

ISSN 2597- 6052

DOI: <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i4.5105>

MPPKI

Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia
The Indonesian Journal of Health Promotion

Review Articles

Open Access

Efektifitas Aromaterapi Lavender dalam Menurunkan Tingkat Ansietas Pasien Pre Operasi: Literature Review*Effectiveness of Lavender Aromatherapy in Reducing Anxiety Levels in Preoperative Patients: Literature Review*Ahmad Hidayat Taramun^{1*}, Yakobus Siswadi²¹Program Pasca sarjana STIK Sint Carolus Jakarta ; Indonesia²Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan, Jakarta ; Indonesia*Korespondensi: taramun561@gmail.com**Abstrak****Latar belakang:** Kecemasan pada pasien pre operasi dapat memengaruhi fisik maupun psikis yang dapat menyebabkan tertundanya operasi. Salah satu terapi yang dapat digunakan dalam menangani kecemasan pre operasi adalah dengan pemberian aromaterapi lavender.**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menggali informasi terkait intervensi terapi komplementer yaitu aromaterapi lavender dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi.**Metode:** Metode penulisan Literatur review ini menggunakan metode pendekatan *narrative review*. Data yang digunakan merupakan data primer dari database *PubMed*, *Google Scholar*, *ProQuest* dan *Research Gate*. Kriteria inklusi yaitu original full text, terbit tahun 2018 hingga 2023, berbahasa indonesia dan inggris. Sedangkan kriteria ekslusinya yakni artikel review, survei serta laporan dan artikel yang tidak sesuai. Hasil pencarian didapatkan 13 artikel yang dianalisis dari 594 artikel yang disaring sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.**Hasil:** Pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi dengan dihirup terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi.**Kesimpulan:** Aroma terapi lavender berpengaruh positif dalam menurunkan tingkat kecemasan dan kestabilan hemodinamik pasien pre operasi.**Kata Kunci:** Pre Operasi; Ansietas; Kecemasan; Aromaterapi Lavender**Abstract****Background:** Anxiety in preoperative patients can affect them physically and psychologically which can cause delays in surgery. One therapy that can be used to treat preoperative anxiety is by administering lavender aromatherapy.**Objective:** This study aims to explore information regarding complementary therapy interventions, namely lavender aromatherapy, in reducing preoperative patient anxiety levels.**Method:** The writing method for this literature review uses a narrative review approach. The data used is primary data from the *PubMed*, *Google Scholar*, *ProQuest* and *Research Gate* databases. Inclusion criteria are original full text, published from 2018 to 2023, in Indonesian and English. Meanwhile, the exclusion criteria are review articles, surveys and reports and articles that are not appropriate. The search results obtained 13 articles analyzed from 594 articles that were filtered according to inclusion and exclusion criteria.**Results:** Giving lavender aromatherapy by inhalation was proven to reduce the patient's preoperative anxiety level.**Conclusion:** Lavender aroma therapy has a positive effect in reducing anxiety levels and hemodynamic stability in preoperative patients.**Keywords:** Preoperative; Anxiety; Lavender Aromatherapy

PENDAHULUAN

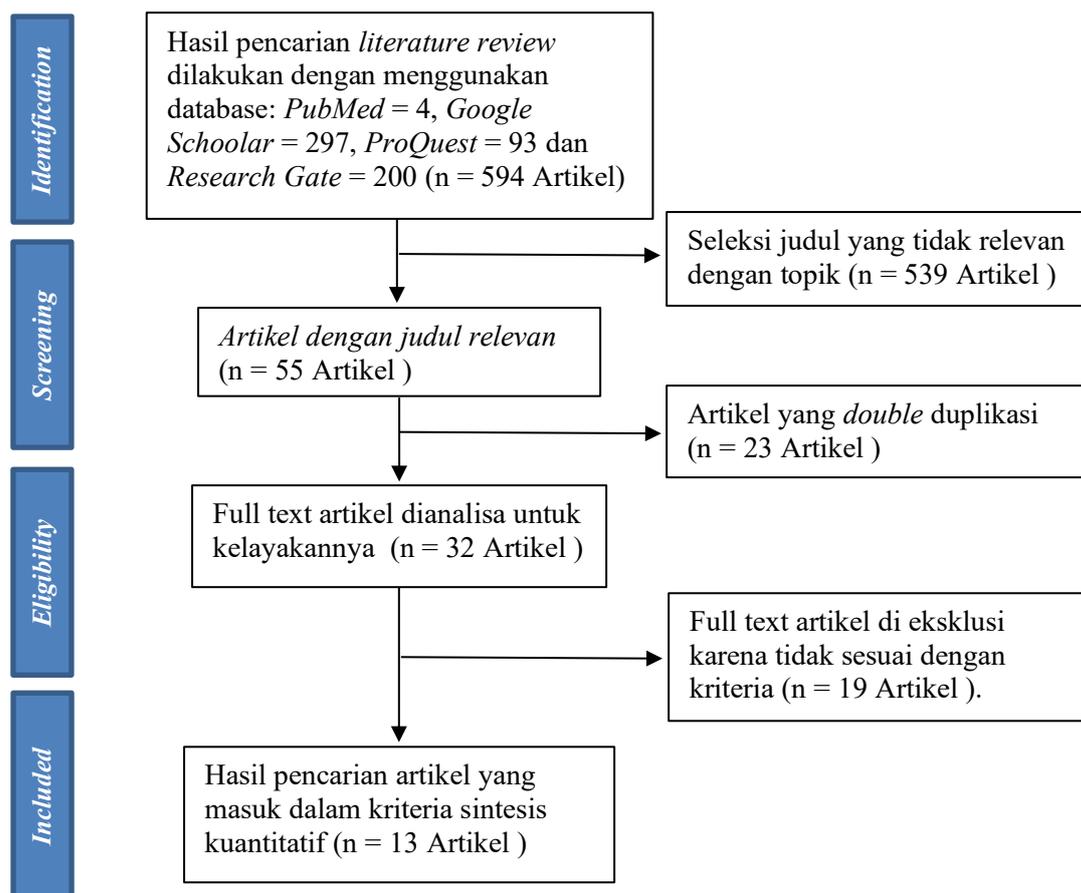
Pre operasi merupakan tahap awal dimulai saat pasien mengambil keputusan untuk dilakukan tindakan pembedahan dan diakhiri dengan pasien dikirim ke meja operasi. Tahapan awal dari pre operatif merupakan hal yang menjadi kesuksesan dari tahapan-tahapan berikutnya. Jika terjadi kesalahan pada tahap awal maka akan mempengaruhi pada tahap berikutnya yang berakibat fatal pada pasien (12). Prosedur operasi merupakan semua tindakan pengobatan yang menggunakan prosedur invasif, diawali dengan tahapan membuka dengan sayatan atau menampilkan bagian tubuh yang akan dilakukan perbaikan. Tindakan pembedahan pada umumnya dilakukan dengan membuat sayatan, setelah bagian yang akan ditangani tampak maka akan dilakukan perbaikan dengan penutupan dan penjahitan luka (26). Tindakan bedah atau operasi merupakan tindakan medis yang dapat menyebabkan ancaman potensial maupun aktual terhadap tubuh, integritas dan jiwa seseorang. Tindakan operasi dapat menyebabkan tingkat kecemasan yang berbeda-beda pada setiap orang, seperti operasi besar membuat pasien mengalami kecemasan hingga 20-50 % ditandai dengan kegelisahan, takut yang berlebih, dan gangguan tidur, sedangkan operasi kecil yang hanya membutuhkan anestesi lokal menyebabkan kecemasan hingga 10-30 % ditandai dengan merasa tegang, tidak tenang, dan khawatir (23).

