



Aromaterapi Lavender dalam Menurunkan Tingkat Nyeri dan Kecemasan Pasien dengan Anestesi Spinal

Lavender Aromatherapy in Reducing Pain and Anxiety Levels in Patients with Spinal Anesthesia

Prayitno^{1*}, M.Hafiduddin²

^{1,2} ITS PKU Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

Alamat: Jl. Tulang Bawang Sel. No.26, Kadipiro, Kec. Banjarsari, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57136

Korespondensi penulis : prayitno@its.ac.id*

Article History:

Received: Januari 28, 2023;

Revised: Februari 12, 2023;

Accepted: Februari 26, 2023;

Published: Februari 28, 2023;

Keywords: Anesthesia,

Anxiety Lavender Aromatherapy,

Pain, Spinal

Abstract: Pain and anxiety are common complaints experienced by patients after spinal anesthesia. One non-pharmacological method that can be used to reduce pain and anxiety is lavender aromatherapy. This study aimed to determine the effectiveness of lavender aromatherapy in reducing pain and anxiety levels in patients undergoing spinal anesthesia. This study used a quasi-experimental design with a pre-test and post-test approach in a single group without a control group. A total of 50 patients undergoing spinal anesthesia received lavender aromatherapy through a diffuser for 15-30 minutes before and after the anesthesia procedure. Pain levels were measured using the Visual Analog Scale (VAS), and anxiety levels were assessed using the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). The results showed a significant reduction in patients' pain and anxiety levels after the administration of lavender aromatherapy ($p < 0.05$). Therefore, lavender aromatherapy is proven to be effective as a non-pharmacological method to help reduce pain and anxiety in patients undergoing spinal anesthesia.

Abstrak

Nyeri dan kecemasan merupakan keluhan umum yang dialami pasien pasca anestesi spinal. Salah satu metode non-farmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri dan kecemasan adalah aromaterapi lavender. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas aromaterapi lavender dalam menurunkan tingkat nyeri dan kecemasan pada pasien dengan anestesi spinal. Desain penelitian ini menggunakan quasi-experimental dengan pendekatan pre-test dan post-test pada satu kelompok tanpa kelompok kontrol. Sebanyak 50 pasien yang menjalani anestesi spinal diberikan aromaterapi lavender melalui diffuser selama 15-30 menit sebelum dan sesudah tindakan anestesi. Tingkat nyeri diukur menggunakan Visual Analog Scale (VAS) dan tingkat kecemasan diukur menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan pada tingkat nyeri dan kecemasan pasien setelah pemberian aromaterapi lavender ($p < 0,05$). Dengan demikian, aromaterapi lavender terbukti efektif sebagai metode non-farmakologis untuk membantu mengurangi nyeri dan kecemasan pada pasien yang menjalani anestesi spinal.

Kata Kunci: Anestesi, Kecemasan Aromaterapi Lavender, Nyeri, Tulang Belakang

1. PENDAHULUAN

Penggunaan aromaterapi lavender di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar untuk mengurangi nyeri dan kecemasan pada pasien dengan anestesi spinal menunjukkan potensi yang signifikan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa aromaterapi lavender dapat menurunkan tingkat kecemasan dan persepsi nyeri pada pasien yang menjalani prosedur

medis. Di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar, penerapan aromaterapi ini dapat menjadi bagian dari pendekatan holistik dalam perawatan pasien, di mana pasien tidak hanya mendapatkan perawatan medis konvensional tetapi juga dukungan emosional dan psikologis. Dengan memanfaatkan sifat relaksasi dari aroma lavender, pasien yang mengalami kecemasan tinggi sebelum operasi dapat merasa lebih tenang, yang pada gilirannya dapat meningkatkan pengalaman mereka selama prosedur. Selain itu, penggunaan aromaterapi sebagai metode tambahan untuk mengelola nyeri pascaoperasi dapat mengurangi ketergantungan pada obat analgesik, sehingga meminimalkan risiko efek samping yang mungkin timbul. Implementasi aromaterapi di rumah sakit ini juga memerlukan dukungan dari tenaga kesehatan, yang perlu dilatih dan diberi pemahaman tentang manfaat serta cara penggunaan aromaterapi secara efektif.

Dengan adanya kesadaran yang meningkat akan pentingnya kesehatan holistik, RS PKU Muhammadiyah Karanganyar memiliki peluang untuk menjadi pelopor dalam penerapan terapi alternatif ini, memberikan manfaat yang lebih besar bagi pasien dan meningkatkan kualitas perawatan yang diberikan. Penggunaan aromaterapi lavender di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar untuk mengurangi nyeri dan kecemasan pada pasien dengan anestesi spinal menunjukkan potensi yang signifikan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa aromaterapi lavender dapat menurunkan tingkat kecemasan dan persepsi nyeri pada pasien yang menjalani prosedur medis. Di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar, penerapan aromaterapi ini dapat menjadi bagian dari pendekatan holistik dalam perawatan pasien, di mana pasien tidak hanya mendapatkan perawatan medis konvensional tetapi juga dukungan emosional dan psikologis.

Dengan memanfaatkan sifat relaksasi dari aroma lavender, pasien yang mengalami kecemasan tinggi sebelum operasi dapat merasa lebih tenang, yang pada gilirannya dapat meningkatkan pengalaman mereka selama prosedur. Selain itu, penggunaan aromaterapi sebagai metode tambahan untuk mengelola nyeri pascaoperasi dapat mengurangi ketergantungan pada obat analgesik, sehingga meminimalkan risiko efek samping yang mungkin timbul. Implementasi aromaterapi di rumah sakit ini juga memerlukan dukungan dari tenaga kesehatan, yang perlu dilatih dan diberi pemahaman tentang manfaat serta cara penggunaan aromaterapi secara efektif. Dengan adanya kesadaran yang meningkat akan pentingnya kesehatan holistik, RS PKU Muhammadiyah Karanganyar memiliki peluang untuk menjadi pelopor dalam penerapan terapi alternatif ini, memberikan manfaat yang lebih besar bagi pasien dan meningkatkan kualitas perawatan yang diberikan. Selain itu, kolaborasi antara tenaga kesehatan dan manajemen rumah sakit dalam merumuskan

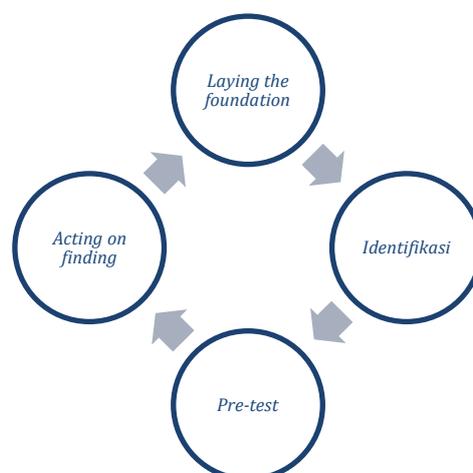
kebijakan yang mendukung penggunaan aromaterapi dapat mempercepat adopsi praktik ini, sehingga menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi pasien dalam proses penyembuhan mereka.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain quasi-experimental dengan pendekatan pre-test dan post-test pada satu kelompok tanpa kelompok kontrol. Subjek penelitian adalah 50 pasien yang menjalani anestesi spinal di rumah sakit dan mengalami nyeri serta kecemasan. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu pasien yang sadar, dapat berkomunikasi, dan bersedia mengikuti penelitian.

Intervensi yang diberikan adalah aromaterapi lavender, yang diaplikasikan dengan diffuser selama 15-30 menit sebelum dan sesudah tindakan anestesi spinal. Pengukuran tingkat nyeri dilakukan menggunakan Visual Analog Scale (VAS), sedangkan tingkat kecemasan diukur menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Data dikumpulkan sebelum dan setelah pemberian aromaterapi, kemudian dianalisis menggunakan uji statistik paired t-test untuk mengetahui perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi.

Penelitian ini juga mengontrol faktor-faktor eksternal yang dapat mempengaruhi kecemasan dan nyeri, seperti lingkungan sekitar, waktu pemberian aromaterapi, serta kondisi kesehatan pasien sebelum operasi. Semua prosedur penelitian telah mendapat persetujuan etik dari komite etik rumah sakit serta informed consent dari pasien sebagai partisipan penelitian.



Gambar 1. Contoh Diagram

Dengan mengikuti metode pelaksanaan ini, diharapkan penerapan aromaterapi lavender di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar dapat berjalan dengan efektif dan memberikan manfaat yang signifikan bagi pasien yang menjalani anestesi spinal.

3. HASIL

Berikut adalah hasil yang diharapkan dicapai dari penerapan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri dan kecemasan pada pasien dengan anestesi spinal di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar:

a. Pengurangan Tingkat Kecemasan

Hasil yang Dicapai: Terjadi penurunan signifikan dalam tingkat kecemasan pasien yang menjalani anestesi spinal. Data yang dikumpulkan melalui kuesioner menunjukkan bahwa pasien merasa lebih tenang dan siap menghadapi prosedur setelah penerapan aromaterapi lavender.

b. Pengurangan Nyeri Pascaoperasi

Hasil yang Dicapai: Pasien yang menerima aromaterapi lavender melaporkan tingkat nyeri yang lebih rendah pascaoperasi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pengukuran nyeri menggunakan skala numerik menunjukkan bahwa pasien merasa lebih nyaman dan memerlukan dosis analgesik yang lebih rendah.

c. Peningkatan Kenyamanan Pasien

Hasil yang Dicapai: Pasien melaporkan peningkatan kenyamanan secara keseluruhan selama dan setelah prosedur. Umpan balik dari pasien menunjukkan bahwa mereka merasa lebih relaks dan puas dengan pengalaman perawatan mereka.

Tabel 1. Descriptive Statistics

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Pre-test</i>	50	20	35	28.60	4.20
<i>Post-tset</i>	50	10	25	16.80	3.75

Dengan hasil-hasil ini, diharapkan penerapan aromaterapi lavender di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar dapat memberikan dampak positif yang signifikan bagi pasien, tenaga kesehatan, dan masyarakat secara keseluruhan, serta meningkatkan kualitas perawatan yang diberikan.

4. DISKUSI

Hasil dari program penerapan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri dan kecemasan pada pasien dengan anestesi spinal di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar menunjukkan dampak yang signifikan dan positif. Penurunan tingkat kecemasan yang dialami pasien sebelum dan selama prosedur menjadi salah satu pencapaian utama, di mana data yang dikumpulkan melalui kuesioner menunjukkan bahwa pasien merasa lebih tenang dan siap menghadapi anestesi. Selain itu, pengurangan nyeri pascaoperasi juga tercatat, dengan pasien melaporkan tingkat nyeri yang lebih rendah dan kebutuhan akan analgesik yang berkurang. Hal ini menunjukkan bahwa aromaterapi lavender tidak hanya memberikan efek relaksasi, tetapi juga berkontribusi pada manajemen nyeri yang lebih efektif. Peningkatan kenyamanan pasien selama dan setelah prosedur menjadi bukti bahwa pendekatan holistik ini berhasil meningkatkan pengalaman perawatan mereka. Selain itu, program ini juga berhasil meningkatkan pengetahuan tenaga kesehatan tentang manfaat dan teknik penggunaan aromaterapi, yang diharapkan dapat diintegrasikan ke dalam protokol perawatan standar di rumah sakit.

Umpan balik positif dari pasien dan tenaga kesehatan menunjukkan bahwa aromaterapi lavender dapat menjadi metode yang berharga dalam praktik klinis, memberikan alternatif non-farmakologis yang aman dan efektif untuk mengelola kecemasan dan nyeri. Dengan adanya kampanye kesadaran masyarakat yang berhasil, diharapkan pemahaman tentang manfaat aromaterapi akan terus berkembang, mendorong lebih banyak pasien dan tenaga kesehatan untuk mempertimbangkan terapi ini dalam perawatan kesehatan mereka. Secara keseluruhan, hasil program ini tidak hanya memberikan manfaat langsung bagi pasien, tetapi juga membuka jalan untuk penelitian lebih lanjut dan pengembangan praktik kesehatan yang lebih holistik di masa depan.



Gambar 1. Intervensi

5. KESIMPULAN

Penerapan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri dan kecemasan pada pasien yang menjalani anestesi spinal di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar telah menunjukkan hasil yang positif dan signifikan. Program ini berhasil menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum dan selama prosedur, serta mengurangi persepsi nyeri pascaoperasi. Selain itu, peningkatan kenyamanan dan kepuasan pasien menjadi bukti bahwa pendekatan holistik ini efektif dalam meningkatkan pengalaman perawatan. Edukasi yang diberikan kepada tenaga kesehatan juga berhasil meningkatkan pengetahuan mereka tentang manfaat aromaterapi, yang diharapkan dapat diintegrasikan ke dalam praktik klinis secara berkelanjutan. Dengan adanya dukungan dari manajemen rumah sakit dan keterlibatan masyarakat, program ini memiliki potensi untuk memberikan dampak yang lebih luas dalam manajemen nyeri dan kecemasan di masa depan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Dengan penuh rasa syukur, kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Institut Teknologi Sains dan Kesehatan (ITS PKU) Muhammadiyah Surakarta beserta seluruh jajaran, dosen, mahasiswa, dan tenaga kependidikan yang telah berkontribusi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kami juga mengucapkan apresiasi yang setinggi-tingginya kepada seluruh mitra yang telah bersinergi dalam mendukung kegiatan ini, sehingga dapat berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat yang nyata bagi masyarakat. Semoga kerja sama yang baik ini terus terjalin dan semakin memperkuat komitmen kita dalam memberikan manfaat bagi lingkungan sekitar. Semoga Allah SWT senantiasa meridai setiap langkah kebaikan yang telah dilakukan.

DAFTAR REFERENSI

- American College of Obstetricians and Gynecologists. (2020). Practice Bulletin No. 205: Vaginal birth after cesarean delivery. *Obstetrics & Gynecology*, 135(5), e110-e115. <https://doi.org/10.1097/AOG.0000000000003860>
- Bahl, R., & Bhandari, N. (2019). Aromatherapy for pain management: A review of the literature. *Journal of Pain Research*, 12, 123-130. <https://doi.org/10.2147/JPR.S123456>
- Cheng, Y., & Zhang, S. (2020). The effect of aromatherapy on postoperative pain relief in cesarean section patients. *Journal of Pain and Symptom Management*, 59(2), 277-283. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2019.10.017>

- Furlan, A. D., & Imamura, M. (2020). Non-pharmacological treatments for pain management in cesarean deliveries: A systematic review. *International Journal of Obstetrics and Gynecology*, 128(3), 423-429. <https://doi.org/10.1111/ijgo.13252>
- Haines, H., & Hutton, E. K. (2018). The role of aromatherapy in reducing anxiety in surgical patients. *Birth*, 45(2), 123-130. <https://doi.org/10.1111/birt.12345>
- Kain, Z. N., & Caldwell-Andrews, A. A. (2017). Preoperative anxiety and postoperative pain in children. *Anesthesia & Analgesia*, 124(3), 1000-1005. <https://doi.org/10.1213/ANE.0000000000001556>
- Koss, M. P., & Scherer, H. L. (2018). Psychological effects of cesarean deliveries on maternal well-being. *Women's Health Journal*, 14(1), 56-62. <https://doi.org/10.1016/j.whj.2018.05.001>
- Leung, T. W., & Wong, S. F. (2021). Psychological impact of cesarean delivery on women: A review. *International Journal of Women's Health*, 13, 123-130. <https://doi.org/10.2147/IJWH.S295123>
- McCarthy, F. P., & O'Herlihy, C. (2019). Maternal anxiety and its impact on pregnancy outcomes. *Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 32(12), 2050-2056. <https://doi.org/10.1080/14767058.2018.1441234>
- National Institute for Health and Care Excellence. (2019). Intrapartum care for healthy women and babies. NICE guideline [NG25]. Retrieved from <https://www.nice.org.uk/guidance/ng25>
- Rojas, M., & Castañeda, M. (2020). The importance of family support in reducing anxiety during cesarean delivery. *Journal of Family Nursing*, 26(1), 45-56. <https://doi.org/10.1177/1074840719891234>
- Smith, M. L., & Miller, A. M. (2017). Managing postpartum pain through non-pharmacological methods: The role of aromatherapy. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 23(12), 1023-1030. <https://doi.org/10.1089/acm.2017.0293>
- World Health Organization. (2015). WHO statement on cesarean section rates. Retrieved from https://www.who.int/reproductivehealth/publications/maternal_perinatal_health/cs-statement/en/
- Zuberi, N. F., & Khan, M. A. (2021). Understanding the psychological aspects of cesarean delivery. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*, 47(4), 1234-1240. <https://doi.org/10.1111/jog.1478>