

**PENERAPAN TERAPI *BUTTERFLY HUG* DAN AROMATERAPI LAVENDER  
PADA PASIEN Nn. F DENGAN ANSIETAS DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS BERBAH**

Afrianka Rahmawati<sup>1</sup>, Fajriyati Nur Azizah

e – mail : [afriankarahma86463@gmail.com](mailto:afriankarahma86463@gmail.com)

**INTISARI**

**Latar Belakang:** Angka kejadian gangguan kecemasan (ansietas) terus meningkat, dan ditandai dengan kekhawatiran berlebih yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Kondisi ini dapat memicu gejala fisik dan mental, sehingga kualitas hidup penderitanya menurun. Oleh karena itu, diperlukan penanganan yang mudah diakses dan diterapkan. Terapi *Butterfly Hug* dan aromaterapi lavender merupakan pendekatan yang efektif untuk meredakan kecemasan karena praktis dan mampu menenangkan sistem saraf serta emosi.

**Tujuan Penelitian:** menerapkan pemberian terapi *butterfly hug* dan aromaterapi lavender pada pasien Nn. F dengan ansietas di wilayah kerja Puskesmas Berbah

**Metode Penelitian:** Karya ilmiah ini adalah suatu studi kasus terhadap 1 pasien jiwa dengan ansietas. Studi kasus ini menggunakan format pengkajian jiwa dan lembar observasi berupa kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Pemberian terapi *butterfly hug* dan aromaterapi lavender dilakukan selama 3 hari dengan lama durasi 5 - 15 menit.

**Hasil Penelitian:** Setelah dilakukan intervensi terapi *butterfly hug* dan aromaterapi lavender selama 3 hari, didapatkan skor kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) pasien menurun dari 26 (kecemasan sedang) menjadi 18 (kecemasan ringan).

**Kesimpulan:** Hasil studi kasus ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa penerapan terapi *Butterfly Hug* dan aromaterapi lavender pada pasien ansietas dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan. Serta, terapi kombinasi ini efektif, praktis, dan dapat menjadi intervensi yang layak untuk mengurangi gejala ansietas.

**Kata Kunci:** kecemasan, *butterfly hug*, aromaterapi lavender, non farmakologi

---

<sup>1</sup>) Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

<sup>2</sup>) Dosen Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

**APPLICATION OF BUTTERFLY HUG THERAPY AND LAVENDER  
AROMATHERAPY IN PATIENTS Ms. F WITH ANXIETY IN THE WORKING  
AREA OF THE BERBAH PUSKESMAS**

Afrianka Rahmawati<sup>1</sup>, Fajriyati Nur Azizah

e – mail : [afriankarahma86463@gmail.com](mailto:afriankarahma86463@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** The incidence of anxiety disorders (anxiety) continues to increase, and is characterized by excessive worry that can interfere with daily activities. This condition can trigger physical and mental symptoms, so that the sufferer's quality of life decreases. Therefore, treatment is needed that is easy to access and apply. Butterfly Hug therapy and lavender aromatherapy are effective approaches to relieve anxiety because they are practical and able to calm the nervous system and emotions.

**Objective:** To apply butterfly hug therapy and lavender aromatherapy to patients Ms. F with anxiety in the Berbah Community Health Center working area  
Research

**Method:** This scientific work is a case study of 1 mental patient with anxiety. This case study uses a mental assessment format and an observation sheet in the form of a HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) questionnaire. Butterfly hug therapy and lavender aromatherapy are given for 3 days with a duration of 5 - 15 minutes.

**Results:** After the intervention of butterfly hug therapy and lavender aromatherapy for 3 days, it was found that the patient's HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale) questionnaire score decreased from 26 (moderate anxiety) to 18 (mild anxiety).

**Conclusion:** The results of this case study are in line with previous research that the application of Butterfly Hug therapy and lavender aromatherapy in anxiety patients can help reduce anxiety levels significantly. Also, this combination therapy is effective, practical, and can be a feasible intervention to reduce anxiety symptoms.

**Keywords:** anxiety, butterfly hug, lavender aromatherapy, non-pharmacological

---

<sup>1</sup>) Student of the Nursing Profession Study Program at Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta.

<sup>2</sup>) Lecturer at the Nursing Profession Study Program at Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta.