

**PENGARUH KOMBINASI *ART THERAPY*
(MENGGAMBAR) DAN AROMATERAPI LEMON
TERHADAP KECEMASAN LANSIA DI PANTI
WREDA**

SKRIPSI



OLEH:
Yuliana Kurniawati Herin
NRP: 9103020026

**FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK
WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2024**

**PENGARUH KOMBINASI *ART THERAPY*
(MENGGAMBAR) DAN AROMATERAPI LEMON
TERHADAP KECEMASAN LANSIA DI PANTI WREDA**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas ke Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya
Untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh
Gelar sarjana keperawatan



OLEH:
Yuliana Kurniawati Herin
NRP: 9103020026

**FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS KATOLIK
WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2024**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Yuliana Kurniawati Herin

Nrp : 9103020026


Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi saya yang berjudul
**PENGARUH KOMBINASI *ART THERAPY* (MENGGAMBAR) DAN
AROMATERAPI LEMON TERHADAP KECEMASAN LANSIA DI
PANTI WREDA**

benar-benar hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi saya tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan / manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf kepada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 28 Juni 2024

Yang membuat surat pernyataan,


Yuliana Kurniawati Herin

SURAT PERTANYAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Nama : Yuliana Kurniawati Herin

Nrp : 9103020026

Menyetujui skripsi saya/karya ilmiah saya :

Judul : Pengaruh Kombinasi *Art Therapy* (menggambar) dan Aromaterapi Lemon Terhadap Kecemasan Lansia di Panti Wreda

Untuk dipublikasikan/ditampilkan diinternet atau dimedia lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 9 Juli, 2024

Yang menyatakan



Yuliana Kurniawati Herin

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH KOMBINASI *ART THERAPY* (MENGGAMBAR) DAN
AROMATERAPI LEMON TERHADAP KECEMASAN LANSIA DI PANTI**

WREDA

OLEH:

**Yuliana Kurniawati Herin
NRP:9103020026**

Pembimbing Utama : Ninda Ayu Prabasari P.,S.Kep.,Ns.,M.Kep


(.....)

Pembimbing Pendamping : Ira Ayu Maryuti, S.Kep.,Ns.,M.Kep


(.....)

Surabaya, 28 Juni, 2024

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH KOMBINASI *ART THERAPY* (MENGGAMBAR) DAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP KECEMASAN LANSIA DI PANTI WREDA

Skripsi yang ditulis oleh Yuliana Kurniawati Herin NRP.9103020026 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 2 Juli 2024 dan telah dinyatakan lulus oleh.

Tim Penguji

1. Ketua : Maria Manungkalit, S.Kep.,Ns., M.Kep. (.....)
2. Sekretaris : Ermalynda Sukmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep. (.....)
3. Anggota : Ninda Ayu Prabasari P.,S.Kep.,Ns.,M.Kep. (.....)
4. Anggota : Ira Ayu Maryuti, S.Kep.,Ns.,M.Kep. (.....)

Mengesahkan


Fakultas Keperawatan
Yuliana Dwi Wahid Werdani, S.Kep.Ns.M.Kep.
NIK. 911.06.0600

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tuhan Yesus Kristus yang sudah melindungi memberkati saya selama masa perkuliahan hingga masa skripsi ini, tak luput dari doa yang saya panjatkan kepada engkau sehingga saat ini dapat berjalan lancar.

Saya persembahkan untuk diri saya, Yuliana Kurniawati Herin yang telah bertahan menikmati proses panjang mengerjakan tugas akhir skripsi ini, kerja pagi siang ketemu malam, dan telah melalui banyak macam hambatan baik dalam proses pengerjaan, revisi, dan proses penelitian di lapangan, sampai ada satu titik hambatan yang berat dan pada akhirnya bisa terselesaikan dengan baik.

Kedua orang tua saya yakni bapak Yunan Heriansyah dan Ibu Maria Saron Herin dan adik saya Karolina Maryuni Herin. Terimakasih atas dukungan, nasehat, serta motivasi dan doa sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sampai selesai, ini merupakan bukti perjuangan mereka tidak sia-sia.

