

## **PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PERUBAHAN TINGKAT ANSIETAS PADA IBU HAMIL PRE OPERASI SECTIO CAESAREA**

**Ni Komang Rahayu\*, Richta Puspita Haryanti**

Program Studi Keperawatan, Universitas Mitra Indonesia, Jl. ZA. Pagar Alam No.7, Gedong Meneng, Kec.  
Rajabasa, Kota Bandar Lampung, Lampung

[\\*raraayukomang96@gmail.com](mailto:*raraayukomang96@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Persalinan merupakan kejadian fisiologis, seringkali dengan berbagai kondisi kehamilan mengharuskan untuk melakukan persalinan SC (*Sectio caesarea*). Kejadian *sectio caesarea* di Rumah Sakit Ibu dan Anak Santa Anna Bandar Lampung pada tahun 2020 terdapat 600 persalinan dengan *sectio caesarea* dari 1500 kasus kebidanan. Tujuan penelitian ini diketahui pengaruh aroma terapi lavender terhadap perubahan tingkat kecemasan pada ibu hamil *pre sectio caesarea* di RSIA Santa Anna Bandar Lampung. Jenis penelitian yang digunakan merupakan kuantitatif, menggunakan rancangan *pre eksperimen* dengan *one-grup pre test-post test design*. Populasi penelitian ini pasien *pre operasi sectio caesarea* yang dirawat di Rumah Sakit Ibu dan Anak Santa Anna menunjukkan jumlah persalinan dengan *sectio caesarea* pada bulan September 2022 sebanyak 60 pasien *pre operasi sectio caesarea*, dengan sampel yang digunakan sebanyak 38 responden. Uji penelitian menggunakan uji *paired t test*. Hasil penelitian diketahui rata-rata tingkat ansietas pada pasien *pre operasi caesarea* sebelum diberikan aromaterapi lavender pada ibu adalah 24.6 dan sesudah diberikan adalah 16.2. Ada Pengaruh aromaterapi lavender terhadap perubahan tingkat ansietas pada ibu hamil *pre operasi sectio caesarea* di RSIA Santa Anna Bandar Lampung dengan nilai  $p\text{-value} = 0.000$ ).

Kata kunci: ansietas; aromaterapi lavender; *pre sectio caesarea*

## **THE EFFECT OF LAVENDER AROMATHERAPY ON CHANGES LEVEL OF ANXIETY IN PREOPERATIVE SECTIO CAESAREA PREGNANT WOMEN**

### **ABSTRACT**

*Childbirth is a physiological event, often with various pregnancy conditions requiring a cesarean delivery (Sectio caesarea). The incidence of sectio caesarea at the Santa Anna Mother and Child Hospital Bandar Lampung in 2020 there were 600 deliveries by sectio caesarea from 1500 obstetric cases. The purpose of this study was to determine the effect of lavender aromatherapy on changes in anxiety levels in pregnant women with pre sectio caesarea at RSIA Santa Anna Bandar Lampung. This type of research is quantitative, using a pre-experimental design with a one-group pre-test-post-test design. The population of this study was preoperative sectio caesarea patients who were treated at the Santa Anna Mother and Child Hospital. The number of deliveries by sectio caesarea in September 2022 was 60 patients with preoperative sectio caesarea, with 38 respondents as samples used. Data analysis was univariate and bivariate. The results showed that the average level of anxiety in preoperative cesarean patients before being given lavender aromatherapy to the mother was 24.6 and after being given it was 16.2. There is an effect of lavender aromatherapy on changes in anxiety levels in pregnant women with preoperative sectio caesarea at RSIA Santa Anna Bandar Lampung with  $p\text{-value} = 0.000$ ).*

*Keywords: anxiety; lavender aromatherapy; pre sectio caesarea*

### **PENDAHULUAN**

Menurut data Kemenkes RI jumlah kasus *sectio caesarea* di Indonesia yang diperoleh melalui survey nasional tahun 2019 adalah 927.000 dari total 4.030.000 persalinan. Sedangkan pada tahun 2019 menurut data Kemenkes RI total kasus *sectio caesarea* di Indonesia mencapai kurang lebih 1.200.000 dari  $\pm 5.690.000$  persalinan atau sekitar 24.8% dari keseluruhan data (Kemenkes RI, 2020).

Kejadian *sectio caesareae* di Provinsi Lampung pada 2019 total sebanyak 5.569 operasi dari 200.000 persalinan atau kira-kira sebanyak 28% ibu melahirkan secara sesar (Dinkes Provinsi Lampung, 2019). Di Rumah Sakit Ibu dan Anak Santa Anna Bandar Lampung pada tahun 2020 terdapat 600 persalinan dengan *sectio caesarea* dari 1500 kasus kebidanan pada tahun 2020. Proporsi penyebab persalinan SC tahun 2020 adalah ketuban pecah dini 200 kasus, letak sungsang 200 kasus, gagal induksi 110 kasus, riwayat *sectio caesarea* 59, faktor resiko umur 70 kasus, paritas 19 kasus, jarak kehamilan 10 kasus, PEB 36 kasus. Dari jumlah 600 persalinan SC persalinan yang mengalami kecemasan atau ansietas 360 kasus. Sedangkan pada tahun 2021 terdapat 720 persalinan dengan *sectio caesarea* dari 1600 kasus kebidanan. Proporsi penyebab persalinan SC tahun 2021 adalah Plasenta previa 180 kasus, sungsang 150, letak lintang 75 kasus, letak oblig 60 kasus, CPD 90 kasus, oligohidramion dan posterem 70 kasus, partus tak maju 35 kasus, Aps 25 kasus, R/SC 15 kasus, PEB 12 Kasus, faktor usia 8 kasus. dari jumlah 720 kasus terdapat 430 mengalami kecemasan pra operasi (Rekam Medik RSIA Santa Anna, 2021).

Sebagai pembandingan data persalinan dengan *sectio caesarea* di Rumah Sakit adalah RSIA Bandar Lampung. Pasien Rumah Sakit Santa Anna Bandar Lampung status pembayaran lebih banyak menggunakan JKM, BPJS PBI, dan umum hanya beberapa pasien. Mutiara putri Bandar Lampung yaitu pada tahun 2021 mencapai 480 persalinan SC dari 800 angka persalinan pasien rata-rata pasien umum dan BPJS Pribadi dan pasien SC rata-rata pasien permintaan sendiri. (Rekam Medik RSIA Mutiara putri Bandar Lampung, 2021). Rumah sakit Beleza tahun 2021 mencapai 500 angka persalinan dan yang melakukan tindakan SC 420 kasus untuk pasien rata-rata menggunakan pembayaran umum tidak menerima BPJS, dan Pasien SC semua atas permintaan sendiri. (Rekam medis Beleza, 2021).

*Sectio cesarea* semakin diterima dimasyarakat karena semakin berkembangnya pengetahuan tentang antibiotika, keseimbangan pemberian cairan, masalah transfusi darah, perkembangan kemampuan, *norkose*, sehingga angka kematian dan kesakitan *sectio caesarea* dapat ditekan. Sebab berbeda dengan orang yang pernah merasakan meja operasi, seseorang yang belum pernah memiliki pengalaman operasi akan merasakan kecemasan yang tinggi apalagi jika dilakukan di bagian vital (Pailese, Cecconi, Moreale & Skrap, 2012). Pasien pre operasi section caesarea cenderung akan mengalami kecemasan spesifik dimana kekhawatiran akan muncul saat prosedur operasi dijalankan mulai dari anastesi, defisit informasi, diterimanya kesalahpahaman konsep, atau faktor khawatir mengenai biaya rumah sakit, dapat memunculkan kondisi fisik yang dapat merugikan pasien pasca operasi sebab debaran jantung, nadi meningkat, naiknya tekanan darah, bertambahnya frekuensi nafas, dan energi yang terus berkurang (Arwani, Sriningsih, & Hartono, 2013). *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) secara umum dapat menjadi tolak ukur penilaian tingkat kecemasan.

Perawat memiliki peran penting dalam menangani ansietas pasien sebagaimana tugasnya dalam komponen tim. Dokter perlu bekerja sama dengan perawat dalam upaya intervensi pasien dari kecemasan. Ada beberapa tindakan yang dapat dilakukan supaya kecemasan pasien menurun, diantaranya adalah metode terapi farmakologi dan non farmakologi. Peplau (2007) dalam Ratih (2012), menyatakan bahwa farmakologi ialah terapi dengan menggunakan obat-obatan (anxiolytic) sedangkan non-farmakologi merupakan alternatif alami yang biasa dilakukan dengan relaksasi atau psikoterapi. Terapi alami dapat menggunakan cara komplementer atau menggunakan bahan pelengkap, misalnya seperti aromaterapi, komunikasi terapeutik, atau terapi musik. Complementary and Alternative Medicine (CAM) baru-baru ini

mulai berkembang di dunia kesehatan dengan varian populernya yang banyak digemari yaitu aromaterapi.

Aromaterapi ialah jenis terapi terapeutik yang berguna untuk meningkatkan kondisi fisik dan psikologi dengan cara mengoleskan minyak essential pada tubuh. Efek farmakologis minyak essential sangatlah unik karena berperan sebagai antivirus, antibakteri, vasodilator, diuretic, perangsang adrenalin, dan penenang (Runiari, 2016). Dari hasil penelitian 2017 Rumah Sakit Bersalin Paradise Kecamatan Simpang Empat sebanyak 20 responden ibu pre operasi section caesara memiliki perbandingan kecemasan 5:4 antara pretest dengan jumlah suara penuh yaitu 20 orang dan post test dengan responden 16. Dari hasil ini diperoleh p value sebesar 0,000 atas kurang dari 0,05 yang mana berarti aromaterapi lavender berpengaruh pada pasien sebagai alternatif penurun taraf kecemasan sebelum operasi section caesara dilakukan.

Berdasarkan data pasien *sectio caesarea* dari kepala ruangan operasi RSIA Bandar Lampung pada bulan Juni 2022 terdapat 50 pasien, Juli 2022 56 pasien dan Agustus 2022 ada 60 pasien pra *sectio caesarea* dengan penyebab plasenta previa 14 kasus, kista 4 kasus, PPI 5 kasus CPD 10 kasus, letak sungsang 9 tetak lintang/oblig 7 kasus riwayat SC 9 kasus, gagal induksi, kpd ,fetas distres 10 kasus dan sebagian besar pasien pra operasi *sectio caesarea* mengalami kecemasan, dengan gejala jantung berdebar, gelisah, berkeringat, tekanan darah meningkat. Wajah tegang, pusing, mual muntah, dan gemetar, napas pendek nyeri ulu hati, dada terasa tertekan karena kurang pengetahuan.

Peneliti melakukan wawancara singkat dengan 2 ibu pra operasi *sectio caesarea* diantaranya mengatakan bahwa tindakan operasi bisa menyebabkan kematian, pada saat operasi tidak boleh tidur jika tidur bisa menyebabkan meninggal, dan saya tidak melakukan tindakan apapun dalam usaha untuk mengurangi kecemasan hanya berdoa. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tentang “Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Perubahan Tingkat Ansietas pada Ibu Hamil Pre Operasi *Sectio caesarea* di RSIA Santa Anna Bandar Lampung”.

## METODE

Dalam penelitian ini, digunakan jenis pendekatan kuantitatif yang memanfaatkan rancangan *pre eksperimen*. Model yang digunakan adalah *one-group pre test - post test design* yang merupakan pengamatan suatu kelompok tanpa melihat pembandingan dari komunitas lain (kontrol). Penelitian telah dilaksanakan di RSIA Santa Anna Bandar Lampung pada bulan September 2022. Populasi penelitian ini pasien pre operasi *sectio caesarea* yang dirawat di RSIA Santa Anna menunjukkan jumlah persalinan *sectio caesarea* pada bulan Agustus 2022 sejumlah 60 pasien pre operasi *sectio caesarea* dan jumlah sampel sebanyak 38 responden. Instrumen penelitian adalah menggunakan lembar observasi dan kuisioner dalam penelitian ini menggunakan kecemasan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dan lembar observasi berupa panduan Standar Operasional Prosedur (SOP) Aromaterapi Lavender.

## HASIL

Tabel 1.

Rata-rata tingkat ansietas pada pasien pre operasi caesarea sebelum diberikan aromaterapi lavender

Tingkat ansietas	Mean	SD	Min	Max	N
Sebelum	24.6	3.3	18	30	38

Tabel 1 dapat diketahui bahwa nilai rata-rata ansietas dari 38 pasien sesar sejumlah 24,6 dengan nilai minimal 18 dan maksimal 30 dimana standart deviasi ditemukan angka 3,3.

Tabel 2.  
Rata-rata tingkat ansietas pada pasien pre operasi caeserea sesudah diberikan aromaterapi lavender

Tingkat ansietas	Mean	SD	Min	Max	N
Sesudah	16.2	4.3	9	25	38

Berdasarkan data pasien setelah diberi aromaterapi lavender yang tertera pada tabel 2, diperoleh hasil dari 38 responden memiliki rata-rata ansietas 16,2 dengan standart deviasi 4,3 dari nilai minimum 9 dan maksimum 25.

Tabel 3.  
Uji Normalitas Data Penelitian

Variabel	Kategori	<i>Shapiro-Wilk</i>	Ket
Aromaterapi lavender	Sebelum	0.073	Normal
	Sesudah	0.330	Normal

Menurut penjelasan tabel 3 tersebut diketahui bahwa hasil uji normalitas data variabel kategori sebelum dan sesudah menggunakan aromaterapi lavender dengan menggunakan *Shapiro-Wilk* didapatkan hasil signifikansi sebesar  $\geq 0,05$  yang berarti data ini tergolong normal.

Tabel 4.  
Pengaruh aromaterapi lavender terhadap perubahan tingkat ansietas pada ibu hamil pre operasi *sectio caesarea*

Kelompok	N	Beda Mean	SD	t-test	P- Value
Tingkat ansietas Sebelum-Sesudah diberikan aromaterapi lavender	38	8.3	2.0	24.6	0,000

Tabel 4 pengaruh aromaterapi pada perubahan kecemasan pasien diatas, diperoleh p-value sebesar 0,00 yang berarti nilai lebih kecil dari 0,05 menandakan bahwa pemberian aromaterapi di RSIA Bandar Lampung memiliki pengaruh signifikan pada ansietas ibu hamil pre section caesarea.

## PEMBAHASAN

### Rata-rata tingkat ansietas pada pasien pre operasi caeserea sebelum diberikan aromaterapi lavender

Berdasarkan hasil diketahui rata-rata tingkat ansietas pada pasien pre operasi caeserea sebelum menghiruparomaterapi lavender pada ibu ialah 24.6 dengan standar deviation 3.3 dariminimum 18 dan nilai maksimum 30. Data ini sesuai dengan risetDila (2017) dimana dari 20 responden terdapat hasil 100% pada penelitian nilai pretest kecemasan ibu sebelum operasi sesardilakukan sehingga variabel ini dianggap berat. Sedangkan penelitian Widianari (2021) menunjukkan nilai analisis tingkat kecemasan pretest berkisar pada 17,35. Penelitian Anjayani (2022) menunjukkan mean kecemasan pre intervensi ialah 21,85 dengan median 22.

Ansietas atau kecemasan ialah kondisi pada individu atau kelompok tertentu yang mengalami perasaan susah atau cenderung ketakutan. Ansietas dapat dijelaskan sebagai suatu mood atau perasaan yang terlihat dari ciri-ciri kondisi fisik seperti tegang pada tubuh sebab kekhawatiran pada sesuatu yang akan datang. Masing-masing orang tentu pernah mengalami kecemasan di suatu situasi tertentu dengan tingkat perasaan meluap yang berbeda-beda. Kondisi ini muncul diduga karena seseorang merasa tidak sanggup menghadapi situasi tertentu yang hendak menyimpannya. Ilmuwan Freud mengatakan bahwa kecemasan bersifat abstrak dan kompleks

(Stuart, 2015). Ansietas atau kecemasan merupakan respon emosional atau keadaan perasaan afektif yang tidak menyenangkan tanpa diketahui sebab-sebab tertentu karena dipengaruhi oleh alam bawah sadar (Lestari 2015).

Ansietas yang terjadi pada pasien pre operasi section caesara pada dasarnya merupakan kekhawatiran spesifik terkait prosedur operasi yang meliputi anestesi, kurangnya informasi, kesalahan pemahaman konsep, pikiran tentang finansial, sehingga menimbulkan tanda fisik seperti jantung berdebar, nadi meningkat, naiknya tekanan darah, bertambahnya frekuensi nafas dan dapat menguras energy klien menjadikan kondisi individu memburuk (Arwani, Sriningsih, & Hartono, 2013).

Menurut peneliti hasil kecemasan ibu bersalin pre operasi SC pada penelitian ini memiliki tingkat kecemasan yang berbeda, dimana dengan score kecemasan 18-20 yaitu 5 responden, nilai score 21-27 yaitu 24 responden, dan nilai score 28-30 yaitu 9 responden. Dari data pasien yang diperoleh rata-rata tingkat pendidikan rendah dan kurang pengetahuan sehingga pada saat akan dilakukan tindakan SC mereka merasakan ketakutan. Rentang score kecemasan terendah yaitu 18 dan score cemas tertinggi 30. Dimana pasien yang memiliki score 18 kecemasan terendah yaitu 1 pasien karena pasien riwayat operasi sebelumnya pasien mengatakan sudah paham tindakan yang akan dilakukan dan mendapatkan dukungan dari keluarga sehingga cemas yang dirasakan tidak begitu berat. Dan 1 pasien dengan nilai score kecemasan 30, dimana pasien ini berusia 40 tahun dengan tingkat pendidikan SD dimana tingkat pengetahuan masih rendah pasien percaya bahwa ketika akan dilakukan tindakan SC dia akan bisa meninggal atau tidak bisa bergerak lagi atau lumpuh karena kecemasan yang dirasakan berat dimana tekanan darah meningkat. Hal ini membuktikan bahwa ibu bersalin pre operasi SC memiliki kecemasan yang harus di berikan intervensi agar tidak menjadi suatu komplikasi pada saat pelaksanaan operasi ataupun pasca operasi SC.

Bagi seorang ibu, menjalani prosedur persalinan dengan operasi menimbulkan kondisi emosional khusus pada dirinya serta keluarganya. Kecemasan yang dirasakan merupakan hal normal dalam situasi seperti ini, akan tetapi hal ini dapat menjadi hambatan apabila ditanggapi dengan berlebihan dan tidak realistis sehingga dapat memunculkan gangguan fisik, psikis, dan sosial sebelum dilaksanakan operasi. Kedewasaan seseorang berperan penting pada saat-saat seperti ini. Serta tingkat pendidikan sangat memengaruhi pengetahuan pasien itu sendiri dimana ia perlu menangkap pemahaman untuk menghadapi tantangan, menjaga harga diri, dan pengaruh respon dokter dan keluarga. Seseorang cenderung menerapkan *coping mechanism* dengan menekan impulsif kesadaran dan konflik batin untuk menghindari kecemasan. Situasi ini memungkinkan pasien selalu berpikiran positif dan tidak memikirkan efek kurang menyenangkan kedepannya.

Ketika pasien berada dalam tahap persiapan operasi, mereka seringkali membayangkan proses pembedahan yang akan dilalui dan prosedur-prosedur selanjutnya seperti anestesi, bayi dalam kandungan, keselamatan ibu, kesakitan yang dirasakan, hingga memunculkan perasaan cemas. Peneliti berpendapat bahwa kecemasan ibu pre operasi dapat diminimalisir dengan beberapa cara yang mudah dan efektif, seperti melakukan edukasi kepada pasien mengenai proses operasi, melakukan motivasi, dukungan keluarga yang kuat, dan juga terapi nonfarmakologi seperti aromaterapi lavender.

### **Rata-rata tingkat ansietas pada pasien pre operasi caeserea sesudah diberikan aromaterapi lavender**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui rata-rata tingkat ansietas pada pasien pre operasi caeserea sesudah diberikan aromaterapi lavender pada ibu adalah 16.2 dengan nilai simpangan baku sebesar 4.3 dari minimal 9 dan maksimal 25. Rahayu (2021) menjabarkan penelitiannya bahwa hampir semua respondennya mengalami penurunan tingkat kecemasan kategori ringan setelah pemberian aromaterapi lavender dengan presentasi 90,2% dan pada kecemasan berat sebanyak 0% atau tidak ada sama sekali. Kemudian Sari (2013) mengelompokkan intervensi kecemasan pre-test dan post test menjadi tiga tingkatan yang meliputi; kategori ringan-ringan dengan presentase 40% jumlah suara 4 responden, sedang-ringan terdapat 4 orang dan memiliki presentase 40%, terakhir sedang-sedang sebanyak 2 orang dengan presentase 20%. Hal ini membuktikan bahwa kadar ansietas pasien sebelum operasi sesar dapat diturunkan dengan pemberian aromaterapi lavender.

Kecemasan ialah perasaan emosional tidak menyenangkan dimana hal ini menimbulkan rasa takut, tidak nyaman, resah, sehingga memengaruhi kondisi kesehatan fisik yang diikuti respon otomatis pada sumber yang dapat menjadi pemicu munculnya cemas. Maka dari itu, penting bagi tenaga medis menangani secara cepat kondisi kecemasan ibu pada masa post partum. Sebab apabila kecemasan di masa ini dibiarkan berlarut-larut, dapat memengaruhi kondisi psikis seorang ibu dalam adaptasi pada perannya yang baru, yaitu memiliki bayi. Kondisi post partum yang mengalami kendala berupa kelainan pada peran maternal wanita seperti peran menyusui, merawat bayi baru lahir, dan perannya sebagai ibu dengan anak dalam keluarga. Selbihnya dijelaskan oleh Ricci bahwa kondisi kelainan maternal dapat mengurangi produksi ASI yang ialah sumber asupan terbaik tumbuh kembang bayi (Rahayu, 2021)

Terapi non-farmakologi dapat menjadi alternatif bagi tim medis dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum persalinan. Metode non farmakologi legal diantaranya seperti akupuntur, relaksasi, massage atau pijat, aromaterapi, dan kompres air hangat. Sedangkan aromaterapi sendiri merupakan salah satu bentuk alternative kesehatan yang dilakukan dengan menghirup uap atau proses penyerapan aroma minyak dari kulit yang berfungsi mengurangi atau mengobati gangguan fisik. Bunga lavender yang diolah menjadi aromaterapi dipercaya ampuh memberikan efek relaksasi karena harumnya wangi dan dapat mengendurkan saraf dan otot-otot yang tegang sehabis aktivitas padat (Nurghiwiati, 2015).

Bunga lavender memiliki efek penyejuk dan juga dapat merangsang dengan baik saraf-saraf dalam tubuh sehingga mampu menjadi terapi bagi gangguan kecemasan atau relaksasi depresi. Selain itu, aromaterapi lavender dipercaya dapat mengobati sakit kepala, sendi, dan nyeri lainnya (Dwi Ari Sulistyowati, 2016). Hasil penelitian di dapatkan bahwa terjadi penurunan kecemasan pada ibu pre operasi SC setelah di berikan aromaterapi lavender sesuai dengan SOP. Hasil skore HARS terlihat sebagian besar sudah berada pada skore 9-12 yaitu 5 responden berarti tidak mengalami kecemasan, 1 pasien yang sebelumnya nilai skore 19 menjadi nilai skore kecemasan 9 karena pasien dengan tingkat pendidikan S1 lebih berpengetahuan dan selalu mendapat dukungan keluarga. skore 14-19 22 responden, di bawah 20. Dan terdapat 1 pasien dengan skore HARS 12. Dari hasil seluruh responden terlihat 11 responden dengan penurunan skore cemas 1 di atas 10 skore. Pasien dengan nilai skore 30 usia 40 tahun setelah diberikan aromaterapi lavender mengalami penurunan menjadi nilai skore 24, jadi penurunan 6. Dan dimana 1 pasien dengan nilai skore kecemasan 29 dan mengalami penurunan hanya 4 poin, karena merasa ketakutan yang berlebihan dimana kurangnya pengetahuan. Dari 38 responden seluruh responden mengalami penurunan skore HARS, walaupun dengan angka penurunan yang bervariasi. Angka penurunan skore HARS setiap

pasien berbeda- beda, hal ini di karenakan banyak faktor di antaranya adalah dukungan suami atau keluarga, koping stress ibu , riwayat operasi sebelumnya.

Menurut peneliti aromaterapi ialah pengobatan dengan menggunakan minyak essensial yang berwangi khas guna memperoleh pengalaman holistik yang dapat memperbaiki kenyamanan emosional sehingga meningkatkan ketahan dan kesehatan tubuh. Aromaterapi bekerja dengan cara mengirimkan aroma wangi pada organ penciuman sehingga memberi pengaruh rangsangan positif dengan mengaktifkan sel saraf penciuman dan sistem limbik. Dari sel saraf ini akan diproduksi neurotransmitter yang berfungsi menurunkan kadar cemas karena mengandung serotonin, endorphin, enkephalins, dan noradrenalin yang merupakan pemantik perasaan tenang dan bahagia.

Dari pernyataan di atas dapat diambil kesimpulan aromaterapi lavender dapat memberikan efek relaksasi yang menenangkan apabila dihirup dengan pemberian kadar sesuai SOP (Standart Operasional Prosedur) sehingga berdampak baik pada psikologi dan fisik. Lavender bermanfaat menurunkan stress dan gangguan cemas karena terkandung linalool yang dapat memberi efek segar melalui silia lembut hidung saluran pernapas yang kemudian pesan tenang dalam wewangian tersebut terserap menuju ke otak di hipotalamus atau sistem limbik. Penggunaan terapi lavender memberikan relaksasi bagi penghirupnya sehingga dapat menurunkan kecemasan yang berarti. Hal ini dapat dimanfaatkan tim medis bagi pasien post partum seksio sesario supaya merasakan relaksasi atau ketenangan saat operasi sehingga tercapai kesehatan yang optimal.

### **Pengaruh aromaterapi lavender terhadap perubahan tingkat ansietas pada ibu hamil pre operasi *sectio caesarea***

Pada hasil uji statistik data sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender, diperoleh p-value sebesar 0,00 dimana jumlah ini lebih kecil dari alpha ( $\alpha$ ) 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender berpengaruh pada pasien pre operasi RSIA Santa Anna Bandar Lampung dalam hal mengurangi ansietas. Sejalan dengan penelitian Jayanti (2018), hasil analisis uji *paired t test* didapatkan bahwa nilai p sebesar 0,000 (nilai  $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bila ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender pada ibu primipara pre operasi caesarea. Fatmawati (2016) juga melakukan penelitian yang samayaitu "Pengaruh Relaksasi Progresif dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi". Hasil yang diperoleh diuji dengan *paired t-test* tingkat kecemasan pasien dan mendapatkan data bahwa terdapat perbedaan mean antara pre test dan post test dengan nilai p value 0,001 dimana lebih kecil dari alpha 0,05.

Kecemasan apabila berlebihan dapat memengaruhi kondisi psikologis pasien dan beresiko pada kegagalan operasi sebab salah satu syarat dijalankannya operasi ialah fisik dan mental yang stabil. Kecemasan merupakan masalah yang perlu diperhatikan sebelum melaksanakan operasi. Pengukuran kadar kecemasan pasien dapat dilihat melalui teori Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Perawat perlu untuk memahami betul masalah kecemasan pada pasien guna mempersiapkan kesiapan dijalankannya operasi (Eni, 2012). Perawat adalah anggotatim medis dimana perannya penting dalam menjaga ansietas atau kecemasan pasien. Pasien berserta dokter perlu mengukur tingkat kecemasan pasien sebelum masuk ke inti pembedahan. Beberapa hal yang dapat dilakukan tim medis dalam mengurangi tingkat kecemasan pasien diantaranya adalah melalui terapi.

Terapi dibagi menjadi dua bagian, yakni farmakologi dan non farmakologi. Farmakologi merupakan terapi obat-obatan, contohnya pemberian obat anti cemas (*anxiolytic*) yang dapat

mengurangi kadar cemas pasien dan memiliki efek ketergantungan (Pragholapati, 2021). Sedangkan non farmakologi merupakan cara klasik atau sederhana menggunakan bahan alami seperti pemberian wewangian aromaterapi, musik penenang, komunikasi teraupetik, dan lain sebagainya. Non-farmakologi yang paling sering digunakan dalam dunia medis ialah pemberian aromaterapi. Sebab khasiat dari efek yang diberikan, aromaterapi ampuh dalam memberi kesan nyaman sebagai terapi (Runiari, 2016).

Bunga lavender dipercaya bersifat terapeutik yang manjur sebagai bahan pengurang stress. Ditemukan bukti nyata tentang minyak lavender yang berperan sebagai obat efektif bagi penderita gangguan neurologis. Diketahui bahwa minyak lavender memberi efek hypnotic, sedative, dan anti neurodepressive pada manusia sehingga dipercaya sebagai aromaterapi yang bagus. Penggunaan minyak lavender memiliki efek rasa tenang yang dapat meningkatkan olah stress pada tubuh. Dalam minyak lavender terkandung linalool asetat dimana bekerja untuk mengendurkan sistem kerja urat syaraf dan otot yang tegang (Yamada, et al, 2015).

Kandungan utama yang terdapat pada bunga lavender ialah linalyl asetat dan linolool yang mana berperan dalam menurunkan kadar stress (Dewi, 2013). Lavender sebagai aromaterapi merangsang sel saraf penciuman yang kemudian mengirimkan sinyal relaksasi pada sistem kerja limbik. Dalam jaringan limbik ini terdapat pusat nyeri, senang, marah, takut, depresi, dan berbagai emosi lainnya yang saling berdampingan. Hipotalamus dalam jaringan ini memiliki peran relay dan regulator yang mengirimkan sinyal tenang ke bagian otak menuju seluruh tubuh. Apabila organ-organ lain telah mendapat rangsangan relaksasi, maka hormone melatonin dan serotonin mulai dilepas yang mana menyebabkan perasaan relas, sedative, dan euphoria (Koensoemardiyah, 2009 dalam Fatmawati, 2016).

