. *et al.* (2024) “The Recent Progress of Tricyclic Aromadendrene-Type Sesquiterpenoids: Biological Activities and Biosynthesis,” *Biomolecules*, 14(9), hal. 1133. doi: 10.3390/biom14091133.