Selama periode pre operasi, pasien memiliki ketakutan akan nyeri pasca operasi, hilangnya organ atau anggota gerak, prosedur pembiusan, kerentanan saat kondisi tidak sadar, kehilangan pekerjaan atau asuransi keuangan, kehilangan peran dalam keluarga dan masyarakat, perpisahan dengan orang terdekat, perubahan gaya hidup yang biasa dijalani dan kematian (5). Hasil penelitian Romiko didapatkan tingkat kecemasan pasien pre operasi tergolong cukup tinggi yaitu sebanyak 67,4% (20). Saat pasien pre operasi memiliki tingkat kecemasan yang cukup tinggi, ada kemungkinan untuk operasi dibatalkan karena terjadi peningkatan kadar kortisol dan adrenalin serum sebagai respons fisiologis tubuh terhadap stres. Komplikasi yang berhubungan dengan peningkatan kadar kortisol adalah gangguan fungsi kognitif, gangguan fungsi tiroid, ketidakseimbangan gula darah, peningkatan tekanan darah tinggi (hipertensi), penekanan sistem imun dan respon inflamasi dalam tubuh, terjadi penyembuhan luka yang berkepanjangan, dan penurunan massa otot (16).

Kesiapan pasien sangat penting untuk keberhasilan dari suatu prosedur operasi. Memastikan keselamatan dan mempersiapkan pasien untuk operasi merupakan fokus utama dalam keperawatan perioperatif, termasuk dalam menilai pengetahuan dan kebutuhan pendidikan pasien. Penting untuk menerapkan intervensi sebelum operasi dalam mengurangi kecemasan, komplikasi dan meningkatkan kepatuhan pasien post operasi (17). Terapi non farmakologi adalah salah satu strategi yang tujuannya untuk mengurangi tingkat ansietas dan dapat dilakukan oleh perawat sebagai salah satu tindakan mandiri yaitu adalah pemberian aromaterapi. Aromaterapi merupakan terapi komplementer yang berisiko rendah dengan menggunakan bahan dasar tumbuhan alami yaitu lavender, spearmint, peppermint, dan jeruk dengan tujuan terapeutik untuk mencegah atau mengobati penyakit (10). Berdasarkan uraian diatas, tujuan dilakukannya *literatur review* ini untuk melihat penerapan aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat ansietas pasien pre operasi.

METODE

Studi *literature review* ini menggunakan metode pendekatan narrative review. Data yang digunakan merupakan data primer yang didapatkan dari database: *PubMed*, *Google Scholar*, *ProQuest* dan *Research Gate*. Dalam pencarian kata kunci yang digunakan menggunakan dua bahasa, yang pertama bahasa indonesia dengan kata kunci, "aromaterapi lavender", "ansietas", "kecemasan", "pre operasi", dan bahasa Inggris "*lavender aromatherapy*", "*anxiety*" dan "*preoperative*". Artikel yang didapat dari berbagai database tersebut akan dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditentukan penulis. Kriteria inklusi: Artikel yang sesuai dengan kata kunci yang telah ditetapkan diatas, tahun publikasi dalam rentang tahun 2018 – 2023, original artikel, dan artikel penelitian dapat diakses penuh (*full text*) dalam Bahasa Indonesia dan Inggris. Kriteria eksklusi: Artikel dalam bentuk review, survei serta laporan dan artikel yang tidak sesuai. Setelah artikel yang didapat sudah sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, artikel-artikel tersebut akan dirangkum dalam bentuk tabel yang meliputi nama peneliti, tahun, judul penelitian, populasi, intervensi dan ringkasan hasil penelitian. Artikel yang didapat akan dibahas guna menarik kesimpulan dari keseluruhan artikel. Artikel dari 4 database sebanyak 594, judul tidak sesuai dengan topik sebanyak 539 artikel, yang memenuhi kriteria inklusi-eksklusi sebanyak 55 artikel, kemudian dilakukan screening terdapat *double* publikasi sebanyak 23 artikel, setelah dikritisi dengan metode CAPS sebanyak 19 artikel tidak sesuai. Skrening artikel mengikuti diagram PRISMA (bagan 1). Artikel yang sudah sesuai dengan kriteria dari penelitian sebanyak 13 artikel.