HALAMAN MOTTO

Filipi 4:6 “Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apapun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur.”

1 Korintus 10:13 "Pencobaan-pencobaan yang kamu alami ialah pencobaan-pencobaan biasa, yang tidak melebihi kekuatan manusia. Sebab Allah setia dan karena itu Ia tidak akan membiarkan kamu dicobai melampaui kekuatanmu. Pada waktu kamu dicobai. Ia akan memberikan kepadamu jalan ke luar, sehingga kamu dapat menanggungnya

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkat dan Rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan dan menyusun naskah skripsi yang berjudul “Pengaruh Kombinasi *Art Therapy* (Menggambar) dan Aromaterapi Lemon Terhadap Kecemasan Lansia di Panti Wreda ” Naskah skripsi ini disusun peneliti untuk memenuhi syarat memperoleh gelar sarjana keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Peneliti menyadari bahwa perjalanan naskah skripsi ini tidak hanya bergantung pada kemampuan saya, melainkan juga sangat dipengaruhi oleh dukungan dan bantuan dari berbagai pihak yang turut membantu dan mendukung dari berbagai aspek. Pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
2. Ninda Ayu Prabasari P., S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen Pembimbing Utama yang tulus meluangkan waktu, tenaga serta pikiran dan perhatian dalam memberikan dorongan dalam penyusunan naskah skripsi.
3. Ira Ayu Maryuti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen Pembimbing Pendamping yang tulus meluangkan waktu, tenaga serta pikiran dan perhatian dalam memberikan dorongan dalam penyusunan naskah skripsi.
4. Maria Manungkalit, S.Kep.,Ns., M.Kep. selaku ketua penguji yang telah memberikan arahan perbaikan pada peneliti untuk menyempurnakan penyusunan naskah skripsi.
5. Ermalynda Sukmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep. selaku sekretaris penguji yang

telah memberikan arahan perbaikan pada peneliti untuk menyempurnakan penyusunan naskah skripsi

6. Nia Novita Sari S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen Pembimbing Akademik yang selama ini tulus dalam memberikan arahan, dukungan, dan masukan dalam perkuliahan saat ini.
7. Seluruh Oma dan Opa di Rumah Usiawan Panti Surya yang telah bersedia menjadi responden dan berpartisipasi aktif telah mengikuti segala agenda penelitian sampai selesai.
8. Pihak Rumah Usiawan Panti Surya yang telah memberikan peneliti lahan penelitian.
9. Seluruh Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah membantu memberikan dukungan dan arahan selama masa perkuliahan.
10. Kedua orang tua saya yakni bapak Yunan Heriansyah dan Ibu Maria Saron Herin dan adik saya Karolina Maryuni Herin. Terimakasih atas dukungan, nasehat, serta motivasi dan doa sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sampai selesai, ini merupakan bukti perjuangan mereka tidak sia-sia.
11. Teman-teman angkatan 2020, terutama untuk teman kost saya yang sudah hadir dalam menemani serta membantu diskusi dalam penyelesaian naskah skripsi ini.

Seluruh pihak yang tidak bisa penulis tuliskan. Terimakasih atas doa dan Peneliti menyadari bahwa penyusunan naskah skripsi ini ini tak terluput dari kekurangan yang disempurnakan. Dengan ini peneliti berterimakasih atas segala saran serta kritik yang sudah diberikan selama proses revisi. Peneliti berharap

naskah skripsi ini mampu memberikan manfaat dalam bidang keperawatan untuk keperluan masa depan yang lebih baik.

Surabaya, Juli, 2024
Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	xvii
ABSTRAK	xvii
<i>ABSTRACT</i>	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	7

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Lansia.....	9
2.1.1 Definisi Lansia.....	9
2.1.2 Klasifikasi Lansia.....	9
2.1.3 Masalah yang Terjadi Pada Lansia.....	9
2.1.4 Masalah Kesehatan Jiwa yang Timbul pada Lansia.....	11
2.2 Konsep Kecemasan.....	11
2.2.1 Definisi Kecemasan.....	11
2.2.2 Penyebab Kecemasan di Panti Wreda.....	11
2.2.3 Mekanisme Kecemasan.....	12
2.2.4 Klasifikasi Kecemasan.....	13
2.2.5 Tanda Gejala Kecemasan.....	15
2.2.6 Dampak Kecemasan.....	15
2.2.7 Penatalaksanaan Kecemasan.....	16
2.2.8 Alat Ukur Skala Kecemasan.....	16
2.3 Konsep Aromaterapi Lemon.....	17
2.3.1 Definisi Aromaterapi Lemon.....	17
2.3.2 Manfaat Aromaterapi Lemon.....	18
2.3.3 Fisiologi Aromaterapi Lemon.....	18
2.3.4 Indikasi dan Kontraindikasi Aromaterapi Lemon.....	18
2.3.5 Prosedur Aromaterapi Lemon.....	19
2.4 Konsep <i>Art therapy</i> (menggambar).....	19
2.4.1 Definisi <i>Art therapy</i> (menggambar).....	17
2.4.2 Manfaat <i>Art therapy</i> (menggambar).....	20
2.4.3 Mekanisme <i>Art therapy</i> (menggambar).....	18
2.4.4 Indikasi dan Kontraindikasi <i>Art therapy</i> (menggambar).....	21
2.4.5 Komponen <i>Art therapy</i> (menggambar).....	21
2.4.6 Prosedur <i>Art therapy</i> (menggambar).....	22
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL dan HIPOTESIS.....	23
3.1 Kerangka Konseptual.....	23
3.2 Pengaruh Kombinasi <i>Art Therapy</i> (menggambar) dan Aromaterapi Lemon Terhadap Kecemasan Lansia.....	24
3.3 Hipotesis.....	25
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	26
4.1 Desain Penelitian.....	26
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	27
4.2.1 Variabel Independen.....	27
4.2.2 Variabel Dependen.....	27
4.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	27
4.4 Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	29
4.4.1 Populasi.....	29
4.4.2 Sampel.....	30
4.4.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	30
4.5 Kerangka Kerja Penelitian.....	31
4.5.1 Metode Pengumpulan Data.....	31
4.5.2 Prosedur Pengumpulan Data.....	32

4.5.3	Instrumen Penelitian	33
4.6	Waktu dan Lokasi Penelitian.....	35
4.7	Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	36
4.7.1	Uji Validitas	36
4.7.2	Uji Reliabilitas	36
4.8	Teknik Analisa Data.....	36
4.8.1	<i>Editing</i>	36
4.8.2	<i>Scoring</i>	37
4.8.3	<i>Tabulating</i>	37
4.8.4	Uji Hipotesis	37
4.9	Etika Penelitian	38
4.10	Prinsip Manfaat	39
4.11	Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia.....	39
BAB 5	HASIL PENELITIAN	41
5.1	Karakteristik Lokasi Penelitian.....	41
5.2	Hasil Penelitian	44
5.2.1	Data Umum	44
5.2.2	Data khusus	48
BAB 6	PEMBAHASAN	52
6.1	Kecemasan Pada Lansia Sebelum diberikan Kombinasi <i>Art Therapy</i> (menggambar) dan Aromaterapi Lemon di Rumah Usiawan Panti Surya.....	52
6.2	Kecemasan Pada Lansia Sesudah diberikan Kombinasi <i>Art Therapy</i> (menggambar) dan Aromaterapi Lemon di Rumah Usiawan Panti Surya.....	55
6.3	Pengaruh Kombinasi <i>Art Therapy</i> (menggambar) dan Aromaterapi Lemon di Rumah Usiawan Panti Surya.....	59
6.4	Keterbatasan penelitian	63
BAB 7	SIMPULAN DAN SARAN.....	64
7.1	Kesimpulan	63
7.2	Saran	63
	DAFTAR PUSTAKA	66
	LAMPIRAN.....	78
	ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	108

