

EFEKTIVITAS TERAPI AROMA LAVENDER DAN MAWAR TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU DALAM MENGHADAPI PERSALINAN SC

Rohadatul 'Aisy¹, Nurul Fahmi Rizka Laily^{2*}, Khoiroh Umah³, Lilis Fatmawati⁴

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Gresik

*e-mail: nfrizkalaily@gmail.com

ABSTRAK

Sectio Caesarea adalah suatu cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding uterus vagina atau disebut juga histerotomia untuk melahirkan janin dari dalam rahim. Ibu hamil yang akan menjalani SC cenderung mengalami peningkatan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan efektivitas terapi aroma lavender dan mawar terhadap tingkat kecemasan pada ibu dalam menghadapi persalinan SC. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasy Eksperimental dengan rancangan *two group pre posttest design*. Sampel dipilih menggunakan metode purposive sampling. Sampel yang diambil sebanyak 40 responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 20 responden diberikan terapi aroma lavender dan 20 responden diberikan terapi aroma mawar. Variabel independen yaitu terapi aroma lavender dan mawar. Variabel dependen yaitu tingkat kecemasan ibu. Instrumen yang digunakan SOP Terapi Lavender dan Mawar dan kuesioner. Hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai $p = 0,000$ untuk terapi aroma lavender dan mawar yang berarti ada pengaruh terhadap kecemasan. Hasil uji *Mann Whitney U Test* didapatkan nilai tidak signifikan $p = 0,426$ dimana $p > 0,05$ yang berarti tidak ada perbedaan signifikan antara pemberian terapi aroma lavender dan mawar terhadap kecemasan. Pemberian aromaterapi lavender dan mawar pada seorang ibu hamil yang akan dilakukan SC terbukti dapat menurunkan kecemasan. Hal ini dibuktikan dengan penurunan tingkat kecemasan pada semua responden. Hasil penelitian ini dapat dijadikan SOP tetap bagi ibu hamil yang mengalami kecemasan saat menghadapi kelahiran.

Kata kunci: Sectio Caesarea; kecemasan; aromaterapi; lavender; mawar

ABSTRACT

Sectio Caesarea is a way of giving birth to a fetus by making an incision in the uterine wall of the vagina or also called hysterotomy to deliver the fetus from inside the uterus. Pregnant women who will undergo SC tend to experience increased anxiety. This study aims to determine the effectiveness of lavender and rose aroma therapy on the level of anxiety in mothers when facing SC deliveries in hospitals. Surya Medika. The research design used in this research was Quasy Experimental with two group pre posttest design. Samples were selected using purposive sampling. The samples taken were 40 respondents and divided into 2 groups, 20 respondents were intervened by giving lavender aroma therapy and 20 respondents were intervened by giving rose aroma therapy. The independent variables were lavender and rose aroma therapy. The dependent variable was the mother's anxiety level. The instruments used were Lavender and Rose Therapy SOP and questionnaires. Test results Wilcoxon value is obtained $p = 0.000$ for lavender and rose aroma therapy which means there was an effect on anxiety. Test results Mann Whitney U Test The value obtained was not significant $p = 0.426$ where $p > 0.05$ which means was no significant difference between giving lavender and rose aroma therapy on anxiety. Giving lavender and rose aromatherapy to a pregnant woman undergoing SC has been proven to reduce anxiety. This is

evidenced by a decrease in anxiety levels in all respondents. The results of this research can be used as a permanent SOP for pregnant women who experience anxiety when facing birth.

