

**PENGARUH CITRUS AROMATERAPI TERHADAP ANSIETAS  
PASIEN PREOPERASI BEDAH MAYOR DI RUMAH SAKIT MUHAMMADIYAH  
PALEMBANG TAHUN 2014**

**<sup>1</sup>Rujito Dwi Julianto, <sup>2\*</sup>Siti Romadoni, <sup>3</sup>Windy Astuti CN**  
<sup>1,2,3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Palembang  
\*E-mail: siro\_ukhti@yahoo.co.id

**Abstrak**

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh citrus aromaterapi terhadap ansietas pasien preoperasi bedah mayor.

**Metode:** Desain penelitian ini menggunakan *pre-experiment*, dengan rancangan *one – group pretest dan posttest design*. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien preoperasi bedah mayor. Instrumen penelitian menggunakan APAIS (*Amsterdam Preopertif Anxiety Information Scale*). Penelitian ini dilakukan di ruang bedah dan kebidanan dengan jumlah sampel 42 responden. Uji yang digunakan adalah *dependent t-test*. Skor ansietas rata-rata sebelum intervensi 13,24 (1,189) dan sesudah 8,28 (1,904) pemberian citrus aromaterapi.

**Hasil:** Hasil uji statistik penelitian ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan penggunaan citrus aromaterapi terhadap ansietas pasien preoperasi bedah mayor di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang tahun 2014 dengan *p value* 0,001 pada tingkat signifikansi 95%.

**Simpulan:** Diharapkan dari hasil penelitian ini citrus aromaterapi dapat diaplikasikan sebagai tindakan keperawatan untuk menurunkan tingkat ansietas pada pasien preoperasi bedah mayor.

**Kata Kunci:** Preoperasi bedah mayor, ansietas, citrus aromaterapi

**Abstract**

**Aim:** *This study aims to determine the effect of citrus aromatherapy to anxiety of patients preoperatively major surgery.*

**Method:** *The design of this study using a pre - experiment, with one design - group pretest and posttest. The sample in this study is major surgery patients preoperatively. The research instrument using APAIS ( Amsterdam Preopertif Information Anxiety Scale ). This research was conducted in the patient room of medical operating and obstetrics with a sample of 42 respondents. The statistic test used is dependent t - test. Mean of Anxiety scores before intervention 13,24 (1,189) and after 8,29 (1,904) implementation of citrus aromatherapy.*

**Result:** *The results of statistical tests showed significant effect on the reduction in the use of citrus aromatherapy anxiety levels of patients preoperatively major surgery in Muhammadiyah Hospital Palembang 2014 with p value of 0.001 at the 95 % significance level.*

**Conclusion:** *Expected from the results of this study can be applied as a citrus aromatherapy nursing implementation to reduce the level of anxiety in patients with major surgery preoperatively .*

**Key Words:** *major surgery preoperative, anxiety, cytrus of aromatherapy*

## PENDAHULUAN

Keperawatan medikal bedah merupakan pelayanan profesional yang didasarkan ilmu dan teknik keperawatan medikal bedah berbentuk pelayanan bio-psiko-sosio-spiritual yang komprehensif ditujukan ada orang dewasa dengan atau yang cenderung mengalami gangguan fisiologis dengan atau gangguan struktur akibat trauma.<sup>1</sup>

Pembedahan merupakan suatu tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka dan menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani. Pembukaan bagian tubuh ini umumnya dilakukan dengan membuat sayatan. Setelah bagian yang akan ditangani ditampilkan, selanjutnya dilakukan perbaikan yang diakhiri dengan penutupan dan penjahitan luka.<sup>2</sup>

Prevalensi bedah mayor di Indonesia sangat tinggi, tercatat sebanyak 75 kasus bedah mayor telah dilakukan selama tiga bulan dengan spesifikasi semua kasus divisi bedah dari bedah digestif, bedah anak, onkologi, plastik, thorax, vaskuler, orthopedi dan urologi. Lebih dari 60 % kasus digestif, sedangkan persentase lainnya merata pada kasus divisi bedah lainnya.<sup>3</sup>

Studi pendahuluan yang dilakukan di IRNA bedah RS Muhammadiyah Palembang pada tanggal 17 Desember 2013 menunjukkan angka kejadian bedah mayor tahun 2012 berjumlah 4369 kasus, angka ini meningkat dibanding dengan angka kejadian bedah mayor tahun 2011 yang berjumlah 3030 kasus atau meningkat 69,4 % dari data tersebut bila diambil rata-rata maka didapatkan 12 pembedahan perhari, dan cenderung meningkat dengan adanya peningkatan jaminan kesehatan masyarakat oleh pemerintah. Hal inilah yang mendasari dipilihnya lokasi RS Muhammadiyah Palembang sebagai lokasi penelitian tentang tindakan pembedahan.

Tindakan pembedahan (operasi) merupakan tindakan yang sarat dengan ketegangan. Pasien yang akan mengalami pembedahan umumnya disertai *ansietas* (kecemasan)<sup>1</sup>. Ansietas adalah respon adaptif yang normal terhadap stress karena pembedahan. Rasa cemas bisa timbul pada tahap perioperatif ketika pasien menghadapi pembedahannya.<sup>4</sup>

Berdasarkan riset yang dilakukan Melissa dkk<sup>5</sup> 9,8 % penduduk dari 7 negara mengalami ansietas. Sedangkan data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan<sup>6</sup>, diketahui bahwa 11,6% penduduk Indonesia usia di atas 15 tahun mengalami masalah ansietas menghadapi operasi. Sementara hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 17 Desember 2013 terhadap pasien preoperasi yang dirawat di ruang bedah RS Muhammadiyah Palembang, 8 dari 10 pasien pre operasi menyatakan kecemasannya menghadapi operasi.

