



EFEKTIFITAS KOMBINASI AROMATERAPI LAVENDER DAN TERAPI MUROTTAL TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN PRA OPERASI DI RUANG RAWAT INAP RSAL DR. MINTOHARDJO JAKARTA

Idzastavia Khismawati Ifzaakfifnie¹, Emi Yuliza², Nurul Ainul Shifa³
^{1,2,3}Universitas Indonesia Maju

Email Korespondensi: idezastavia@gmail.com

ABSTRAK

Perawatan pre operasi merupakan tahap pertama dari perawatan perioperatif yang dimulai sejak pasien diterima masuk di ruang terima pasien dan berakhir ketika pasien dipindahkan ke meja operasi untuk dilakukan tindakan pembedahan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Mengetahui efektivitas kombinasi aromaterapi lavender dan terapi murottal terhadap kecemasan pada pasien pre operasi di ruang rawat inap. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan dua skala yaitu skala *Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS)*. Dari data yang diperoleh didapatkan persentase usia terbesar yang akan melakukan operasi berada di range usia 17 – 25 tahun dengan total pasien sebanyak 7 pasien dengan persentase 35%. Sebelum dilakukan pretest pasien banyak mengalami kecemasan rendah dengan total subjek sebanyak 6, setelah dilakukan intervensi kecemasan pasien didominasi dengan kecemasan normal dengan total subjek sebanyak 7 pasien. Uji hipotesis menggunakan uji *paired t test* pengujian yang dilakukan dan kecemasan rendah sebanyak 10 pasien dengan menggunakan significant 0.05 ($\alpha=5\%$) antar variabel independen dengan variabel dependen. Hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara efektivitas kombinasi aromaterapi lavender dan terapi murottal terhadap kecemasan pada pasien pre operasi di ruang rawat inap.

Kata Kunci : Aroma terapi lavender, Terapi Murottal, Pre Operasi

ABSTRACT

Preoperative care is the first stage of perioperative care which begins when the patient is admitted to the patient reception room and ends when the patient is moved to the operating table for surgery. The aim of this research is to determine the effectiveness of the combination of lavender aromatherapy and murottal therapy on anxiety in preoperative patients. surgery in the inpatient room. This research uses quantitative methods. Sampling in this research used accidental sampling technique. The data collection method uses two scales, namely the Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS). From the data obtained, it was found that the largest age percentage who would undergo surgery was in the age range 17 – 25 years with a total of 7 patients with a percentage of 35%. Before the pretest was carried out, many patients experienced low anxiety with a total of 6 subjects. After the intervention, the patient's anxiety

was dominated by normal anxiety with a total of 7 patients. Hypothesis testing using the paired *t* test was carried out and low anxiety was carried out on 10 patients using a significant 0.05 ($\alpha=5\%$) between the independent variable and the dependent variable. The results showed that there was a significant positive relationship between the effectiveness of the combination of lavender aromatherapy and murottal therapy on anxiety in preoperative patients in the inpatient room.

Keywords: Lavender aroma therapy, Murottal Therapy, Pre-Operation

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO, 2022) telah melaporkan bahwa terdapat 75% pasien di dunia mengalami kecemasan, dimana 5% orang dewasa menderita gangguan kecemasan. Tingkat kecemasan pre operasi mencapai 534 juta jiwa memperkirakan pasien pre operasi dengan indikasi tingkat kecemasan akan meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data tabulasi Nasional Departemen Kesehatan Republik Indonesia, tercatat 559 kasus operasi pada tahun 2018, kemudian terdapat 613 kasus operasi pada tahun 2019 dan tercatat 361 kasus operasi pada tahun 2020, di tahun 2021 ada sebanyak 285 kasus operasi dan 305 kasus operasi di tahun 2022 menyatakan tingkat kecemasan pada pasien di ruang rawat inap RSAL Mintohardjo Jakarta.

Kecemasan atau merupakan perasaan yang tidak tenang dan sama – sama yang disebabkan oleh perasaan takut atau tidak nyaman disertai suatu respon, sumber dari perasaan tidak tenang tersebut tidak jelas atau tidak diketahui oleh individu. Pasien pre operasi yang mengalami kecemasan berlebihan akan menyebabkan pasien sulit memulai tidur dan meningkatkan tekanan darah, pada pasien wanita menstruasi bisa datang lebih awal dari biasanya. Indikasi tersebut berakibat pada penundaan proses pembedahan sehingga menghambat proses penyembuhan pasien. Tindakan keperawatan metode non farmakakologi untuk memulihkan stress dan kecemasan, salah satunya dengan menggunakan teknik relaksasi (Nikmatul, 2015).