Keywords: *Sectio Caesarean; anxiety; aroma therapy; lavender; rose*

1. PENDAHULUAN

Sectio Caesarea (SC) adalah suatu cara melahirkan janin dengan membuat sayatan pada dinding uterus melalui depan perut atau vagina atau disebut juga histerotomia untuk melahirkan janin dari dalam rahim (Mochtar R, 2011). Berdasarkan data dari *World Health Organization* menetapkan standart rata-rata *Section Caesarea* disebuah Negara adalah 5-15% per 1000 kelahiran di dunia (WHO, 2013). Rumah sakit pemerintah kira-kira 11% sementara rumah sakit swasta biasa lebih dari 30%. Jumlah angka tindakan operasi SC diindonesia sudah melewati standart WHO yaitu 5-15%. Di indonesia sendiri, angka kejadian operasi SC juga meningkat baik di rumah sakit pemerintah maupun rumah sakit swasta. Menurut data Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia (SDKI) menunjukkan terjadi kecenderungan peningkatan operasi SC di Indonesia dari tahun 1991 sampai tahun 2007 yaitu 1,3-6,8 persen. Persalinan SC di kota jauh lebih tinggi dibandingkan di daerah pedesaan yaitu 11 persen dibandingkan 3,9 persen. Hasil Riskesdes tahun 2013 menunjukkan operasi SC sebesar 9,8 persen dari total 48.603 kelahiran sepanjang tahun 2010 sampai 2013, dengan proporsi tertinggi di DKI Jakarta (19,9%) dan terendah di Sulawesi Tenggara (3,3%). Secara umum pola persalinan melalui operasi SC menurut karakteristik menunjukkan proporsi tertinggi pada kuantil indek kepemilikan teratas (18,9%), tinggal di perkotaan (13,8%), pekerjaan sebagai pegawai (20,9%) dan pendidikan tinggi/lulus perguruan tinggi (25,1%) (Kemenkes RI, 2016). Dari data Rumah Sakit Surya Medika paada Bulan Maret-Mei 2021 terdapat jumlah total pasien yang melakukan Operasi *Section Caesarea* sebanyak 131 pasien, sehingga rata-rata pasien per bulan ada 43 pasien.

Berdasarkan survei tingkat kecemasan yang dilakukan pada 40 orang ibu pada bulan Mei-Juni yang dilakukan didapatkan Ibu yang mengalami cemas dalam menghadapi SC dengan cemas ringan 17, cemas sedang 9, cemas berat 14. Faktor yang signifikan mempengaruhi kecemasan antenatal yaitu pekerjaan (Rubbertsson C et al., 2014), usia, komplikasi pada kehamilan sebelumnya, riwayat keguguran, riwayat persalinan prematur, kehamilan yang diharapkan, frekuensi terjadinya keguguran, perokok dan penggunaan obat-obatan, kekhawatiran terhadap kesehatan janin, kualitas hubungan perkawinan, dan hubungan dengan mertua (Jing Chen et al., 2016) riwayat gangguan kejiwaan sebelum kehamilan. Gangguan kecemasan juga berdampak pada fisik, seperti denyut jantung yang cepat, gemetar, kelelahan, pusing, kesulitan

berkonsentrasi, mual, dan mengalami masalah tidur. Kecemasan dapat muncul diakibatkan oleh adanya beberapa faktor diantaranya yaitu faktor biologis dimana ketika tubuh mengalami suatu gangguan kesehatan maka menimbulkan kecemasan, faktor psikologis salah satunya perubahan peran dalam kehidupan sehari-hari, dan faktor sosial ekonomi dimana orang yang memiliki status ekonomi menengah kebawah cenderung sering mengalami stres dan juga fungsi integritas sosial menjadi terganggu. Kecemasan yang muncul dapat memberikan efek negatif bagi keberhasilan perawatan dan pengobatan. Maka dari itu, sangat penting untuk mengontrol tingkat kecemasan pasien (Dehkordi et al., 2017). Rencana keperawatan untuk menangani kecemasan sangat dibutuhkan dengan tujuan pasien mampu memberikan koping yang adaptif terhadap kondisi yang dialaminya sekarang.

Respon adaptif hasil yang positif akan didapatkan jika individu dapat menerima dan mengatur kecemasan. Kecemasan dapat menjadi suatu tantangan, motivasi yang kuat untuk menyelesaikan masalah dan merupakan sarana untuk mendapatkan penghargaan yang tinggi. Strategi adaptif biasanya digunakan seseorang untuk mengatur kecemasan antara lain dengan bekerja kepada orang lain, menangis, tidur, latihan, dan menggunakan teknik relaksasi. Respon maladaptif ketika kecemasan tidak dapat diatur, individu menggunakan mekanisme koping ulang disfungsi dan tidak berkesinambungan dengan yang lainnya. Koping maladaptif mempunyai banyak jenis termasuk perilaku agresif, bicara tidak jelas, isolasi diri, banyak makan, konsumsi alkohol, berjudi dan penyalahgunaan obat terlarang. Tanda dan gejala pasien dengan ansietas adalah cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung, pasien merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut, pasien mengatakan takut bila sendiri atau pada keramaian dan banyak orang, mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan.