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1	Desain Penelitian <i>One Group Pretest-Posttest Design</i> 26
Tabel 4.2	Definisi Operasional Variabel Penelitian28
Tabel 4.4	Kisi-Kisi Kuesioner Kecemasan GAI (<i>Geriatric Anxiety Inventory</i>) Sebelum Dilakukan Uji Validitas 35
Tabel 4.5	Kisi-Kisi Kuesioner Kecemasan GAI (<i>Geriatric Anxiety Inventory</i>) Sesudah Dilakukan Uji Validitas..... 35
Tabel 5.1.1	Jadwal Harian dan Mingguan Kegiatan Acara Pelayana Di Rumah Usiawan Panti Surya43
Tabel 5.1.2	Jadwal Kegiatan Harian Lansia di Rumah Usiawan Panti Surya.....43
Tabel 5.2.2.1	Distribusi Data Kecemasan Sebelum dan Setelah diberikan Kombinasi <i>Art Therapy</i> (Menggambar) dan Aromaterapi Lemon.....48
Tabel 5.2.2.2	Hasil Uji Normalitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan dengan <i>Kolmogorov-Smirnova Test</i> 50
Tabel 5.2.2.3	Hasil Uji Hipotesis <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kecemasan dengan <i>Paired Sampel T-Test</i> 50

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1	Rentang Respon Kecemasan 14
Gambar 3.1	Kerangka konseptual <i>Art Therapy</i> (Menggambar) dan Aromaterapi Lemon Terhadap Kecemasan Lansia 23
Gambar 4.3	Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh <i>Art therapy</i> (menggambar) dan Aromaterapi Lemon Terhadap Kecemasan Lansia 31
Gambar 5.2.1.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Rumah Usiawan Panti Surya Pada tanggal 10 – 26 mei 2024..... 45
Gambar 5.2.1.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Rumah Usiawan Panti Surya Pada tanggal 10 – 26 mei 2024..... 45
Gambar 5.2.1.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir di Rumah Usiawan Panti Surya Pada tanggal 10 – 26 mei 2024..... 46
Gambar 5.2.1.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pernikahan di Rumah Usiawan Panti Surya Pada tanggal 10 – 26 mei 2024..... 47
Gambar 5.2.1.5	Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Tinggal di Rumah Usiawan Panti Surya Pada tanggal 10 – 26 mei 2024..... 47
Gambar 5.2.1.6	Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Penyakit Kronis di Rumah Usiawan Panti Surya Pada tanggal 10 – 26 mei 2024..... 48

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Penjelasan Menjadi Responden	78
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	80
Lampiran 3. Lembar Data Demografi	81
Lampiran 4. Kuesioner Kecemasan GAI (<i>Geriatric-Anxiety-Inventory</i>) Sebelum di Uji Validitas	82
Lampiran 5. Kuesioner Kecemasan GAI(<i>Geriatric-Anxiety-Inventory</i>) Sesudah di Uji Validitas.....	83
Lampiran 6. SOP <i>Art therapy</i> (Menggambar) dan Aromaterapi Lemon.....	84
Lampiran 7. Lembar Kegiatan Pelaksanaan Intervensi	86
Lampiran 8. Lembar Observasi Intervensi	88
Lampiran 9. Jadwal Kegiatan Intervensi	89
Lampiran 10. Hasil Uji Validitas.....	90
Lampiran 11. Hasil Uji <i>Reliability Statistic</i>	98
Lampiran 12. Hasil Uji Normalitas	99
Lampiran 13. Hasil Uji Hipotesis <i>Paired Samples Test</i>	100
Lampiran 14. Rekapitulasi Data Penelitian.....	101
Lampiran 15. Surat Pengantar Penelitian.....	104
Lampiran 16. Surat Keterangan Melaksanakan Penelitian	105
Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian.....	106

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN JUDUL	108
HALAMAN PERSETUJUAN.....	109
ABSTRAK	111
<i>ABSTRACT</i>	112
PENDAHULUAN	113
METODE PENELITIAN.....	113
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	114
SIMPULAN DAN SARAN	120
DAFTAR PUSTAKA	121
BIODATA PENULIS	124