Teknik relaksasi salah satu alternatif yang dapat diberikan untuk mengurangi respon kecemasan. Hal ini dapat membantu seseorang menjadi rileks dan dapat memperbaiki berbagai aspek kesehatan fisik serta dapat mengontrol diri sehingga mengambil respon yang tepat saat berada dalam situasi yang menegangkan (Nikmatul, 2015). Selain dengan metode relaksasi menggunakan aroma terapi lavender, kepercayaan spiritual pun memainkan peranan penting dalam menghadapi kecemasan. Beberapa penelitian telah menunjukkan penurunan kecemasan pada pasien yang menggunakan doa maupun praktik spritualitas lainnya (Rompas, 2013). Salah satu terapi yang menjadi bagian dari terapi musik dan terapi spiritualitas adalah terapi murottal Al- Qur'an.

Terapi murottal Al – Qur'an menjadi bagian dari terapi musik karena murottal Al – Qur'an dapat diartikan sebagai rekaman suara Al – Qur'an yang dilagukan seorang Qori' (pembaca Al – Qur'an). Murottal Al – Qur'an juga menjadi terapi spiritualitas karena membuat individu mengingat Allah SWT. Oleh karena itu terapi murottal Al – Qur'an menjadi perpaduan antara terapi musik dan terapi spiritualitas.

Murottal Al – Qur'an adalah salah satu musik dengan intensitas 50 desibel yang membawa pengaruh positif bagi pendengarnya (Handayani, 2014). Harmonisasi dalam musik yang indah akan masuk ke telinga dalam bentuk suara, menggetarkan gendang telinga, menggetarkan sel – sel rambut di dalam koklea untuk selanjutnya mekaku saraf koklearis menuju otak dan menciptakan imajinasi keindahan otak kanan dan otak kiri yang akan memberikan dampak berupa kenyamanan dan perubahan perasaan. Perubahan perasaan ini karena musik dapat menjangkau wilayah kiri konteks celebri.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini menggunakan *Quasu eksperimen one group pretest- posttest design*, pada desain ini kelompok eksperimen tidak dipilih secara random (Sugiyono, 2015). Peneliti melakukan penelitian pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *Total Sampling*. Total Sampling adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh pasien yang berada di RSAL Dr. Mintohardjo Jakarta. Tempat penelitian dilaksanakan di Ruang Rawat Inap RSAL Dr Mintohardjo Jakarta. Peneliti mengambil di RSAL Dr. Mintohardjo Jakarta. Peneliti mempunyai waktu dari 1 Desember 2023 – 30 Desember 2023 sehingga peneliti hanya mampu mengambil sampel minimal sesuai dengan perhitungan jumlah sampel sebanyak 20 pasien.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kategori Kecemasan Pasien sebelum diberikan Intervensi Aromaterapi Lavender dan Terapi Murottal

Dari hasil data yang ditelaah diterima oleh peneliti dan diolah dengan SPSS didapatkan bahwa jumlah kategori kecemasan pasien sebagai berikut :

Tabel 4. 1 Kecemasan Pasien sebelum diberikan Intervensi

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
20-44	Normal/tidak cemas	2	10,0
45-59	Cemas Rendah	6	30,0
60-74	Cemas Sedang	7	35,0
75-80	Cemas Tinggi	5	25,0
	Total	20	100%

Sumber : Hasil Olat Data SPSS tahun 2024

Dari data diatas didapatkan bahwa pasien yang mengalami kecemasan tinggi sebanyak 5 pasien dengan persentase 25% untuk pasien dengan kecemasan sedang yaitu 7 pasien dengan persentase 35% untuk kecemasan rendah yaitu terdapat 6 pasien dengan persentase 40 % sedangkan untuk pasien kecemasan normal/tidak cemas terdapat 2 pasien dengan persentase 10% dapat disimpulkan bahwa lebih banyak pasien mengalami kecemasan sedang dengan total pasien 7 pasien.