Menurut peneliti aromaterapi memberikan efek yang sangat baik pada responden dengan kecemasan pre operasi SC. Harum lavender dapat menurunkan kadar kecemasan pasien sebelum dijalankannya operasi sesar. Sebab dalam bunga lavender terkandung linaloolacetate dan linalylacetate yang berfungsi sebagai analgesik pemberi efek tenang dan sedative *lavendula angustifolia*. Ketika aromaterapi dihirup, molekul-molekul yang terkandung didalamnya menguap menjadi volatile yang kemudian terbawa arus saluran pernapasan, pada silia lembut hidung akan muncul reseptor. Pada saat inilah molekul menjadi elektrokimia yang memiliki pesan tenang untuk ditransmisikan ke sistem limbik melalui saluran olfactory. Molekul ini akan merangsang respon emosional dan hipotalamus sebagai regulator otak akan mengirimkan pesan tenang ke bagian otak dan seluruh tubuh. Pesan inilah yang memberi tindakan bagi anggota tubuh untuk melepaskan senyawa elektrokimia dari ekspresi emosi.

Menurut penelitian sukryni (2016) inhalasi aromaterapi terbukti memberi pengaruh pada tingkat kecemasan pasien persalinan dalam kelompok intervensi dengan nilai ( $p=0,000$ ). Menunjukkan jika dalam kelompok intervensi yang diberikan aromaterapi selama 15 menit terdapat penurunan kecemasan pada pasien. Hasil ini juga memperlihatkan tentang adanya perbedaan selisih antara kelompok intervensi dan control. Penurunan kecemasan cenderung terjadi pada kelompok intervensi daripada di kelompok kontrol.

Penjabaran tersebut memunculkan pernyataan bahwa kecemasan yang dialami pasien pra operasi dapat dipengaruhi beberapa hal yang diantaranya; pengalaman pertama operasi, pemberian aromaterapi secara langsung (inhalasi), adanya kandungan linalyl dan linolool pada lavender sebagai anti cemas atau relaksasi. Para responden menyepakati jika dengan memakai aromaterapi lavender selama 30 menit ampuh mengurangi tingkat kecemasan

sebelum dilaksanakannya pembedahan. Selain menurunkan rasa takut dan cemas pada pikiran, pasien merasakan ketenangan, kenyamanan, rasa segar, dan nyaman dalam istirahat pada pemberian aromaterapi lavender.

Hasil penelitian ini disimpulkan setelah pemberian terapi aroma lavender pada para responden, mereka hanya mengalami kecemasan ringan dan tidak sampai berat. Responden cenderung merasa relaks setelah diberi aromaterapi lavender dilihat dari tanda vital seperti data batas normal kesehatan, pemenuhan istirahat atau tidur yang cukup, dan bagaimana melaksanakan peran baru sebagai ibu dari bayi baru lahir dengan lebih rileks. Hal ini cukup membuktikan efektifitas penggunaan aromaterapi lavender pada pasien operasi sesar yang mengalami kecemasan. Menurut peneliti pemberian aromaterapi dapat di terapkan oleh tenaga kesehatan di rumah sakit pada ibu bersalin pre operasi SC sebagai upaya dalam memnatu pengurangi kecemasan yang di rasakan. Selain aromaterapi tenaga kesehatan juga dapat memberikan edukasi mengenai jalannya operasi dan memberikan motivasi serta memberikan edukasi kepada keluarga untuk memberikan dukungan berupa banyak hal seperti motivasi, menemani ibu, memfasilitasi kebutuhan ibu.

## **SIMPULAN**

Diketahui rata-rata tingkat ansietas pada pasien pre operasi caeserea adalah 24,6 dan standart deviasi 3,3 dengan nilai minimal 18 dan maksimal 30 sebelum mendapat aromaterpai lavender. Sedangkan rata-rata ansietas pasien pre operasi caesara yang mendapat aromaterapi lavender ditemukan sejumlah 16,2 dan standart deviasi 4,3 dengan nilai minimal 9 dan maksimal 25. Dengan ini dapat ditarik kesimpulan bahwa aromaterapi lavender dapat memengaruhi tingkat ansietas pada pasien ibu hamil pre operasi section caesarea di RSIA Santa Anna Bandar Lampung (p-value = 0.000).

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Agni Jayanti, (2018) Pengaruh Pemberian Aromaterapi Levender terhadap penurunan kecemasan pada ibu primipara pre operasi sectio Caesarea di RSUD Tidar bagian kebidanan kota magelang. *Jurnal Kesehatan*.[http://respository.Poltekes-smg.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=16408](http://respository.Poltekes-smg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=16408), 14,desember 2018.
- Anik (2017). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*, Salemba Medika, Jakarta.
- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Arwani, Sriningsih, Iis & Rodhi Hartono. (2013). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Operasi dengan Anestesi Spinal di RS Tugu Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Vol 1, No. 2, November 2013; 129- 134
- Buckle,Jane, Phd, RN (2015). *Clinical Aromatherapy, Eessential Oil In Practice*. New York: Churchill Livingstone.
- Rekam Medik RSIA Santa Anna. (2021) *Data Pasien Sectio caesarea RSIA Santa Anna*, Bandar Lampung.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2019) *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta:Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan,Departemen KesehatanRepublik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan. (2020). <https://www.kemkes.go.id> > pusdatin > profil-kesehatan-indonesia.2019.