Aromaterapi merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat meningkatkan keadaan fisik dan psikologi seseorang agar menjadi lebih baik. Setiap minyak esensial memiliki efek farmakologis yang unik. Seperti antibakteri, antivirus, diuretic, vasodilator, penenang, dan merangsang adrenal (Runiari N, 2010). Bahan-bahan pendukung untuk pembuatan aromaterapi minyak atsiri, Minyak wangi ini diekstrak dari tanaman melalui destilasi uap atau ekspresi (minyak jeruk). Minyak lavender memiliki banyak potensi karena terdiri atas beberapa kandungan. Dalam 100 gram bunga lavender tersusun atas beberapa kandungan, seperti: minyak esensial (1-3%), alpha-pinene (0,22%), camphene (0,06%), betamycene (5,33%), p-cymene (0,3%), limonene (1,06%), cineol (0,51%), linalool (26,12%), borneol (1,21%), terpinen-4-ol (4,64%), linalyl acetate (26,32%), geranyl acetate

(2,14%), dan caryophyllene (7,55%). Berdasarkan data di atas, dapat disimpulkan bahwa kandungan utama dari bunga lavender adalah linalyl asetat dan linalool7 (C₁₀H₁₈O). Diteliti efek dari tiap kandungan bunga lavender untuk mencari tahu zat mana yang memiliki efek anti-anxiety (efek anti cemas/relaksasi) menggunakan Geller conflict test dan Vogel conflict test. Cineol, terpinen-4-ol, alpha-pinene, dan betamycene tidak menghasilkan efek anti cemas yang signifikan pada tes Geller. Linalyl asetat sebagai salah satu kandungan utama pada lavender tidak menghasilkan efek anti cemas yang signifikan pada kedua tes. Borneol dan camphene memberikan efek anti cemas yang signifikan pada tes Geller, tapi tidak signifikan pada tes Vogel. Linalool, yang juga merupakan kandungan utama pada lavender, memberikan hasil yang signifikan pada kedua tes. Dapat dikatakan, linalool adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) pada lavender. Selain dengan aromaterapi lavender kecemasan juga dapat dikurangi dengan aroma terapi bunga mawar. Beberapa bahan kimia yang terkandung dalam minyak atsiri bunga mawar diantaranya sitral, sitronelol, geraniol, linalol, nerol, eugenol, feniletil, alkohol, farnesol, nonil, dan aldehida (Rubkahwati et al., 2013). Pada saat aroma terapi minyak esensial bunga mawar dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatic yang terkandung didalamnya seperti geraniol dan linalol ke puncak hidung dimana silia-silia muncul dari sel-sel reseptor. Apabila molekul-molekul menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektro kimia akan ditransmisikan melalui saluran olfaktori ke dalam system limbik. Hal ini akan merangsang memori dan respon emosional. Hipotalamus yang berperan sebagai regulator memunculkan pesan yang harus disampaikan ke otak. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan berupa senyawa elektrokimia yang menyebabkan perasaan tenang dan rilek serta dapat memperlancar aliran darah.

Pemberian aromaterapi secara inhalasi dengan mawar oils dapat menurunkan kecemasan pada ibu persalinan kala I (Kheirkhah et al., 2013). Setelah diberikan terapi aroma lavender responden menunjukkan tanda peningkatan relaksasi berupa tanda-tanda vital dalam batas normal, perasaan cemas berkurang, pemenuhan istirahat dan tidur terpenuhi, peran menjadi ibu berupa mulai menyusui dan merawat bayinya dengan penuh kasih sayang tampak dilaksanakan lebih rileks. Hal tersebut menunjukkan bahwa penggunaan aroma terapi lavender dapat memberikan efek meningkatkan relaksasi dan menurunkan kecemasan (Haniyah & Setyawati, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Kheirkhah et al (2014) yang menyatakan pemberian aromaterapi secara inhalasi khususnya mawar oils dapat menurunkan kecemasan pada ibu persalinan kala I.

Intervensi yang dilakukan di tempat penelitian selama ini hanya diberikan edukasi tentang persalinan SC dan hasilnya kurang efektif. Oleh karena itu penelitian ini dapat memberikan pengetahuan kepada ibu yang akan dilakukan operasi SC bahwa untuk terapi menurunkan kecemasan tidak hanya farmakologi/obat-obatan saja, namun terapi non farmakologi dapat dilakukan sendiri untuk menurunkan kecemasan selain edukasi preoperatif dan dukungan dari keluarga, menurunkan kecemasan dapat dilakukan dengan cara menghirup aromaterapi lavender mawar. Tujuan penelitian ini adalah menjelaskan efektivitas terapi aroma lavender dan mawar terhadap tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi sectio caesarea.

2. METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian quasi eksperimen dengan desain *Two Group Pre-test and Post-test*. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu yang sedang hamil dan yang akan dilakukan tindakan operasi SC sebanyak 43 orang. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling* dan didapatkan sebanyak 40 ibu hamil. Sampel penelitian dibagi menjadi dua kelompok, kelompok 1 diberikan aromaterapi lavender dan kelompok 2 diberikan aromaterapi mawar. Penelitian dilakukan di Rumah Sakit Surya Medika Menganti Gresik pada bulan Oktober–November 2021. Instrument yang digunakan pada penelitian ini adalah SOP aromaterapi lavender, SOP aromaterapi mawar, dan kuesioner kecemasan. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji Uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan variabel dependen sebelum dan sesudah perlakuan dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Selanjutnya membandingkan efektivitas aromaterapi lavender dan mawar dengan menggunakan uji statistik *Mann-Whitney U Test* $p < 0,05$ untuk mengetahui signifikansi efektivitas aromaterapi lavender dan mawar relaksasi otot progresif terhadap penurunan intensitas kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan SC.

3. HASIL

Tabel 1 menunjukkan kelompok pemberian terapi aroma lavender dan kelompok pemberian terapi aroma mawar mayoritas berusia 20-35 tahun sebanyak 13 orang (65%) dan 12 orang (60%). Pada data pendidikan kedua kelompok mayoritas mengenyam pendidikan SMA yaitu sebanyak 15 orang (75%) pada kelompok pemberian terapi aroma lavender dan sebanyak 17 orang (75%) pada kelompok pemberian aroma mawar. Pada kedua kelompok pemberian terapi aroma lavender dan mawar didapatkan hampir seluruh dari responden tidak bekerja / Ibu Rumah Tangga sebanyak 16 orang (80%) dan besar 12 orang (60%). Kategori data penghasilan

menunjukkan perbedaan pada kedua kelompok. Kelompok terapi aroma lavender sebagian besar responden mempunyai penghasilan <1.000.000 sebanyak 11 orang (5%) dan kelompok terapi aroma mawar sebagian besar mempunyai penghasilan <2.000.000-3.000.000 sebanyak 9 orang (45%) .

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Kelompok Intervensi Terapi Aroma Lavender		Kelompok Intervensi Terapi Aroma Mawar	
		n	%	n	%
Usia	< 20 tahun	2	10	1	5
	20-35 tahun	13	65	12	60
	>35 tahun	5	25	7	35
	Total	13	100	13	100
Pendidikan	SD	0	0	0	0
	SMP	1	5	1	5
	SMA	15	75	17	75
	Akademi/Sarjana	4	20	2	10
	Total	20	100	20	100
Pekerjaan	IRT	16	80	12	65
	Swasta	4	20	2	5
	Wiraswasta	0	0	2	10
	Pedagang	0	0	2	10
	Lain-lain	0	0	2	10
Total	20	100	20	100	
Penghasilan	<1.000.000	11	55	5	25
	<2.000.000-3.000.000	7	35	9	45
	<4.000.000	2	10	6	30
	Total	20	100	20	100
Riwayat Pemeriksaan Kehamilan	Gemeli	5	25	4	20
	HT	2	10	2	10
	KPD	0	0	3	15
	Pre eklamasi	9	45	10	50
	Eklamasi	3	15	0	0
	Anemia	1	5	1	5
Total	20	100	20	100	
Persalinan	1	14	70	12	60
	2	4	20	3	15
	3	2	10	5	25
	Total	20	100	20	100
Informasi SC	Bidan	14	70	15	75
	Keluarga	0	0	2	10
	Media Informasi	6	30	3	15
	Total	20	100	20	100

Pada data riwayat pemeriksaan kehamilan kelompok terapi aroma lavender sebagian besar responden mempunyai riwayat pemeriksaan kehamilan Pre Eklamsi sebanyak 9 orang

(45%). Hal ini serupa dengan kelompok terapi aroma mawar hampir setengah mempunyai riwayat pemeriksaan kehamilan pre eklamsi sebanyak 10 orang (50%). Pada kategori riwayat persalinan kelompok terapi aroma lavender sebagian besar responden mempunyai riwayat persalinan 1 kali sebanyak 14 orang (70%) dan pada kelompok terapi aroma mawar sebagian besar mempunyai riwayat persalinan 1 kali sebanyak 12 orang (60%). Pada tabel 1 kelompok terapi aroma lavender menunjukkan sebagian besar responden mendapatkan informasi SC sebanyak 14 orang (65%) dan kelompok terapi aroma mawar hampir seluruhnya mendapat informasi sebanyak 15 orang (85%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Pre Test dan Post Test Penurunan Tingkat Kecemasan pada Kelompok Intervensi Aromaterapi Lavender

Tingkat Kecemasan	Pretest		Posttest	
	n	%	n	%
Tidak	0	0	17	85
Ringan	4	20	2	10
Sedang	3	15	1	5
Berat	13	65	0	0
Total	20	100%	20	100%
<i>Uji Wilcoxon Signed Rank Test</i>		<i>p = 0,000</i>		

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Pre Test dan Post Test Penurunan Tingkat Kecemasan pada Kelompok Intervensi Aromaterapi Lavender

Tingkat Kecemasan	Pre Test		Post test	
	n	%	n	%
Tidak	0	0	15	75
Ringan	4	20	3	15
Sedang	7	35	2	10
Berat	9	45	0	0
Total	20	100%	20	100%
<i>Uji Wilcoxon Signed Rank Test</i>		<i>p = 0,000</i>		
		<i>Z = -3.948</i>		

Tabel 2 menunjukkan dari 20 ibu *pre SC* sebelum dilakukan pemberian terapi aroma lavender tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan SC sebagian besar dengan katagori berat sebanyak 13 orang (65%) dan sebagian kecil katagori sedang sebanyak 3 orang (15%), setelah dilakukan post test tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan didapatkan katagori tidak cemas sebanyak 17 orang (85%) dan sebagian kecil sebanyak 1 orang (5%). Dari hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan p value 0,000. Nilai p value

penelitian menunjukkan p value $< \alpha$ (0,05) yang berarti memiliki perbedaan nilai yang sangat bermakna. Berdasarkan nilai tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi aroma lavender sebagian besar tingkat kecemasan menurun sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian terapi aroma lavender terhadap menurunkan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan SC.

Tabel 3 menunjukkan dari 20 ibu *pre SC* sebelum dilakukan pemberian terapi aroma mawar tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan SC hampir setengah sebanyak 9 orang (45%) dalam kategori berat, dan sebagian kecil sebanyak 4 orang (20%) dalam katagori sedang, setelah dilakukan intervensi tngkat kecemasan sebagian besar tidak cemas 15 orang (75%) dan sebagian kecil sebanyak 2 orang (10%). Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan p value 0,000. Nilai p value penelitian menunjukkan p value $< \alpha$ (0,05) yang berarti memiliki perbedaan nilai yang sangat bermakna. Berdasarkan nilai tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi aroma mawar sebagian besar tingkat kecemasan menurun sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian terapi aroma mawar terhadap menurunkan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan SC.

Tabel 4. Perbedaan Tingkat Kecemasan antara Kelompok Terapi Aromaterapi Lavender dan Aromaterapi Mawar pada Ibu dalam Menghadapi Persalinan SC

No	Tingkat Kecemasan	Intervensi Terapi Aroma Lavender		Intervensi Terapi Aroma Mawar	
		Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
		n	n	n	n
1	Tidak	0	17	0	15
2	Ringan	4	2	4	3
3	Sedang	3	1	7	2
4	Berat	13	0	9	0
	Total	20	20	20	20
	Mean		19.48		21.52
	Sum		389.50		430.50
		<i>Uji Mann-Whitney U Test</i>		$p = 0,426$	

Tabel 4 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden sesudah dilakukan pemberian terapi aroma lavender sebanyak 17 responden (85%) tingkat kecemasan dengan katagori tidak cemas. Sedangkan sesudah dilakukan pemberian terapi aroma mawar sebanyak 15 orang (75%) tingkat kecemasan dengan katagori tidak cemas. Berdasarkan data mean rank sesudah dilakukan

pemberian terapi aroma lavender yaitu 19,48, sedangkan untuk terapi aroma mawar mean rank yaitu 21,52 yang berarti terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok terapi aroma lavender dan terapi aroma mawar. Hasil uji statistik Mann-Whitney U Test didapatkan nilai sign (2-tailed) $p = 0,426$ dimana lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan H_0 ditolak H_1 ditolak yang artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok terapi aroma lavender dan kelompok terapi aroma mawar terhadap tingkat kecemasan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Pengaruh Terapi Aroma Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi *Sectio Caesarea*.