Bagan 1. Diagram PRISMA

HASIL

Tabel 1. Hasil Analisis Literatur

No	Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Populasi	Intervensi	Ringkasan Hasil Penelitian
1	Serdar Saritas, Funda Kavakb, & Birgül Savay, 2018 (21)	<i>The effect of lavender oil on anxiety levels of patients before laparoscopic cholecystectomy</i>	Pasien pre operasi laparoscopy sebanyak 110 orang, (kelompok eksperimen: 55 pasien, kelompok kontrol: 55 pasien)	Kelompok eksperimen diberi 5 tetes minyak lavender pada spons steril 5x5 cm dihirup selama 20 menit sebanyak 1 kali, sedangkan kelompok kontrol diberikan prosedur klinis rutin.	Uji statistik menunjukkan peningkatan kecemasan pada kelompok kontrol yaitu ($p < 0,05$), dengan skor rata-rata pre-test $55,20 \pm 8,49$ dan post-test $58,34 \pm 8,34$. Sedangkan pada kelompok eksperimen terjadi penurunan kecemasan yaitu ($p < 0,05$), dengan skor rata-rata pre-test $56,10 \pm 8,61$ dan post-test $52,50 \pm 8,26$. Ada perbedaan yang signifikan secara statistik saat dibandingkan skor kecemasan antara kedua kelompok ($p < 0,05$) artinya minyak lavender menurunkan tingkat kecemasan pasien dibanding kelompok kontrol.
2	Nazife Begüm Karan, 2019 (15)	<i>Influence of lavender oil inhalation on vital signs and anxiety: A randomized clinical trial</i>	Pasien pre operasi bedah mulut sebanyak 126 orang, (kelompok eksperimen: 63 pasien, kelompok kontrol)	Kelompok eksperimen menghirup lavender 100% selama 3 menit sebanyak 1 kali menggunakan Medical Patch	Ditemukan kesamaan tingkat kecemasan preoperasi pada kedua kelompok. Hasil perbandingan uji berpasangan dari ke 2 kelompok didapatkan tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik antara kelompok dalam hal tingkat kecemasan awal dan akhir. Namun,

			kontrol: 63 pasien)	63	sebagai protokol inhalasi (kontak dengan kulit dihindari), sedangkan kelompok kontrol tidak mendapatkan intervensi.	hasil pasca operasi menunjukkan penurunan yang signifikan dibandingkan dengan hasil preoperasi ($p < 0,05$). Terdapat perubahan tekanan darah yang signifikan pada kelompok lavender pasca operasi ($p < 0,05$). Sebanyak 79,4% pasien dalam kelompok lavender menikmati aromanya, 89,68% puas dengan pengalaman mereka, dan 97,62% pasien menyatakan bahwa mereka lebih memilih protokol yang sama bila diperlukan.
3	Philip Francis Stanley, Lai Foon Wan, & Rostihar Abdul Karim, 2020 (27)	<i>A Randomized Prospective Placebo-Controlled Study of the Effects of Lavender Aromatherapy on Preoperative Anxiety in Cataract Surgery Patients</i>	Pasien pre operasi sebanyak 75 orang, (kelompok eksperimen: 39 pasien, kelompok kontrol: 36 pasien)	75	Kelompok eksperimen diberikan aromaterapi lavender sebanyak 20 tetes menggunakan mesin uap listrik, sedangkan kelompok kontrol mendapatkan 20 tetes minyak biji anggur dengan menggunakan jenis mesin yang sama. Kemudian ke 2 kelompok ditempatkan pada ruang berbeda dan diminta bernafas normal selama 20 menit.	Perubahan rata-rata skor kecemasan adalah 4,5 pada kelompok eksperimen dan 0,8 pada kelompok kontrol, yang secara statistik signifikan ($P = 0,023$, uji t dua sampel). Dibandingkan dengan kelompok kontrol, efek lavender terhadap pengurangan kecemasan secara statistik signifikan ketika disesuaikan dengan usia, jenis kelamin, dan skor awal ($P=0,012$, analisis kovarians). Penelitian menunjukkan hasil perubahan pada tanda vital yang membaik kecuali tekanan darah diastolik. Perubahan SBP rata-rata adalah 6,9 mmHg pada kelompok lavender dan 4,1 mm Hg pada kelompok kontrol. Perubahan DBP rata-rata adalah 2,3 mmHg pada kelompok lavender dan 2,7 mm Hg pada kelompok kontrol. Rata-rata perubahan denyut nadi adalah 7,1 x/mnt pada kelompok lavender dan 5,1 x/mnt pada kelompok kontrol. Perubahan rata-rata respirasi adalah 1,3 x/mnt pada kelompok lavender dan 0,4 x/mnt pada kelompok kontrol.
4	Maliheh Shirzad, Ebrahim Nasiri, Mohammadhossein Hesamirostami, & Hooshang Akbari, 2023 (25)	<i>The Effect of Lavender on Anxiety and Hemodynamic Status Before Septorhinoplasty and Rhinoplasty</i>	Pasien pre operasi Septorhinoplasty dan Rhinoplasty sebanyak 68 orang, (kelompok eksperimen: 34 pasien, kelompok kontrol: 34 pasien)	68	Kelompok eksperimen diberi 3 tetes minyak lavender konsentrasi 40% pada kapas dihirup selama 20 menit sebanyak 1 kali, sedangkan kelompok kontrol diberikan kapas tanpa pewangi dengan metode yang sama.	Skor rata-rata kecemasan terbuka pada tahap sebelumnya menurun sebesar 12 poin setelah intervensi dan kecemasan laten menurun sebesar 10,9 poin pada kelompok eksperimen, yang secara statistik signifikan ($p < 0,001$). Skor rata-rata kecemasan terbuka pada tahap sebelumnya meningkat sebesar 3,2 poin setelah intervensi pada kelompok kontrol dan kecemasan laten menurun sebesar 1,8 poin, tetapi perubahan kecemasan ini tidak signifikan secara statistik ($p < 0,001$). Tekanan darah sistolik dan diastolik berbeda setelah dilakukan tes. Sistolik, diastolik, dan detak jantung setelah intervensi lebih membaik pada kelompok lavender ($P < 0,0001$).
5	Beyliklioğlu & Arslan, 2019 (4)	<i>Effect of Lavender Oil on</i>	Pasien pre operasi payudara		Kelompok eksperimen	Rata-rata skor pre-test dan post-test <i>State Anxiety Inventory</i> masing-

		<i>the Anxiety of Patients Before Breast Surgery</i>	sebanyak 80 orang, (kelompok eksperimen: 40 pasien, kelompok kontrol: 40 pasien)	80	diberikan 3-4 tetes minyak lavender konsentrasi 100% pada kassa kemudian dihirup selama 20 menit sebanyak 1x, sedangkan kelompok kontrol hanya mendapatkan perawatan rutin rumah sakit.	masing pada kelompok intervensi adalah 43.00 ± 11.48 dan $37,28 \pm 9,93$, yang menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik ($P < 0,05$). Sedangkan Rata-rata skor <i>State Anxiety Inventory</i> pre-test dan post-test pada kelompok kontrol masing-masing adalah $44,6 \pm 11,45$ dan $42,43 \pm 11,48$, namun perbedaannya tidak signifikan secara statistik ($P > 0,05$). Tingkat kecemasan pasien dalam kelompok eksperimen menurun secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu ($P < 0,05$).
6	Anderson & Taareluan, 2019 (2)	Aroma Terapi Lavender Terhadap Kecemasan Pasien Pra Operasi Katarak	Pasien pre operasi katarak sebanyak 30 orang, (kelompok eksperimen: 15 pasien, kelompok kontrol: 15 pasien)	30	Prosedur intervensi pada kelompok eksperimen yaitu diberikan 3 tetes minyak lavender kedalam masker kemudian responden diminta menghirupnya selama 15 menit, sedangkan pada kelompok kontrol hanya mendapatkan perawatan rutin rumah sakit.	Hasil uji statistik <i>Wilcoxon test</i> dan <i>Mann Whitney test</i> yaitu terdapat pengaruh yang bermakna aromaterapi lavender terhadap kecemasan pasien preoperasi katarak dengan nilai $p=0,008$. Terdapat perbedaan yang bermakna aromaterapi lavender terhadap kecemasan pasien preoperasi katarak pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0,006$.
7	Eka Ristin Tarigan, Rostime Hermayerni Simanullang, Afnijar Wahyu, Laurena Ginting, & Masta Melati Hutahaean, 2022 (28)	Pemberian Aroma Terapi Bunga Lavender Terhadap Skala Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Mastektomi	Pasien pre operasi <i>mastectomy</i> sebanyak 15 pasien dalam 1 kelompok eksperimen tanpa adanya kelompok kontrol	15	Prosedur intervensi diberikan aromaterapi bunga lavender sebanyak 5 kali olesan diatas pergelangan tangan kiri pasien, kemudian pasien diberi waktu selama 10 menit untuk menghirup sambil melakukan relaksasi nafas dalam.	Mayoritas responden yaitu 73.33% mengalami kecemasan sedang sebelum dilakukan intervensi. Setelah dilakukan intervensi aromaterapi lavender terjadi penurunan ketingkat cemas ringan yaitu sebanyak 86,7%. Hasil perhitungan dengan menggunakan uji <i>Wilcoxon</i> setelah diberikan aroma terapi lavender diperoleh nilai $p=0,001$ yang lebih kecil dari $\alpha=0,05$ dengan demikian aroma terapi lavender efektif menurunkan skala cemas yang dialami oleh pasien preoperasi <i>mastectomy</i> .
8	Erni Tri Indarti, 2023 (13)	<i>The Effect of Lavender Aromatherapy to Anxiety Levels Patient Preoperative Orif Antebrachii Fracture</i>	Pasien pre operasi <i>Fraktur ORIF Antebrachii</i> sebanyak 14 pasien dalam 1 kelompok eksperimen tanpa adanya	14	Prosedur intervensi diberikan aromaterapi bunga lavender sebanyak 5 tetes dengan menggunakan masker kemudian	Sebanyak 50% pasien preoperasi sebelum dilakukan intervensi mengalami kecemasan ringan dan 50% mengalami kecemasan sedang, kemudian setelah dilakukan intervensi didapatkan ada penurunan tingkat kecemasan menjadi tidak cemas sebanyak 57,1% dan 42,9% menjadi kecemasan ringan. Uji statistik <i>Wilcoxon sign rank</i>

			kelompok kontrol		dihirup selama 15 menit, pemantauan dilakukan setiap 5 menit dalam ruang perawatan.	menunjukkan P value = $0,001 < \bar{y} = 0,05$ sehingga terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi <i>Fraktur ORIF Antebrachii</i> .
9	Oguz Kadir Egilmez, Mehmet Guven, Ayten Yilmaz, Ebru Mihriban Guven, & Mahmut Emre Gundogan, 2021 (7)	<i>Investigation of the Effects of Lavender Oil Aromatherapy to Prevent Preoperative Anxiety in Patients Scheduled for Tympanoplasty</i>	Pasien pre operasi timpanoplasty sebanyak 68 orang, (kelompok eksperimen: 34 pasien, kelompok kontrol: 34 pasien)		Kelompok eksperimen diberikan 5 tetes minyak lavender, sedangkan kelompok kontrol diberikan cairan placebo yang diteteskan ke kasa steril berukuran 5x5 cm kemudian peserta diminta untuk menciumnya selama 5 menit dari jarak 8-10 cm.	Rata-rata skor STAI pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen masing-masing adalah $44,50 \pm 12,38$ dan $36,48 \pm 10,73$, dan terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik ($p < 0,05$). Sedangkan pada kelompok kontrol adalah $45,60 \pm 12,35$ dan $41,83 \pm 10,78$, dan perbedaannya tidak signifikan secara statistik yaitu ($p > 0,05$). Kemudian skor rata-rata STAI post-test dievaluasi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, ditemukan perbedaan yang signifikan secara statistik yaitu ($p < 0,05$) sehingga disimpulkan bahwa aromaterapi minyak lavender mempunyai efektivitas positif terhadap pengendalian kecemasan pasien preoperasi.
10	Eslami J, Ebrahimi A, Hosseinkhani A, Khazaei Z, & Darvishi, 2018 (8)	<i>The effect of aromatherapy using Lavender (Lavandula angustifolia Miller) and Citrus aurantium L. extracts to treat anxiety of patients undergoing laparoscopic cholecystectomy: A randomized clinical trial in Iran</i>	Pasien preoperasi laparoskopi kolesistektomi sebanyak 90 pasien dibagi dalam 3 kelompok yang sama (yaitu kontrol 30 pasien, kelompok aromaterapi dengan esensi <i>Lavandula angustifolia Miller</i> 30 pasien dan kelompok esensi <i>Citrus aurantium L.</i> 30 pasien).		kelompok eksperimen masing-masing diberikan 2 tetes <i>Lavandula angustifolia Miller</i> dan 2 tetes <i>Citrus aurantium L.</i> (pada konsentrasi 100% untuk keduanya), sedangkan kelompok kontrol diberi 2 tetes plasebo (minyak tidak berbau), semuanya diaplikasikan pada tisu dan responden diminta menghirup selama 20 menit dari jarak 20 cm.	Efek aromaterapi dengan kedua ekstrak (<i>Lavandula angustifolia Miller</i> dan <i>Citrus aurantium L.</i>) secara signifikan menurunkan tingkat keparahan kecemasan pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu $P < 0,001$ dan efek aromaterapi dengan kedua ekstrak tersebut mirip satu sama lain. Selain itu ada peningkatan keparahan kecemasan pada kelompok kontrol dengan nilai $P < 0,05$. Sehingga disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara ekstrak lavender dan <i>Citrus aurantium L.</i> pada aromaterapi, oleh karena itu salah satu ekstrak dapat diterapkan dan bermanfaat untuk mengurangi kecemasan pasien pre operasi.
11	Candace B. Jaruzel, Mathew Gregoski, Martina Mueller, Amanda Amanda Faircloth, & Teresa Kelechi, 2019 (14)	<i>Aromatherapy for Preoperative Anxiety: A Pilot Study</i>	Pasien pre operasi payudara sebanyak 30 orang dalam kelompok eksperimen tanpa adanya		Prosedur intervensi yaitu diberikan tempelan patch aromaterapi lavender sebelum operasi	Ada penurunan yang signifikan secara statistik ($P=0,03$) pada pengukuran skala analog visual kecemasan dari skor awal hingga skor akhir. Terdapat penurunan yang signifikan secara statistik dalam pengukuran kecemasan VAS dari

			kelompok kontrol	di area tulang dada tengah untuk dihirup. selama proses intervensi monitor di observasi secara rutin untuk penilaian tanda-tanda vital. Rata-rata lama penggunaan patch yaitu 58.1 ± 31.4 menit.	skor dasar hingga skor akhir (mean = 5.7 cm, SD = 2.6 cm; mean = 4.2 cm, SD = 3.3 cm, <i>respectively</i> , P = 0.03).
12	Hasan Genca & Serdar Saritas, 2020 (21)	<i>The Effects of Lavender Oil on the Anxiety and Vital Signs of Benign Prostatic Hyperplasia Patients in Preoperative Period</i>	Pasien pre operasi <i>benign prostatic hyperplasia</i> sebanyak 110 orang, (kelompok eksperimen: 55 pasien, kelompok kontrol: 55 pasien)	kelompok eksperimen ditempatkan pada posisi semi fowler agar dapat bernapas lebih mudah, kemudian 5 tetes minyak lavender pada kain kasa steril atau bola kapas, pasien diminta untuk memegangnya di telapak tangan dan menarik napas selama 5 menit dengan jarak tangan 7-10 cm dari hidung. Sedangkan kelompok kontrol hanya mendapatkan asuhan keperawatan standar di rumah sakit.	Ketika kedua kelompok dinilai secara terpisah, ditemukan skor kecemasan pre-test kelompok eksperimen menurun dari 65,07 ± 6,24 menjadi 26,60 ± 7,47 selisih nilai pre-test dan post-test adalah signifikan secara statistik (p<0,001). Sedangkan mean pre-test kecemasan skor dalam kelompok kontrol adalah 66,29 ± 4,20, dan rata-rata skor kecemasan post-test adalah 63,50 ± 2,94 yaitu (p<0,001). Dalam perbandingan post-test kelompok eksperimen dan kontrol ada perbedaan signifikan secara statistik (p <0,001) yang artinya minyak lavender menurunkan tingkat kecemasan dan berdampak pada tanda-tanda vital pasien BPH pada periode preoperasi.
13	Abed Ebrahimi, Jamshid Eslami, Isan Darvishi, Khadijeh Momeni and Marzieh Akbarzadeh, 2021 (6)	<i>An overview of the comparison of inhalation aromatherapy on emotional distress of female and male patients in preoperative period</i>	Pasien preoperasi bedah umum sebanyak 90 pasien dibagi dalam 3 kelompok yang sama (yaitu kontrol 30 pasien, kelompok aromaterapi dengan esensial lavender 30 pasien dan kelompok esensial <i>citrus aurantium</i> 30 pasien).	Kelompok eksperimen diberikan 2 tetes minyak esensial <i>citrus aurantium</i> dan lavender dengan kemurnian 100% yang diaplikasikan ke serbet kemudian pasien di setiap kelompok menghirupnya selama 20 menit pada jarak 20 cm. Prosedur yang sama diulangi pada	Sebelum intervensi diberikan pada kelompok lavender 33,3 % pasien memiliki kecemasan yang relatif parah, dan pada kelompok C. <i>aurantium</i> 20% pasien memiliki keadaan kecemasan yang relatif parah dan pada kelompok kontrol 16,7% memiliki kecemasan yang relatif parah. Setelah intervensi tidak ditemukan kecemasan parah pada kelompok lavender, kelompok C. <i>aurantium</i> turun menjadi 3,3%, dan pada kelompok kontrol tetap di 16,7%. Ditemukan peningkatan keparahan tingkat kecemasan pada wanita dalam kelompok kontrol setelah intervensi plasebo (p<0,05), dari tingkat

kelompok kecemasan ringan menjadi kontrol tetapi kecemasan sedang. menggunakan air sulingan sebagai pengganti aromaterapi.