- Dewi, IGA. (2015). Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi. Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Jurnal Kesehatan. Volume 2 Nomor 1. Hal. 21-53..
- Dila, D, Putra F., & Arifin R, F (2017). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap penurunan kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Sesarea di Rumah Sakit Bersalin. *Caring Nursing Journal*. 1 (2) : 51-56.
- Dinkes Provinsi Lampung. (2019). *Data Kelahiran di Provinsi Lampung, Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung 2012*. Bandar Lampung. Diakses tanggal 2 Januari 2020.
- Gibson, James L, Donnelly Jr, James H, Ivancevich, John M, Konopaske, Robert. (2012). *Organizationa Behavior, Structure, Processes, Fourteenth Edition* (International Edition). 1221 Avenue of The Americas, New York, NY 10020: McGraw-Hill.
- Gibson, James L, Donnelly Jr, James H, Ivancevich, John M, Konopaske, Robert. (2012). *Organizationa Behavior, Structure, Processes, Fourteenth Edition* (International Edition). 1221 Avenue of The Americas, New York, NY 10020: McGraw-Hill.
- Handoko Riwidikdo. (2010). Statistik Kesehatan, Penerbit Mitra Cendikia press: Yogyakarta.
- Hawari, D. (2011). Manajemen Stres cemas dan Depresi Edisi Kedua Cetakan ketiga. Jakarta: Balai Penerbit FKUI
- Heryana A, (2019), Buku Ajar Metodologi Penelitian pada Kesehatan Masyarakat. E-book. Jakarta
- Jaelani. (2017). Aromaterapi. Jakarta: Pustaka Populer Obor
- Jumanta 2019. Buku pintar Tumbuhan Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Kushariyadi & Setyoadi. (2016). Terapi Modalitas Keperawatan pada Klien Psikogeriatrik; Jakarta: Salemba Medika.
- Lamadah, S.M., Nomani, Ibtesam. (2016). The Effect of Aromatherapy Massage Using Lavender Oil on the Level of Pain and Anxiety During Labour Among Primigravida Women. *American Journal of Nursing Science* Volume 5 Nomor 2: Hal. 37-44
- Lestari, T. (2015) Kumpulan teori untuk kajian Pustaka Penelitian kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Mardjan. (2019). Pengaruh Kecemasan ibu hamil. Jakarta: ISBN
- Maryuninani, A (2014). Asuhan Keperawatan Perioperatif-Preoperasi: Menjelang Pembedahan. TIM.
- Masri Singarimbun. (2017). Metode Penelitian Survei. LP3ES. Jakarta
- McLain DE. (2016). Chronic Health Effects Assessment of Spike Lavender Oil. Walker Doney and Associates
- Mutmainnah. (2018). Asuhan persalinan Normal dan Bayi Baru Lahir, Penerbit: Wineke

Media.

- Ni Putu Widyantari. (2021). Pengaruh Tehnik Distraksi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pra Operasi Sectio Caesarea di Ruang Operasi RSUD X Nusa Dua Ejournal Kesehatan.
- Nursalam. (2013).Tingkat kecemasan dapat diukur dengan menggunakan *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)* yang sudah dikembangkan oleh kelompok Psikiatri Biologi Jakarta (KPBJ) dalam bentuk *Anxiety Analog Scale (AAS)*.
- Pailase, A., Cecconi, M., Moreale, R., & Skrap, M. (2012). Pre Operative stress, anxiety, depression and coping strategies adopted by patients experiencing their first or reccurent brain neoplasm: an explorative study. *Stress Heealth*. 28 (5), 25-416
- Potter & Perry. (2015) *Fundamental of Nursing : Fundamental Keperawatan (Buku 2 Edisi 7)*. Jakarta : EGC
- Prawirohardjo,Sarwono. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Edisi 4 Cetakan 5. Jakarta; PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Riyanto *et al.* (2020). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*, Nuha Medika, Yogyakarta
- Rohani dan Saswita. (2011). *Asuhan Kebidanan pada Masa Persalinan*,Penerbit: Salemba Medika: Jakarta. 2011.
- Sharma, S. (2017). *Aromaterapi*.Tangerang Karisma. Publicing group.
- Stuart. (2013). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Sulis Diana. (2019). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi baru Lahir*. WinekeMedia.
- HO.2k018-2020 *Maternal Mortality*.Diakses pada tanggal 5 Januari 2020 di <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs348/en/>.Diakses tanggal 1Januari2020.
- Wibowo. (2014). *Manajemen Kinerja*, Edisi Keempat, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta
- Widyawati., Hadisaputro., Anies. A., Soejoenoe. (2016) A. *Effect of Massage and Aromatherapy on Stress and Prolactin Level among Primiparous Puerperal Mothers In Semarang, Central Java, Indonesia*. *Belitung Nursing Journal*.2(4):48-57.
- Wijknosastro. (2013). *Asuhan Kebidanan pada Masa Persalinan*,Penerbit Salemba Medika: Jakarta. 2011. membagi jenis persalinan ULRICA NILSSON, RNA, PHD.2008 tentang "The Anxiety- and Pain ReducingEffects of Music Interventions:A Systematic Review.Diakese tanggal 1 Januari 2020.
- Yamada K, Mimaki Y, Sashida Y, (2015). Effect Inhaling of the Vapor of Lavandula burnatii super-Derrived Esensial Oil and Linalool on Plasma Adrenocorticotropin Hormone (ACTH), Catecholamine and Gonadotropin Level in Experimental Menopausal Female Rats. *Pharmaceutical Society of Japan*.Volume 28 Nomor 2. Hal. 1-18

