

**PEMBUATAN AROMA TERAPI DARI DAUN PANDAN WANGI  
(Pandanus Amaryllifolius Roxb) SERTA UJI EFEKTIVITASNYA  
SEBAGAI ANTI STRES, DEPRESI, DAN KECEMASAN**

**SKRIPSI**

Skripsi diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh  
gelar Sarjana Farmasi (S. Farm)



**Diajukan oleh:  
AGI OKTASIANI SOLEHAH  
1108010067**

**Fakultas Farmasi  
Universitas Muhammadiyah Purwokerto  
Purwokerto  
2017**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PEMBUATAN AROMATERAPI DAUN PANDAN WANGI (*Pandanus  
amaryllifolius* Roxb) SERTA UJI EFEKTIVITASNYA  
SEBAGAI PEREDA STRES, DEPRESI, DAN KECEMASAN**

**Diajukan oleh:**

**AGI OKTASIANI SOLEHAH  
1108010067**

**Diperiksa dan disetujui oleh:  
Mengetahui,**

**Pembimbing**



**Wahyu Utaminigrum, M.Sc., Apt  
NIK. 2160515**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**PEMBUATAN AROMATERAPI DAUN PANDAN WANGI (*Pandanus  
amaryllifolius* Roxb) SERTA UJI EFEKTIVITASNYA  
SEBAGAI PEREDA STRES, DEPRESI, DAN KECEMASAN**

**AGI OKTASIANI SOLEHAH  
1108010067**

**Telah dipertahankan di Depan Panitia Ujian Skripsi  
Pada hari Rabu, tanggal 24 Agustus 2016**

**SUSUNAN PANITIA UJIAN**

**Petua**

**Sekretaris**

**Anjar Mahardian Kusuma, M.Sc., Apt  
NIK. 2160388**

**Dwi Hartanti, M.Farm., Apt  
NIK. 2160399**

**Penguji I**

**Wahyu Utaminigrum, M.Sc., Apt  
NIK. 2160515**

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Farmasi  
Universitas Muhammadiyah Purwokerto**



**Dr. Agus Siswanto, M.Si., Apt  
NIK. 2160309**

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Agi Oktasiani Solehah

NIM : 1108010067

Program studi : Farmasi

Fakultas/Universitas : Farmasi/Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil dari proses penelitian saya yang telah dilakukan sesuai dengan prosedur penelitian yang benar dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan hasil penjiplakan dari hasil karya orang lain atau terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan penulis tidak terdapat karya yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini, dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 15 Agustus 2016

Yang menyatakan,

Agi Oktasiani Solehah

## KATA PENGANTAR

Segala puji Kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“PEMBUATAN AROMATERAPI DARI DAUN PANDAN WANGI (Pandanus Amaryllifolius Roxb) SERTA UJI EFEKTIVITASNYA TERHADAP ANTI STRES, DEPRESI, DAN KECEMASAN”**. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk meraih gelar Sarjana Farmasi Strata Satu (S1) Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan tak luput dari dukungan dari berbagai pihak. Dengan kerendahan hati dan bahagia penulis mengucapkan terimakasih yang tulus kepada:

1. Dr. Agus Siswanto, M.Si., Apt selaku Dekan Fakultas Farmasi yang telah memberikan izin penelitian serta ilmu pengetahuan yang diberikan selama perkuliahan.
2. Binar Asrining Dhiani, M.sc., Apt selaku pembimbing I, yang telah memberikan motivasi, bimbingan, arahan, serta membantu menyelesaikan kesulitan dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Wahyu Utami Ningrum, M.sc., Apt selaku pembimbing II, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, serta pemecahan masalah selama penulisan skripsi ini.
4. Bapak/Ibu dosen Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberi bekal ilmu pengetahuan.
5. Ayah dan Ibu yang senantiasa memberikan motivasi, semangat, dukungan materi, moral, kasih sayang serta doa yang selalu dipanjatkan.
6. Segenap keluarga dan adik-adikku yang telah memberikan kasih sayang dan semangat dikala jenuh, dan tak luput dari doa yang selalu dipanjatkan.
7. Sahabat-sahabatku mbak opi, eii, prita, yupin, yeni, imah, kiki dan sahabatku myta yang dengan tulus menemani, memberi kasih sayang, keceriaan, motivasi, semangat, saran dan dengan tulus membantu jalannya penelitian sampai terselesainya skripsi.

8. Teman-teman seperjuangan serta teman-teman satu angkatan Farmasi 2011 yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu yang senantiasa membantu lewat dukungan dan semangat.
9. Segenap pihak yang membantu perijinan untuk melakukan penelitian skripsi ini.
10. Laboran serta pihak yang bekerja pada Laboratorium Biologi Farmasi, Teknologi Farmasi Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah membantu selama penelitian hingga terselesaikannya skripsi ini.
11. Seluruh staf dan karyawan Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Dalam rangkaian ini penulis menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan skripsi jauh dari kata sempurna banyak kekurangan serta keterbatasan. Maka dari itu, segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini. Semoga Skripsi ini bermanfaat bagi pembaca, dan perkembangan Ilmu Farmasi di masyarakat.