PEMBAHASAN

Kecemasan Pre Operasi

Penelitian yang dilakukan Tarigan, 2022 didapatkan bahwa pasien pre operasi mengalami kecemasan yaitu 73.33% dengan tingkat kecemasan sedang (28). Hal ini sejalan dengan penelitian Indarti, 2023 didapatkan bahwa pasien pre operasi mengalami tingkat kecemasan sedang yaitu 50% dan tingkat kecemasan ringan 50% (13). Kecemasan adalah salah satu distres psikologis. Kecemasan dapat terjadi ketika seseorang menghadapi suatu stressor dan hal itu merupakan respon umum atau universal yang dapat dialami oleh seseorang (30). Kecemasan terjadi akibat dari pengalaman sehari-hari yang dihadapi oleh seseorang dan menjadi suatu masalah apabila orang tersebut menjadi tidak mampu mengendalikannya kemudian berakibat pada penurunan produktifitas secara ekonomi dan sosial. Cemas merupakan suatu perasaan khawatir, was-was dan tidak nyaman akan sesuatu ancaman yang dirasakannya. Pada saat seseorang mengalami cemas maka akan menggunakan berbagai mekanisme koping dan penyelesaian masalah. Apabila kecemasan ini tidak dapat diatasi secara sehat maka akan menyebabkan suatu perilaku yang maladaptif sehingga orang tersebut mengalami koping yang tidak efektif (22).

Prosedur tindakan operasi dapat menyebabkan reaksi stress fisiologis ataupun psikologis dan merupakan suatu ancaman potensial maupun aktual terhadap integritas seseorang yang akan menjalaninya. Berikut beberapa penyebab yang dapat menyebabkan kecemasan pasien dalam menghadapi tindakan operasi yaitu, takut akan nyeri pasca pembedahan, takut terjadi perubahan yang buat fisik menjadi buruk rupa dan tidak berfungsi, takut apabila diagnosa yang ditegakkan belum pasti dan mengarah kekejaman, takut akan mengalami kondisi yang sama dengan orang lain yang memiliki penyakit serupa, takut menghadapi ruang operasi, peralatan bedah dan petugasnya, takut akan mati saat dilakukan pembiusan dan tidak sadar lagi, dan takut akan tindakan operasi yang dilakukan mengalami kegagalan (12). Setiap orang memiliki rasa cemas terhadap pembedahan. Kecemasan tersebut ditentukan oleh beberapa faktor yaitu tingkat dari kesulitan operasi, kemampuan pasien dalam menghadapi masalah, ekspektasi kultural dan pengalaman operasi sebelumnya (5).

Aromaterapi Lavender

Keseluruhan artikel yang dianalisis membahas tentang penanganan dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien pre operasi yaitu dengan aromaterapi lavender. Aromaterapi lavender adalah minyak esensial dari bunga lavender. Minyak esensial lavender memiliki komponen utama yaitu *linalool* dan *linalyl asetat* yang dapat memberikan efek relaksasi dan tidak memiliki kontraindikasi dan efek samping dalam penggunaannya (3). Aromaterapi lavender mempunyai berbagai sifat terapeutik dan kuratif, mulai dari mengurangi stress dan cemas. Aromaterapi lavender dikenal sebagai salah satu terapi yang memiliki efek sedative, hypnotic, dan anti-neurodepressive pada manusia. *Linalool asetat* adalah kandungan utama dalam minyak lavender yang mampu merelaksasi dan melemaskan sistem kerja syaraf dan otot-otot yang tegang. Efek dari aromaterapi lavender dapat memberikan rasa tenang, sehingga dapat digunakan sebagai penanganan kecemasan dan stress (1). Aromaterapi lavender (*Lavandula angustifolia*) memiliki kandungan linalool berfungsi sebagai efek sedatif yang dapat menstimulasi reseptor silia saraf olfaktorius kemudian diteruskan ke sistem limbik melalui bulbus olfaktorius. Sistem limbik menerima informasi dari berbagai sistem yaitu pendengaran, penglihatan dan penciuman. Bagian dari sistem limbik yang berhubungan dengan aroma adalah amygdala dan hippocampus, amygdala merupakan pusat emosi sedangkan hippocampus berhubungan dengan memori. Kemudian melalui hipotalamus sebagai pengatur maka aroma lavender ini akan diteruskan ke neklaus raphe (bagian dalam otak kecil), efek dari terstimulusnya neklaus raphe adalah pelepasan serotonin yang merupakan neurotransmitter yang mengatur permulaan untuk tidur. Salah satu cara penggunaan aromaterapi lavender yaitu melalui inhalasi, dengan cara ini akan memberikan efek atau manfaat langsung bagi tubuh (19). Penelitian yang dilakukan oleh Nurani, 2022 didapatkan hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pasien pre operasi yaitu dengan nilai $p= 0.00$ (18). Penelitian Shirzad, 2023 didapatkan hasil bahwa pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan kecemasan sebanyak 24,3% pada kelompok lavender sedangkan kecemasan meningkat 8% pada kelompok kontrol (25).

Metode inhalasi

Hasil review artikel menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender lebih efektif melalui inhalasi, metode inhalasi diduga lebih mudah karena tidak membutuhkan keahlian khusus dalam penerapannya. Terdapat berbagai cara metode inhalasi yang digunakan, dari keseluruhan artikel yang di analisis 10 penelitian menggunakan esensial oil lavender dengan kadar kemurnian 40-100% yang diaplikasikan pada kassa steril, spon, tisu dan masker dengan takaran 2-5 tetes, 2 penelitian menggunakan medical patch dengan aroma lavender dengan cara dihirup, dan 1 penelitian menggunakan alat diffuser untuk menyebarkan aromaterapi lavender dan dihirup oleh pasien. Indra penciuman merangsang daya memori yang bersifat emosional dan menimbulkan reaksi fisik berupa tingkah laku. Cara efektif dalam pengobatan emosional berupa stres atau kecemasan, nyeri kepala ataupun depresi adalah melalui akses jalur nasal (hidung). Hal ini karena hidung memiliki hubungan langsung ke otak yang dapat membuat munculnya efek dari minyak esensial pada saat dihirup. Dilihat dari fungsinya hidung dapat merubah suhu dan kelembaban udara yang dihirup dan juga mampu menyaring benda asing yang masuk bersama udara melalui bulu-bulu hidung (3). Minyak esensial memiliki bau yang menyenangkan, dapat mendisinfeksi pernafasan dan bermanfaat untuk psikologis. Menghirup minyak esensial dapat merangsang sistem penciuman yaitu hidung dan bagian otak yang terhubung ke bau. Molekul dari minyak esensial masuk ke paru-paru melalui hidung dan mulut dan kemudian menyebar ke bagian tubuh yang lain. Ketika molekul sampai ke otak akan mempengaruhi sistem limbik yang berkaitan dengan emosi, *heart rate*, tensi, peredaran darah, pernafasan, ingatan (memori), tingkat stres dan keseimbangan hormon (11). Penggunaan aromaterapi secara inhalasi dengan dihirup memiliki efek lebih cepat dalam menghambat *monoamine oxidase*. Senyawa yang dapat menghambat *monoamine oxidase* adalah *eugenol*, *linalool*, dan *benzyl benzoate*. *Monoamine oxidase* berperan dalam pemulihan keseimbangan neurotransmitter yaitu *serotonin*, *norepinefrin*, dan *dopamine* yang dapat memperbaiki mood seseorang (24).

Hasil review dari 13 artikel yang ditelaah menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi dengan dihirup maupun menggunakan alat efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan dan menstabilkan status hemodinamik pasien pre operasi. Hasil penelitian yang dipublikasikan oleh *Journal of Alternative and Complementary Medicine* yaitu terkait manfaat aromaterapi. Dimana minyak esensial yang mengandung linalyl acetate atau linalool yang sering digunakan dalam aromaterapi terbukti mempunyai manfaat relaksasi. Zat yang terkandung dalam aromaterapi dapat merelaksasi otot polos, menurunkan laju detak jantung (*Heart rate*), dan rasa cemas. Selain itu aromaterapi dapat merangsang sistem saraf yang mengatur tekanan darah, respon terhadap stres, dan pernafasan. Manfaat aromaterapi bagi kesehatan yaitu dapat merelaksasikan tubuh, menyegarkan pikiran, memperbaiki mood dan sebagai placebo dalam menyembuhkan penyakit yang memberikan efek fisiologis. Dalam penelitian lain juga dijelaskan bahwa aromaterapi bermanfaat sebagai antioksidan dalam meredakan inflamasi, dan sebagai analgesic (29).

KESIMPULAN

Berdasarkan literatur yang ditelaah pada beberapa penelitian diatas menunjukkan bahwa pasien pre operasi cenderung mengalami kecemasan, jika kondisi ini tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan permasalahan pada fungsi fisiologis maupun psikologis pasien yang dapat berakibat tertundanya operasi atau dibatalkan. Pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi baik dihirup atau menggunakan alat diffuser terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi, selain itu juga aromaterapi lavender terbukti dapat menstabilkan status hemodinamik pasien pre operasi. Dalam beberapa jurnal yang telah dianalisis tidak ditemukan pelaporan efek negatif setelah diberikan aromaterapi lavender sehingga intervensi ini aman untuk digunakan dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi.

SARAN

Beberapa terapi komplementer terpilih seperti aromaterapi lavender dapat mengurangi gejala psikologis sebagai respon adanya kecemasan dan memiliki manfaat fisiologis lainnya terhadap pasien, sehingga disarankan bagi tenaga pemberi asuhan khususnya keperawatan untuk menggunakan terapi komplementer secara tepat dan bijaksana agar dapat memberikan manfaat pada pasien. Kajian literatur ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dalam penatalaksanaan pasien dengan kecemasan pre operasi baik segi manfaat dan metode pelaksanaannya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Andarwulan, S. (2021). *Terapi Komplementer Kebidanan*. GUEPEDIA. <https://books.google.co.id/books?id=L9pKEAAAQBAJ>
2. Anderson, E., & Taareluan, J. A. (2019). Aroma Terapi Lavender Terhadap Kecemasan Pasien Pra Operasi Katarak. *Nutrix Journal*, 3(1), 8. <https://doi.org/10.37771/nj.vol3.iss1.394>
3. Anggoro, S., Ta'adi, & Ramlan, D. (2023). *Aromaterapi dan Akupresur pada Sectio Caesarea*. Pustaka Rumah Cinta.