ABSTRAK

PENGARUH KOMBINASI *ART THERAPY* (MENGGAMBAR) DAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP KECEMASAN LANSIA DI PANTI WREDA

oleh: Yuliana Kurniawati Herin

Lansia yang mengalami emosi tidak stabil akan menimbulkan respon fisiologis tubuh yaitu diatur oleh sistem limbik pusat nya amigdala sebagai pengatur emosi seseorang, hal ini memicu kecemasan. Penatalaksanaan non farmakologis kecemasan adalah *art therapy* (menggambar) dan aromaterapi lemon. Tujuan menjelaskan pengaruh kombinasi *art therapy* (menggambar) dan aromaterapi lemon terhadap kecemasan lansia di Rumah Usiawan Panti Surya. Desain penelitian *pre-experimental one group pretest-posttest design*. Populasi berjumlah 70 lansia berusia ≥ 60 tahun di Rumah Usiawan Panti Surya menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai kriteria berjumlah 29 responden. SOP yang digunakan berupa *art therapy* menggambar dan aromaterapi lemon serta kuesioner GAI *Geriatric Anxiety Inventory* dengan durasi yang diberikan selama 2 minggu 1 minggu 2 kali pertemuan selama 40 menit, aromaterapi lemon menggunakan *diffuser* dengan 250 ml, dan 8 tetes *essential oil citrus limon*. *Mean* dari *pre test* kecemasan adalah 10.48 ± 2.773 , sedangkan *mean* dari *post test* kecemasan adalah 5.45 ± 3.089 dan *mean* selisih antara *pre test* dan *post test mean* adalah 5.93 ± 3.401 . Uji hipotesis *Paired Sampels T-Test* hasil didapatkan *Sig. (2-tailed)* 0.000 yang artinya ada pengaruh kombinasi *art therapy* (menggambar) dan aromaterapi lemon terhadap kecemasan lansia. *Art therapy* (menggambar) akan mengaktifkan *korteks somatosensory* yang bisa memberikan efek menurunkan kecemasan. Aromaterapi lemon ketika dihirup merangsang *nukleus rafe* sehingga mengeluarkan *serotonin* yang dapat mengatur emosi seseorang, ini memberikan efek menurunkan kecemasan.

Kata Kunci : Aromaterapi Lemon, *Art Therapy*, Lansia, Kecemasan, Menggambar

ABSTRACT

THE EFFECT OF A COMBINATION OF ART THERAPY (DRAWING) AND LEMON AROMATHERAPY ON THE DISCOURAGE OF THE ELDERLY AT THE NURSING HOME

by: Yuliana Kurniawati Herin

Elderly people who experience unstable emotions will cause the body's physiological response, which is regulated by the central limbic system, the amygdala, which regulates a person's emotions, this triggers anxiety. Non-pharmacological management of anxiety is art therapy (drawing) and lemon aromatherapy. The aim is to explain the effect of a combination of art therapy (drawing) and lemon aromatherapy on the anxiety of the elderly at the Panti Surya Home for Elderly. Pre-experimental research design, one group pretest-posttest design. The population was 70 elderly aged ≥ 60 years at the Panti Surya Home for the Aged using a purposive sampling technique according to the criteria, totaling 29 respondents. The SOP used is drawing art therapy and lemon aromatherapy as well as the GAI Geriatric Anxiety Inventory questionnaire with a duration of 2 weeks 1 week 2 meetings for 40 minutes, lemon aroma therapy use diffuser with 250 ml, and 8 drop essential citrus lemon oil. The mean of the pre-test anxiety was 10.48 ± 2.773 , while the mean of the post-test anxiety was 5.45 ± 3.089 and the mean difference between the pre-test and post-test mean was 5.93 ± 3.401 . Hypothesis test Paired Samples Test results obtained Sig. (2-tailed) 0.000, which means that there is an effect of a combination of art therapy (drawing) and lemon aromatherapy on anxiety in the elderly. Art therapy (drawing) will activate the somatosensory cortex which can have the effect of reducing anxiety. Lemon aromatherapy when inhaled stimulates the raphe nucleus so that it releases serotonin which can regulate a person's emotions, this has the effect of reducing anxiety.

Keywords : *Lemon Aromatherapy, Art Therapy, Elderly, Anxiety, Drawing*