Purwokerto, 15 Agustus 2016

Penulis

## *MOTTO*

*Tak semua bisa kita genggam, Karena akan selalu ada yang hilang.*

*Percayalah kawan, jika sudah saatnya*

*Kita pasti mampu melewatinya*

*Dan akan tertawa ketika menyadari itu.*



## *HALAMAN PERSEMBAHAN*

*Alhamdulillah Puji Syukur Kehadirat Allah SWT yang telah memberi rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Dengan rasa rendah hati saya persembahkan kepada orang yang telah berjasa dan orang yang penting dalam penyusunan skripsi ini*

*Ayah dan Ibu Tercinta*

*Untuk kedua orang tuaku bapak Tugino dan Ibundaku tasem, adik-adikku Bhaktiar M. Jaya dan Cakra Putra P. yang selalu memberi motivasi, semangat, doa, dukungan materi, moral dan kasih sayang yang tak pernah putus. Melihat senyummu ayah dan ibuku adalah hadiah terindah untukku.*

*Makasih ya maa,, paak,, untuk kesabaran yang tidak pernah habis untukku, terima kasih untuk tidak pernah menyerah menyemangati dan memberikan segalanya yang terbaik untukku. Terimakasih sekali lagi untuk bapakku dan mamaku yang telah mencurahkan segala hal untukku dan adik-adik, demi kebaikan kami untuk setiap nasihat dan omelannya untuk kami agar menjadi anak-anak yang baik,*

*Aku sangat mencintai kalian, sedari terbuka mataku, hingga hari ini, dan untuk selamanya. Aamiin ya Rabb*

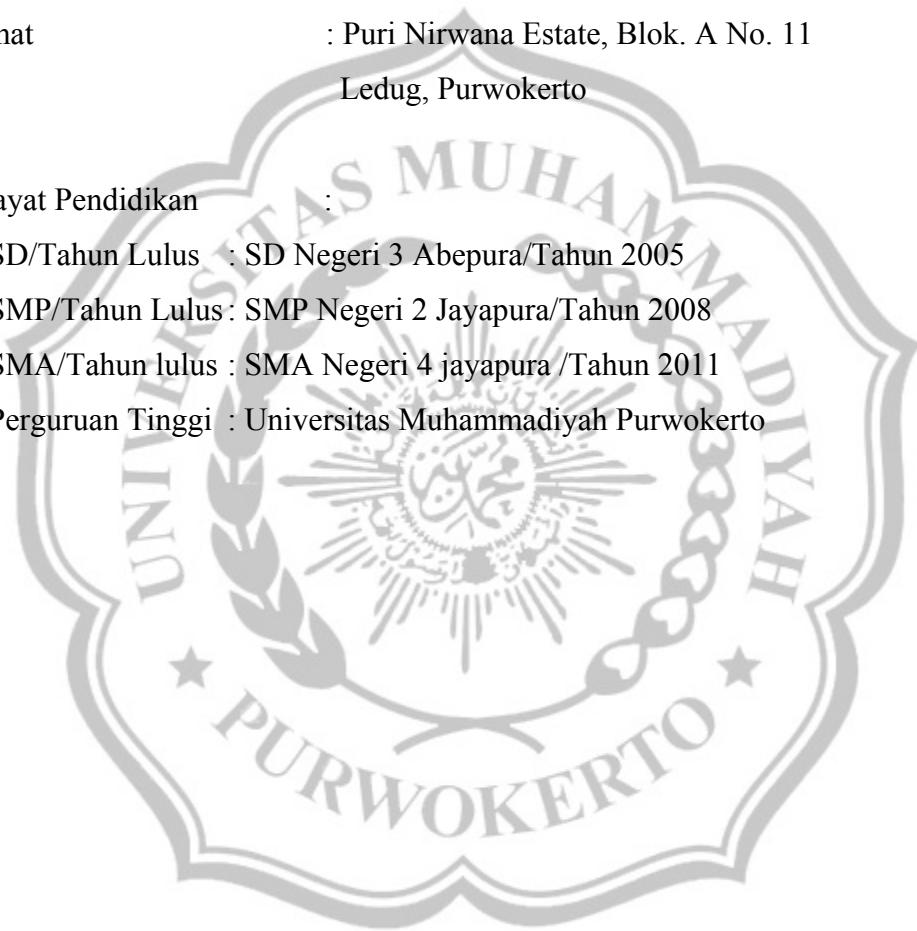


## RIWAYAT HIDUP

Nama : Agi Oktasiani Solehah  
NIM/ Angkatan : 1108010067/ 2011  
Tempat/Tanggal Lahir : Jayapura, 16 Oktober 1993  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Puri Nirwana Estate, Blok. A No. 11  
Ledug, Purwokerto