Kategori Kecemasan Pasien setelah diberikan Intervensi Aromaterapi Lavender dan Terapi Murottal

Dari hasil data yang ditelaah diterima oleh peneliti dan diolah dengan SPSS didapatkan bahwa jumlah kategori kecemasan pasien setelah diberikan intervensi yaitu sebagai berikut :

Tabel 4. 2 Kecemasan Pasien sesudah diberikan Intervensi

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
20-44	Normal/tidak cemas	7	35,0
45-59	Cemas Rendah	10	50,0
60-74	Cemas Sedang	3	15,0
75-80	Cemas Tinggi	0	0,0
	Total	20	100%

Sumber : Hasil Olat Data SPSS tahun 2024

Dari hasil penelitian didapatkan data pasien setelah diberikan intervensi kecemasan aromaterapi lavender yang dikombinasi dengan terapi murottal didapatkan perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan dengan adanya penurunan kecemasan pasien. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil skor yang didapatkan dengan hasil pasien normal/tidak cemas sebanyak 7 pasien dengan persentase 35%. Cemas rendah sebanyak 10 pasien dengan persentase 50% sedangkan cemas sedang sebanyak 3 pasien dengan persentase 15%.

Adapun hasil pengujian normalitas dengan melakukan uji *shapiro wilk* sebagai berikut :

Tabel 4. 3 Uji Shapiro Wilk
Test Of Normality

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Pre Test	0,920	20	0,098
Post Test	0,907	20	0,056

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan output pada tabel 4.9 diketahui nilai sig untuk *Pre Test* sebesar 0,098 dan nilai sig untuk *Post Test* sebesar 0,056. Karena nilai sig. untuk kedua kelompok tersebut $> 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data *pre test* dan *post test* adalah berdistribusi normal.

Paired sampel t-Test merupakan uji beda dua sampel berpasangan. Sampel berpasangan merupakan subjek yang sama, tapi mengalami perlakuan yang berbeda. Model uji beda ini digunakan untuk menganalisis model penelitian sebelum dan sesudah. Menurut Widiyanto (2013), paired sample t-test merupakan salah satu metode pengujian yang digunakan untuk mengkaji keefektifan perlakuan, ditandai adanya perbedaan rata-rata sebelum dan rata-rata sesudah diberikan perlakuan. Pengujian dilakukan dengan menggunakan *significant* 0.05 ($\alpha=5\%$) antar variabel independen dengan variabel dependen.

Tabel 4. 4 Uji Paired t-Test

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
				Pre Test – Post Test	18,750			

Hasil output tabel 4.10 diketahui nilai sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan adanya perbedaan yang nyata sebelum dan setelah diberikan kombinasi aromaterapi lavender dan terapi murottal terhadap kecemasan pada pasien pre operasi di ruang rawat inap RSAL Dr. Mintohardjo Jakarta. Sehingga terapi kombinasi aroma terapi lavender dengan terapi murottal dapat menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan usia responden yang mendominasi dalam penelitian ini masuk dalam kategori usia masa remaja akhir sebanyak 7 responden, jenis kelamin yang mendominasi saat penelitian ini sebanyak 11 responden yang berjenis kelamin laki – laki dan lama rawat inap yang tertinggi sebanyak 8 pasien lama dirawat inap 1 hari, sebelum dilakukan pre test didapatkan rata-rata pasien mengalami kecemasan sedang kecemasan rendah. a) Didapatkan data pasien setelah diberikan intervensi kecemasan aromaterapi lavender yang dikombinasi dengan terapi murottal didapatkan perbedaan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan dengan adanya penurunan kecemasan pasien, Dari kecemasan tinggi pada saat sebelum dilakukan intervensi didapatkan sebanyak 5 orang dan setelah diberikan intervensi tidak di dapat kecemasan tingkat tinggi yang di alami oleh pasien dan b) Terdapat efektifitas antara kombinasi aromaterapi lavender dan terapi murottal terhadap pasien kecemasan pasien pre operasi. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil uji *Paired t-Test* yang menunjukkan nilai sig <0,05 yang berarti terapi kombinasi lavender dan murottal memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan kecemasan.

Saran untuk pihak rumah sakit : a) Pihak rumah sakit dapat membuat SOP Kep. Kompetenter Aromaterapi lavender dan Terapi Murottal di ruang pre operasi, b) Pihak rumah sakit juga dapat memberikan aroma terapi pada ruangan-ruangan yang diisi oleh pasien pasca operasi agar bisa memberikan efek positif terhadap pasien.

Saran untuk peneliti selanjutnya : a) Peneliti hanya mengambil sampel hanya di RSAL sehingga homogen sample kurang generalisasi. Hasil penelitian tidak dapat digunakan/tidak dapat mewakili masyarakat DKI yang akan menjalani operasi. b) Peneliti selanjutnya juga dapat mencari variabel-variabel yang dapat menurunkan kecemasan kecuali terapi lavender dan murottal bisa seperti mengkonsumsi obat penurun kecemasan dan lain-lain, c) Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut pada rumah sakit – rumah sakit lain di Jakarta yang akan melaksanakan operasi, d) Pada peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang lebih besar baik dalam jumlah sample, jumlah rumah sakit di Jakarta dengan biaya dan tenaga yang memadai, dan e) Peneliti menyadari untuk populasi dalam penelitian ini tidak dapat mewakili seluruh pasien yang melakukan operasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Andria, K. . (2019). Hubungan antara Perilaku Olahraga, Stres dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukokilo Kota Surabaya. *Jurnal Promkes, Vol.1, No.2*.
- Atiqoh, R. . (2020). *Kupas Tuntas Hiperemesis Gravidarum (Mual Muntah Berlebihan Dalam Kehamilan)*. Jakarta: One Peach Media.
- Baradero, M., Dayrit, M. W., & Maratning, A. (2019). *Kesehatan Mental Psikiatri*. Jakarta: EGC.
- Eqlima Elfira, S. K. N. M. K., Ns. Wirda Faswita, S. K. M. K., Siregar, N. A., Harianja, V. L. N. B., Yuliani, N., Tanjung, P. G., Pasaribu, M., Sari, R. N., & Indonesia, M. S. (2020). Asuhan Keperawatan Medikal Bedah 1. *Media Sains Indonesia*.
- Fatmawati, Dian Prastika and , Arina Maliya, S.Kep., M.Si., M. (2016). Pengaruh Relaksasi Progresif Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dengan Spinal Anestesi. *Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Firotika, C. F., Shifa, N. A., & Gunardi, S. (2023). Efektivitas Relaksasi Meditasi Dan Dzikir Terhadap Kecemasan Sebelum Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Di MTS Tanwiriyah Cianjur Tahun 2022. *Diagnosa Jurnal Ilmu Kesehatan dan Keperawatan, 1(4)*, 235–247.

- Hasibuan, A. F., & Prihati, D. R. (2019). Penerapan Terapi Murottal Ayat Kursi Untuk Mengatasi Ketidakefektifan Koping Pada Pasien Ca Mammae. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 3(1), 8–15.
- Hawari, D. (2016). *Jurnal Kebidanan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Hidayat, A. A. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data (1 st)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Jumanta. (2019). *Buku Pintar: Tumbuhan*.
- Kozier, Erb, B. dan S. (2011). *Buku ajar fundamentak keperawatan : konsep, proses dan praktik* ((7 ed., Vol). Jakarta : EGC.
- Kusumawati F dan Hartono Y. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta : Salemba Medika.
- LeMone, Burke, & B. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- Maryunani, A. (2014). *Perawatan Luka Modern Praktis Pada Wanita Dengan Luka Diabetes* (T. Ismail (ed.)). Jakarta: TIM.
- Muttaqin, Arif., & Sari, K. (2011). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (P. P. Lestari (ed.); 4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, P. (2010). *Fundamental Of Nursing: Consep, Proses and Practice* (Edisi 7. V). Jakarta : EGC.
- Putra, F., Dewy, T. S., Junaidi, A., & Darul Ahzar, S. (2021). *Journal of Nursing Invention ABDURRAHMAN NOOR KABUPATEN TANAH BUMBU*.
- Rosdahl, C. B. & M. T. K. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Dasared* (Setiawan & Anastasia Onny (ed.); 10 vol. 5). Jakarta : EGC.
- Sagita, Y. D. & M. (2019). 'Pemberian Aroma Terapi untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. *Wellness and Healthy Magazine*, 1, no.
- Sjamsuhidajat R, & De Jong W. (2017). *Buku Ajar Ilmu Bedah Sjamsuhidajat-De Jong. Sistem Organ dan Tindak Bedahnya (1)* (D. J. W. E. Sjamsuhidajat R (ed.); 4th ed.). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Smeltzer, S. C. & B. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner& Suddarth* (Edisi 8). Jakarta : EGC.
- Solehati, T. dan C. E. K. (2015). *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Stuart, G. W. (2017). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Elsevier.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung : CV. Alfabeta.
- Susilarini, S.W., & I. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala 1 pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan*, 6 (12).
- Weni Wulandari, Yuliza, E., & Herlina, I. (2022). Health Literacy dengan Tingkat Kecemasan Pasien Covid-19. *Journal of Public Health Education*, 1(02), 48–56. <https://doi.org/10.53801/jphe.v1i02.32>