

**PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER BERPENGARUH
TERHADAP TINGKAT STRES DAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA
DIDIK DI SMA NEGERI 4 SINGARAJA**

Marcel Adiwibawa, NIM 1613041057

Program Studi Pendidikan Biologi

Jurusan Biologi dan Perikanan Kelautan

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan tingkat stres belajar dan meningkatkan motivasi belajar peserta didik dibandingkan dengan yang tidak diberikan aromaterapi lavender. Penelitian eksperimental semu ini menggunakan rancangan *nonequivalent randomized pre and post test control group design*. Populasi target adalah seluruh peserta didik di SMA Negeri 4 Singaraja Tahun Ajaran 2019/2020 dan populasi terjangkau adalah peserta didik kelas XI. Sampel penelitian adalah kelas XI MIPA 2 (kelas kontrol) dan XI MIPA 3 (kelas eksperimen), dengan jumlah sampel 60 orang. Variabel terikat adalah tingkat stres belajar yang didata dengan *kuesioner* stres belajar dan tingkat motivasi belajar yang didata dengan *kuesioner* motivasi belajar. Pendataan dilakukan sebelum dan sudah perlakuan selama 3 (tiga) kali pengulangan pada kelas kontrol dan eksperimen. Data yang diperoleh di analisis dengan uji *independent sample t-test* pada taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan yang signifikan pada tingkat stres belajar sebesar 18,54% dan peningkatan motivasi belajar sebesar 6,73% ($p < 0,05$). Disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan stres belajar dan meningkatkan motivasi belajar peserta didik di SMA Negeri 4 Singaraja dibandingkan dengan yang tidak diberikan aromaterapi lavender.

Kata kunci: Aromaterapi Lavender, Stres Belajar, Motivasi Belajar

**PROVISION OF LAVENDER AROMATERAPY AFFECTING THE
STRESS AND MOTIVATION LEARNING LEVEL OF STUDENTS IN
SENIOR HIGH SCHOOL 4 SINGARAJA**

Marcel Adiwibawa, NIM 1613041057

Study Program of Biology Education

Department of Biology and Marine Fisheries

ABSTRACT

This study aims to determine the provision of lavender aromatherapy can reduce levels of learning stress and increase students learning motivation compared to those not given lavender aromatherapy. This quasi-experimental study uses a nonequivalent randomized pre and post test control group design. The target population is all students in SHS 4 Singaraja 2019/2020 Academic Year and the affordable population is class XI students. The research sample is class XI MIPA 2 (control class) and XI MIPA 3 (experimental class), with a total sample of 60 people. The dependent variable is the level of learning stress recorded with the learning stress questionnaire and the level of learning motivation that was recorded with the learning motivation questionnaire. Data collection is done before and has been treated for 3 (three) repetitions in the control and experimental classes. Data obtained were analyzed by independent sample t-test at a significance level of 5%. The results showed that there was a significant decrease in the level of learning stress by 18.54% and an increase in learning motivation by 6.73% ($p < 0.05$). It was concluded that the administration of lavender aromatherapy can reduce learning stress and increase students learning motivation in SHS 4 Singaraja compared to those not given lavender aromatherapy.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Learning Stress, Learning Motivation