Riwayat Pendidikan :

1. SD/Tahun Lulus : SD Negeri 3 Abepura/Tahun 2005
2. SMP/Tahun Lulus : SMP Negeri 2 Jayapura/Tahun 2008
3. SMA/Tahun lulus : SMA Negeri 4 Jayapura /Tahun 2011
4. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto



## ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah daun pandan wangi dapat dijadikan sebagai aromaterapi dan untuk mengetahui efektivitas dari daun pandan wangi terhadap anti stres, depresi, dan kecemasan. Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi skripsi. Daun pandan wangi (*Pandanus amaryllifolius*, Roxb) mengandung *alkaloida, saponin, tanin, flavonoida, polifenol dan zat warna* dan mengandung minyak atsiri (beberapa ppm), terdiri dari 6-42% hidrokarbon seskuiterpen dan 6% merupakan linalool hanya sebagai monoterpenya. Jenis penelitian eksperimen dan analitik dengan rancangan pre-eksperimen design. Sedangkan design rancangan penelitian ini menggunakan *One Group Pretest and Posttest design*. Subyek penelitian n = 30 mahasiswa dengan yang memenuhi kriteria yang ditetapkan. Pengukuran tingkat stres, depresi, dan kecemasan yang digunakan adalah kuesioner TES DASS 21. Kesimpulan berdasarkan hasil uji statistik data tingkat stres, depresi dan kecemasan sebelum dan sesudah perlakuan dengan nilai *p-value* < 0,05 menunjukkan bahwa uap aromaterapi dari daun pandan wangi berpengaruh menurunkan tingkat stres, depresi, dan kecemasan terhadap responden yang dimana adalah mahasiswa tingkat akhir.

**Kata kunci:** Aromaterapi, daun pandan wangi.

## ABSTRACT

Purpose of this study to determine whether fragrant pandan leaves (*Pandanus amaryllifolius*, Roxb) can be used as aromatherapy and effectiveness of fragrant pandan leaves against stress, depression, and anxiety. Respondents were used in this research is graduate students who facing their thesis. Fragrant pandan leaves (*Pandanus amaryllifolius*, Roxb) contain *alkaloids, saponins, tannins, flavonoids, polyphenols* and dye and contains essential oils (a few ppm), consisting of 6-42% *sesquiterpene hydrocarbons* and 6% is just as *monoterpen's linalool*. This type of research is analytic and experimental design with pre-experimental design. While the study design using *One Group Pretest and Posttest*. The research subjects n = 30 students meet the specified criteria. Measurement level of stress, depression, and anxiety used DASS 21 TEST questionnaire. Conclusions based on the statistical test data rates of stress, depression and anxiety before and after treatment with p-value <0.05 indicates that fragrant pandan leaves (*Pandanus amaryllifolius*, Roxb) aromatherapy steam influential lower levels of stress, depression, and anxiety for the respondent which is the graduate students.

Keywords: Aromatherapy, fragrant pandan leaves.



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP.....	ix
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Permasalahan.....	1
B. Perumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Penelitian.....	2
D. Manfaat Penelitian.....	2
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	3
A. Stres, Depresi, dan Kecemasan.....	3
1. Stress.....	3
2. Depresi.....	4
3. Kecemasa.....	5
B. Aromaterapi.....	6
C. Daun Pandan Wangi ( <i>Pandanus amaryllifolius Roxb</i> ).....	8
1. Klasifikasi.....	8
2. Morfologi.....	9

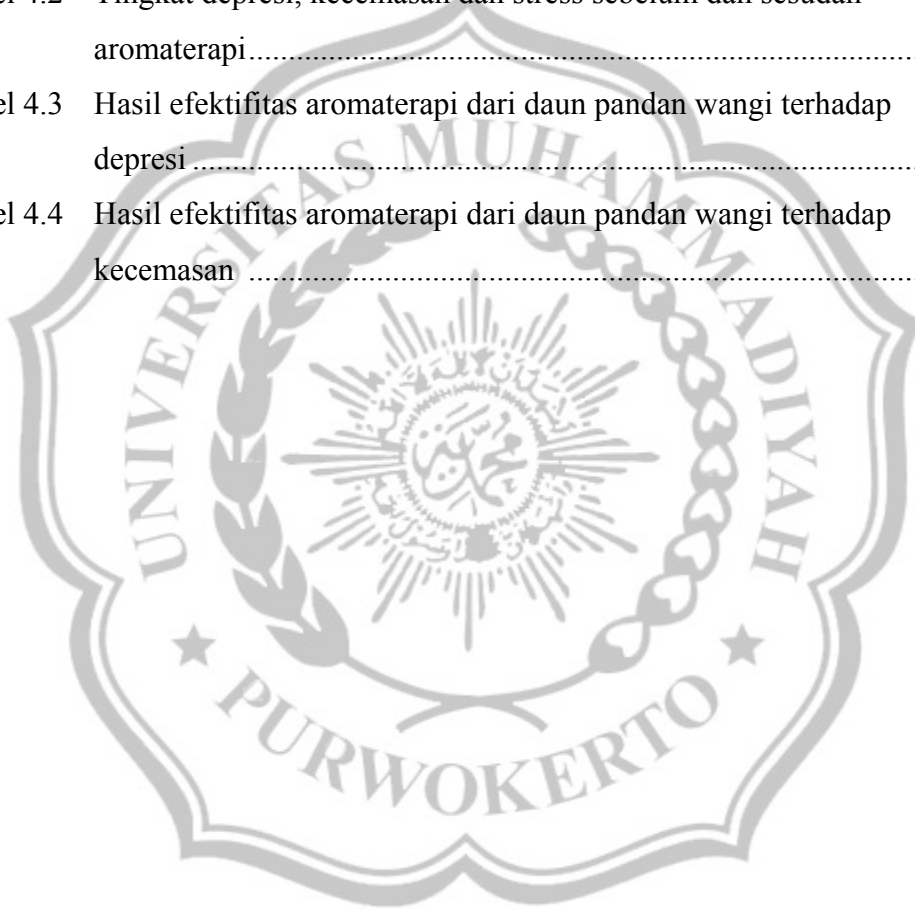
3. Habitat Dan Perbanyak	9
4. Kandungan Bahan Aktif Daun Pandan Wangi	10
BAB III. METODE PENELITIAN	13
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	13
B. Variabel Penelitian	13
C. Definisi Rancangan Oprasional	13
D. Definisi Operasional	14
E. Waktu dan Tempat Penelitian	16
F. Bahan dan Alat	16
1. Bahan	16
2. Alat	16
G. Cara Penelitian	18
1. Determinasi Bahan	18
2. Pembuatan Simplisia	18
3. Proses Ekstraksi	18
4. Deteksi Waktu Terhadap Efek Terapi Yang Dirasakan Pertama Kali	19
H. Pengolahan Data Dan Analisis Data	19
I. Analisis Data	20
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	22
A. Determinasi Tanaman	22
B. Validasi Dan Reliabilitas Kuesioner	22
C. Karakteristik responden	23
D. Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stress Sebelum dan Sesudah Aromaterapi	25
E. Pembuatan Aromaterapi Daun Pandan Wangi	25
F. Hasil Uji Efektifitas Aromaterapi Daun Pandan Wangi	26
1. Hasil deteksi waktu responden pertama kali merasakan efek terapi dari daun pandan wangi	26
2. Hasil efektifitas aromaterapi daun pandan wangi terhadap depresi	26

3. Hasil efektifitas aromaterapi daun pandan wangi terhadap kecemasan .....	27
G. Keterbatasan Penelitian .....	30
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	31
A. Kesimpulan.....	31
B. Saran.....	32
DAFTAR PUSTAKA .....	34
LAMPIRAN.....	37



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1. Intervensi dan Perlakuan .....	15
Tabel 2.2. Definisi Operasional.....	15
Tabel 4.1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, umur, dan semester.....	23
Tabel 4.2 Tingkat depresi, kecemasan dan stress sebelum dan sesudah aromaterapi.....	25
Tabel 4.3 Hasil efektifitas aromaterapi dari daun pandan wangi terhadap depresi .....	27
Tabel 4.4 Hasil efektifitas aromaterapi dari daun pandan wangi terhadap kecemasan .....	27



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Daun Pandan Wangi ( <i>Pandanus amaryllifolius</i> Roxb) .....	8





## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Determinasi Tanaman.....	38
Lampiran 2. Surat Keterangan Pretest Tahap 1.....	39
Lampiran 3. Surat Keterangan Pretest Tahap 2.....	40
Lampiran 4. Surat Keterangan Penelitian.....	41
Lampiran 5. <i>Informed Consent</i> .....	42
Lampiran 6. Kuesioner Penelitian.....	45
Lampiran 7. Hasil Validitas dan Reliabilitas Tahap 1.....	47
Lampiran 8. Lampiran 8. Hasil Validitas dan Reliabilitas Tahap 2.....	53
Lampiran 9. Analisis Uji Efektifitas Aromaterapi terhadap Tingkat Depresi, Kecemasan dan Stress.....	59
Lampiran 10. Foto Dokumentasi Penelitian.....	62