Tabel 2 menunjukkan dari 20 ibu *pre SC* sebelum dilakukan pemberian terapi aroma lavender tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan SC sebagian besar dengan katagori berat sebanyak 13 orang (65%) dan sebagian kecil katagori sedang sebanyak 3 orang (15%). Didapatkan 1 responden yang tidak mengalami perubahan dalam tingkat kecemasan didapatkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan kecemasan pasien *pre operasi* adalah takut nyeri, kematian, ketidaktahuan, takut tentang deformitas dan ancaman lain terhadap citra tubuh. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut H.I Kaplan et al. (2010) adalah faktor usia, pengalaman pasien menjalani operasi, kondisi medis, tingkat pendidikan, akses informasi, tingkat social ekonomi, jenis tindakan anastesi. Data responden menurut tabel 1 sebagian besar usia 20-35 tahun sebanyak 13 responden (65%) ibu dengan usia muda tingkat kecemasan lebih tinggi dikarenakan tidak ada pengalaman, menurut tabel 1 hampir seluruh dari responden tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga sebanyak 16 orang (80%), sehingga kecemasan dipengaruhi karena ibu rumah tangga yang hanya di rumah saja sehingga tidak ada informasi dari luar, berdasarkan tabel 1 sebagian besar responden memiliki riwayat pemeriksaan *pre eklamsi* sebanyak 9 orang (45%), semakin tinggi tekanan darah memicu tingkat kecemasan lebih tinggi.

Lavender merupakan salah satu jenis aromaterapi. Aromaterapi lavender merupakan salah satu minyak esensial analgesik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton. Monoterpena merupakan jenis senyawa terpena yang paling sering ditemukan dalam minyak atsiri tanaman. Pada aplikasi medis monoterpena digunakan sebagai sedatif. Minyak lavender juga mengandung 30-50% linalil asetat. Linalil asetat merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang

serta tonikum, khususnya pada sistem saraf. Wangi yang dihasilkan aromaterapi lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami. Enkefalin merupakan neuromodulator yang berfungsi untuk menghambat nyeri fisiologi.

Menurut peneliti minyak esensial dari bunga lavender dapat memberikan manfaat relaksasi (*carminative*), sedatif, mengurangi tingkat kecemasan ibu pada saat menghadapi persalinan, dan sebagai terapi mandiri untuk menurunkan tingkat kecemasan dengan *Diffuser* dan dihirup. Hal ini sesuai dengan bahwa penggunaan terapi aroma lavender dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi SC dan dapat diterapkan secara mandiri sebagai upaya dalam menurunkan kecemasan. Lavender merupakan salah satu jenis aromaterapi. Aromaterapi lavender merupakan salah satu minyak esensial analgesik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton (Susilarini, 2017). Monoterpena merupakan jenis senyawa terpena yang paling sering ditemukan dalam minyak atsiri tanaman. Pada aplikasi medis monoterpena digunakan sebagai sedatif. Minyak lavender juga mengandung 30-50% linalil asetat. Linalil asetat merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang serta tonikum, khususnya pada sistem saraf. Wangi yang dihasilkan aromaterapi lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami. Enkefalin merupakan neuromodulator yang berfungsi untuk menghambat nyeri fisiologi.

Setelah dilakukan post test tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan didapatkan kategori tidak cemas sebanyak 17 orang (85%) dan sebagian kecil kategori cemas sedang sebanyak 1 orang (5%), cemas berkurang karena telah diberikan tindakan intervensi kepada responden sehingga dari hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan p value 0,000. Nilai p value penelitian menunjukkan p value $< \alpha$ (0,05) yang berarti memiliki perbedaan nilai yang sangat bermakna. Berdasarkan nilai Tingkat Kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi aroma Lavender sebagian besar tingkat kecemasan menurun sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian terapi aroma lavender terhadap menurunkan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan SC.

Analisis Pengaruh Terapi Aroma Mawar Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi *Sectio Caesarea*.

Tabel 3 menunjukkan dari 20 ibu *pre SC* sebelum dilakukan pemberian terapi aroma mawar tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan SC hampir setengah sebanyak 9

orang (45%) dalam katagori berat, dan sebagian kecil sebanyak 4 orang (20%) dalam katagori sedang, setelah dilakukan intervensi tingkat kecemasan sebagian besar tidak cemas 15 orang (75%) dan sebagian kecil sebanyak 2 orang (10%). Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan p value 0,000. Nilai p value penelitian menunjukkan p value $< \alpha$ (0,05) yang berarti memiliki perbedaan nilai yang sangat bermakna. Berdasarkan nilai Tingkat Kecemasan sebelum dan sesudah pemberian terapi aroma Mawar sebagian besar tingkat kecemasan menurun sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian terapi aroma Mawar terhadap menurunkan tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan SC.

Didapatkan 2 responden yang tidak mengalami perubahan dalam tingkat keceamasan di dapatkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien pre operasi yaitu takut nyeri, kematian, ketidaktauan, takut tentang deformitas dan ancaman lain terhadap citra tubuh. Sedangkan faktor-faktor yang memperngaruhi kecemasan menurut adalah faktor usia, pengalaman pasien menjalani operasi, kondisi medis, tingkat pendidikan, akes informasi, tingkat social ekonomi, jenis tidakan anastesi (H.I Kaplan et al., 2010). Data responden menurut tabel 1 sebagian besar usia 20-35 tahun sebanyak 12 responden (60%) ibu dengan usia muda tingkat kecemasan lebih tinggi dikarenakan tidak ada pegalaman, menurut tabel 1 hampir sebagian besar seluruh dari responden tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga sebanyak 12 orang (60%), sehingga kecemasan dipengaruhi karena ibu rumah tangga yang hanya di rumah saja sehingga tidak ada informasi dari luar, berdasarkan tabel 1 hampir setengah responden memiliki riwayat pemeriksaan preeklamsi sebanyak 10 orang (50%), semakin tinggi tekanan darah memicu tingkat kecemasan lebih tinggi dan kemungkinan responden tidak memperhatikan intervensi yang telah diarahkan oleh peneliti sehingga tingkat kecemasan tidak dapat turun atau tidak ada pengaruh.

Pada saat aromaterapi minyak atsiri bunga mawar dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang terkandung di dalamnya seperti geraniol dan linalool kepuncak hidung dimana silia-silia muncul dari sel-sel reseptor. Apabila molekul molekul menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektro kimia akan ditransmisikan melalui saluran olfaktori kedalam system limbik. Hal ini akan merangsang memori dan respon emosional. Hipotalamus yang berperan sebagai regulator memunculkan pesan yang harus disampaikan ke otak. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan berupa senyawa elektrokimia yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah.

Menurut peneliti aromaterapi mawar sama halnya dengan aromaterapi lavender bisa menurunkan kecemasan pada ibu bersalin karena sama sama mempunyai efek menenangkan dan

rileks dan mampu memberikan sensasi aromatik agar dapat memberikan efek ketenangan pada ibu. Menurut hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Syukrini, R D (2016), menunjukkan bahwa hubungan tingkat kecemasan dengan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi mawar, didapatkan nilai signficancy 0,000 ($p < 0,005$) dengan demikian disimpulkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi mawar.

Efektivitas Terapi Aroma Lavender dan Mawar Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Persalinan SC.

Tabel 4 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden sesudah dilakukan pemberian terapi aroma lavender sebanyak 17 responden (85%) tingkat kecemasan dengan kategori tidak cemas. Sedangkan sesudah dilakukan pemberian terapi aroma mawar sebanyak 15 orang (75%) tingkat kecemasan dengan katagori tidak cemas. Berdasarkan data *mean rank* sesudah dilakukan pemberian terapi aroma lavender yaitu 19,48, sedangkan untuk terapi aroma mawar *mean rank* yaitu 21,52 yang berarti terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara kelompok terapi aroma lavender dan terapi aroma mawar. Hasil uji statistik *Mann-Whitney U Test* didapatkan nilai *sign (2-tailed) p = 0,426* artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok terapi aroma lavender dan kelompok terapi aroma mawar terhadap tingkat kecemasan.

Aromaterapi lavender bekerja dengan mempengaruhi tidak hanya fisik tetapi juga tingkat emosi. Kandungan lavender oil yang terdiri dari linalool, linalylacetate dan 1,8 — cincole dapat menurunkan, mengendorkan dan melemaskan secara spontan ketengan seseorang yang menanggapi spasme pada otot. Minyak aromaterpi masuk ke rongga hidung melalui pengirupan langsung akan bekerja lebih cepat, karena molekul-molekul minyak esensial mudah menguap, oleh hipolalamus aroma tersebut diolah dan dikonversikan oleh tubuh menjadi suatu aksi dengan pelepasan subtansi neurokimia berupa zat endorphin dan serotonin, sehingga berpengaruh langsung pada organ penciuman dan dipersepsikan oleh otak untuk memberikan reaksi yang membuat perubahan fisiologis pada tubuh, pikiran, jiwa dan menghasikan efek menenangkan pada tubuh. Manfaat dari aromaterapi mawar dapat menumbuhkan perasaan tenang (rileks) pada jasmani, pikiran dan rohani dapat menjauhkan dari perasaan cemas dan gelisah.