4. Beyliklioğlu, A., & Arslan, S. (2019). Effect of Lavender Oil on the Anxiety of Patients Before Breast Surgery. *Journal of Perianesthesia Nursing*, 34(3), 587–593. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2018.10.002>
5. Black, J. M., Hawks, J. H., Syarif, H., & Tutiany, T. (2022). *KMB: Dasar-Dasar Keperawatan Medikal Bedah*. Elsevier Health Sciences. <https://books.google.co.id/books?id=7UWeEAAAQBAJ>
6. Ebrahimi, A., Eslami, J., Darvishi, I., Momeni, K., & Akbarzadeh, M. (2021). An overview of the comparison of inhalation aromatherapy on emotional distress of female and male patients in preoperative period. *Journal of Complementary and Integrative Medicine*, 19(1), 111–119. <https://doi.org/10.1515/jcim-2020-0464>
7. EĞİLMEZ, O. K., GÜVEN, M., YILMAZ, A., GÜVEN, E. M., & GÜNDOĞAN, M. E. (2021). Investigation of the Effects of Lavender Oil Aromatherapy to Prevent Preoperative Anxiety in Patients Scheduled for Tympanoplasty. *International Journal of Traditional and Complementary Medicine Research*, 2(3), 126–131. <https://doi.org/10.53811/ijtcmr.988785>
8. Eslami, J., Ebrahimi, A., Hosseinkhani, A., Khazaei, Z., & Darvishi, I. (2018). The effect of aromatherapy using Lavender (*Lavandula angustifolia* Miller) and Citrus aurantium L. extracts to treat anxiety of patients undergoing laparoscopic cholecystectomy: A randomized clinical trial in Iran. *Biomedical Research and Therapy*, 5(3), 2096–2110. <https://doi.org/10.15419/bmrat.v5i3.423>
9. Genc, H., & Saritas, S. (2020). The effects of lavender oil on the anxiety and vital signs of benign prostatic hyperplasia patients in preoperative period. *Explore*, 16(2), 116–122. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2019.07.008>
10. Guo, P., Li, P., Zhang, X., Liu, N., Wang, J., Yang, S., Yu, L., & Zhang, W. (2020). The effectiveness of aromatherapy on preoperative anxiety in adults: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *International Journal of Nursing Studies*, 111, 103747. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103747>
11. Hidayat, A. A. (2019). *Khazanah Terapi Komplementer-Alternatif*. Penerbit Nuansa Cendekia.
12. HIPKABI. (2014). *Buku Keterampilan Dasar Bagi Perawat Kamar Bedah*. Hipkabi Press.
13. Indarti, E. T. (2023). the Effect of Lavender Aromatherapy To Anxiety Levels Patient Preoperative Orif Antebrachii Fracture. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (Ijnms)*, 7(2), 185–189. <https://doi.org/10.29082/ijnms/2023/vol7/iss2/471>
14. Jaruzel, C. B., Gregoski, M., Mueller, M., Faircloth, A., & Kelechi, T. (2019). Aromatherapy for Preoperative Anxiety: A Pilot Study. *Journal of Perianesthesia Nursing*, 34(2), 259–264. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2018.05.007>
15. Karan, N. B. (2019). Influence of lavender oil inhalation on vital signs and anxiety: A randomized clinical trial. *Physiology and Behavior*, 211(June). <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2019.112676>
16. Lindquist, R., Snyder, M., & Tracy, M. F. (2018). *Complementary and Alternative Therapies in Nursing*. Springer publishing company.
17. Manalu, N. V., Susanti, A. M. E., Lestari, Y. F. N. K. Y., Krowa, Y. R. R., Suantika, P. I. R., Badi'ah, M. A. A., Suryati, A. H. K. I., Juartika, M. A. W., Pramono, E. O. J. S., & Armyati, M. E. Y. (2022). *Keperawatan Perioperatif dan Medikal Bedah*. Media Sains Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=QIShEAAAQBAJ>
18. Nurani, I. A., Helen, M., & Komala, N. (2022). *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi di Rumah Sakit Adhyaksa Jakarta Timur*. 7823–7830.
19. Romadhon, W. A., & Rahmawaty, AP, R. R. (2022). *Kombinasi Pemberian Aromaterapi Lavender (Lavandula angustifolia) dan Terapi Musik Langgam Jawa sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas dan Kuantitas Tidur Lansia Insomnia Berbasis Roy's Adaptation Theory*. Penerbit NEM. <https://books.google.co.id/books?id=UaCSEAAAQBAJ>
20. Romiko. (2020). Analisis Kecemasan Pada Pasien Pre operasi Apendisitis di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Siti Aisyah Kota Lubuklinggau Tahun 2019. *Jurnal Masker Medika*, 8(1), 2654–8658.
21. Saritaş, S., Kavak, F., & Savaş, B. (2018). The effect of lavender oil on anxiety levels of patients before laparoscopic cholecystectomy. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 32(May), 51–54. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.05.003>
22. Saswati, N., Harkomah, I., & Nasution, R. A. (2021). *Asuhan Keperawatan Jiwa Komunitas*. CV Budi Utama.
23. Setyawan, A. (2017). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pasien Pre Operasi Di Ruang Angsoka Rumah Sakit Abdul Wahab Sjhranie Samarinda. *Jurnal Ilmiah Sehat Bebaya*, 1(2), 155–162.
24. Setyawan, A. (2022). *Perawatan Luka dan Terapi Komplementer*. CV. Media Sains Indonesia.
25. Shirzad, M., Nasiri, E., Hesamirostami, M., & Akbari, H. (2023). The Effect of Lavender on Anxiety and Hemodynamic Status Before Septorhinoplasmy and Rhinoplasty. *Journal of Perianesthesia Nursing*, 38(1), 45–50. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2022.05.067>
26. Sjamsuhidajat, & Jong, D. (2017). *Buku Ajar Ilmu Bedah : Sistem Organ Dan Tindak Bedahnya*. EGC.

27. Stanley, P. F., Wan, L. F., & Karim, R. A. (2020). A Randomized Prospective Placebo-Controlled Study of the Effects of Lavender Aromatherapy on Preoperative Anxiety in Cataract Surgery Patients. *Journal of Perianesthesia Nursing*, 35(4), 403–406. <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2019.12.004>
28. Tarigan, E. R., Simanullang, R. H., Wahyu, A., Ginting, L., & Hutahaeen, M. M. (2022). Pre-Post Pemberian Aromaterapi Bunga Lavender Terhadap Skala Ansietas Pada Pasien Pre-Mastektomi. *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.51544/keperawatan.v5i1.2509>
29. Widiyono, S. K. N. M. K., Atik Aryani, S. K. N. M. K., Indriyati, S. K. N. M. P., Sutrisno, S. K. N. M. K., Anik Suwarni, S. K. N. M. K., Fajar Alam Putra, S. K. N. M. K. M., & Vitri Dyah Herawati, S. K. N. M. K. (2022). *Buku Ajar Terapi Komplementer Keperawatan*. Lembaga Chakra Brahmana Lentera. <https://books.google.co.id/books?id=U6SnEAAAQBAJ>
30. Wuryaningsih, N. E. W. M. K. S. K. J., Dr. Heni Dwi Windarwati, M. K. N. S. K. J., Ns. Erti Ikhtiarini Dewi, M. K. S. K. J., Ns. Fitrio Deviantony, M. K., Ns. Enggal hadi, M. K., D, N. W., Fahriza, R., Rokhim, F., & Dr. M. Fathul Mubin, S. K. N. M. K. S. K. J. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa 1*. UPT Percetakan & Penerbitan, Universitas Jember. <https://books.google.co.id/books?id=PFnYDwAAQBAJ>