Menurut peneliti terapi aroma lavender sama halnya dengan terapi aroma mawar yang dapat menurunkan tingkat kecemasan pada ibu saat akan persalinan namun pemberian terapi lavender lebih efektif dibanding terapi aroma mawar. Menurut penelitian Wasis Pujiati & Lili Sartika (2016) menunjukkan tidak ada perbedaan pemberian aromaterapi lavender dengan

mawar dalam penurunan nyeri menstruasi dengan p value = 0,114. Menurut asumsi peneliti, adanya perbedaan hasil tersebut kemungkinan besar dipengaruhi oleh frekuensi terhadap kecemasan ibu bersalin, hal tersebut dikarenakan rasa nyeri pada saat persalinan dapat mengakibatkan rasa cemas, oleh karena itu sebelum proses persalinan ibu bisa melakukan rileksasi/inhalasi menggunakan aromaterapi lavender dan aromaterapi mawar, maka ibu akan merasakan ketenangan pada saat akan menjelang persalinan.

5. KESIMPULAN

Pemberian aromaterapi lavender dan mawar pada seorang ibu hamil yang akan dilakukan SC terbukti dapat menurunkan kecemasan. Semua responden setelah dilakukan intervensi pemberian aromaterapi lavender dan mawar mengalami penurunan derajat kecemasan. Fakta ini menjelaskan bahwa aromaterapi lavender dan mawar memiliki kandungan yang dapat menurunkan derajat kecemasan dan memiliki pengaruh yang signifikan

DAFTAR PUSTAKA

- Dehkordi, A. K., Tayebi, A., Ebadi, A., Sahraei, H., & Einollahi, B. (2017). Effects of Aromatherapy Using the Damask Rose Essential Oil on Depression, Anxiety, and Stress in Hemodialysis Patients: A Clinical Trial. *Nephro-Urology Monthly*, 9(6). <https://doi.org/10.5812/numonthly.60280>.
- Haniyah, S., & Setyawati, M. B. (2018). The Effectiveness of Lavender Aromatherapy Technique on Pain Reduction of Post Caesarean Section Patients in Ajibarang Hospital. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 13(3), 119. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2018.13.3.831>.
- H.I Kaplan, B.J Saddock, & J.A Grebb. (2010). *Sinopsis Psikiatri* (Vol. 2). Binarupa Aksara.
- JIng Chen, Yiyun Cai, Yue Liu, Jieyan Qian, Qing Ling, Wei Zhang, Jianfeng Luo, Yan Chen, & Shenxun Shi. (2016). Factors Associated with Significant Anxiety and Depressive Symptoms in Pregnant Women with a History of Complications. *Shanghai Archives of Psychiatry*, 28(5), 253–262.
- Kemenkes RI. (2016). *Peran Keluarga Dukung Kesehatan Jiwa*. Depkes.Go.Id.
- M Kheirkhah, N. Setayesh Valipour, L. Neisani Samani, & H. Haghani. (2013). Effect of Aromatherapy with Essential Damask Rose Oil on Anxiety of The Active Phase pf Labor Nulliparous Women. *Nursing and Midwifery*, 11(6).
- Mochtar R. (2011). *Sinopsis Obstetri* (1st ed.). EGC.
- Purnobasuki Rubkhwati, Isnaeni, & Utami Edi. (2013). *Profil Minyak Atsiri Mahkota Bunga Mawar (Rose Hybrida L)*. Kultivar Lokal.

- Rahma Dwi Syukrini. (2016). *Pengaruh Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Persalinan Kala I di Kamar Bersalin RSUD Kab Tangerang*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Rubbertsson C, Hellstrom J, Cross M, & Sydsjo G. (2014). Anxiety In Early Pregnancy: Prevalence and Contributing Factors. *Archives of Women's Mental Health*, 17(3), 221–228.
- Runiari N. (2010). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Hipermesis Gravidarum: Penerapan Konsep Dan Teori Keperawatan*. Salemba Medika.
- Susilarini. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 47–54.
- Wasis Pujiati, & Lili Sartika. (2016). Minyak Esensial Lavender Dibandingkan Esensial Mawar Terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Stikes HangTuah Tanjung Pinang*, 6(2).
- WHO. (2013). *World Health Organization*.