Asuhan keperawatan preoperasi ditujukan untuk mempersiapkan pasien semaksimal mungkin agar bisa dioperasi dengan baik, pemulihan dengan cepat serta terbebas dari komplikasi pascaoperasi.<sup>1</sup> Menurut Sawitri<sup>7</sup>, pasien dengan ansietas biasanya diberikan motivasi dan diberikan penyuluhan preoperasi. Hal ini sedikit banyak telah membantu pasien dalam mengatasi kecemasan, namun ada kalanya penyuluhan saja tidak cukup dan memerlukan obat premedikasi maupun terapi komplementer sebagai pendukung.

Penggunaan tumbuhan sebagai terapi komplementer salah satunya dengan menggunakan *cytrus aromatherapy* yang berasal dari minyak essensial. Efektifitas minyak essensial berasal dari bahan alami yang dapat membuat keadaan santai, menenangkan pikiran, sehingga bisa membantu mengatasi insomnia. Insomnia merupakan salah satu gangguan yang disebabkan oleh ansietas.<sup>8</sup>

Sebuah penelitian pada tahun 2009, para peneliti menemukan bahwa hewan yang menghirup aroma *linalool* (senyawa yang ditemukan dalam minyak essential lemon) mengalami penurunan ttingkat stress dan peningkatan sel kekebalan tubuh. Hal ini diperkuat dengan penelitian pada binatang lain menunjukkan bahwa jeruk manis (*citrus*) juga dapat menurunkan dampak ansietas, meskipun penting untuk diingat bahwa hasil penelitian hewan tidak mengkonfirmasi kemanjuran yang sama pada manusia.<sup>9</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Suprpto<sup>6</sup> menyatakan bahwa citrus aromaterapi memiliki pengaruh dalam menurunkan tingkat ansietas pasien pre operasi *sectio caesarea* (SC).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh citrus aromaterapi terhadap penurunan tingkat ansietas pasien pre operasi bedah mayor di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang tahun 2014.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode *Pre Eksperimental* dengan *one group pretest and posttest design*. Ciri dari penelitian ini adalah mengungkapkan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek diobservasi sebelum intervensi kemudian diobservasi lagi setelah intervensi.<sup>10</sup> Adapun variabel dalam penelitian ini adalah skor ansietas sebelum dan sesudah pemberian citrus aromaterapi.

Populasi merupakan seluruh subjek atau objek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti.<sup>11</sup> Populasi pada penelitian ini semua pasien preoperasi di ruang bedah Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. Sampel merupakan bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi.<sup>11</sup> Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik

*purposive sampling*.

Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 42 responden dengan kriteria inklusi sebagai berikut: seluruh pasien preoperasi bedah mayor Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang yang menjalani rawat inap minimal 1 (satu) hari sebelum tindakan pembedahan, pasien preoperasi bedah mayor (bedah tumor, bedah thoraks, bedah digestif, bedah urologi, bedah orthopedi, bedah plastik dan bedah vaskular), bersedia menjadi responden dalam penelitian dengan menandatangani *informed consent*, tidak mempunyai riwayat alergi terhadap sitrus aromaterapi, tidak dalam pengaruh obat premedikasi (phenobarbital, diazepam), tidak mengalami gangguan penciuman, pasien tidak pada tingkat panik.

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di IRNA Ibnu Rusyd dan IRNA Siti Walidah RS Muhammadiyah Palembang dimulai tanggal 10-16 Maret 2014. Data primer diperoleh melalui kuisisioner dengan alat ukur APAIS *test* kepada pasien pre operasi yang dirawat di IRNA Ibnu Rusyd dan IRNA Siti Walidah RS Muhammadiyah Palembang. Data primer yang dikumpulkan adalah skor ansietas sebelum dan sesudah pemberian citrus aromaterapi. Pengambilan data dibantu perawat pelaksana ruangan dalam mengontrol faktor perancu.

Instrumen penelitian ini menggunakan skala *Amsterdam Preoperative Anxiety Information Scale* (APAIS). Analisis data menggunakan *dependent t-test* untuk mengetahui pengaruh pemberian sitrus aromaterapi terhadap penurunan tingkat ansietas pada pasien pre-operasi bedah mayor.

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Responden

Berdasarkan usia, distribusi responden terbanyak adalah yang berusia diantara 20 - 40 tahun dengan frekuensi 66,7% dari 42 Sedangkan distribusi responden terkecil adalah

yang berusia < 20 tahun 19,5% responden.

Distribusi frekuensi responden berdasar jenis kelamin dengan frekuensi perempuan 54,8% dari 42 responden, pendidikan terakhir terbanyak adalah SMA dengan frekuensi 45,2% dari 42 responden. Berdasar pekerjaan, distribusi frekuensi pekerja swasta 33,3% sedangkan berdasar operasi yang dijalani, distribusi frekuensi operasi pertama kali 85,7% dari 42 responden.

### Analisis Univariat

#### 1. Tingkat Ansietas Pasien Preoperasi Bedah Mayor sebelum dilakukan Inhalasi Citrus Aromaterapi

**Tabel 1**  
**Skor Ansietas Sebelum dilakukan Inhalasi Citrus Aromaterapi Pada Pasien Preoperasi Bedah Mayor di RS Muhammadiyah Palembang Tahun 2014**

Variabel	Mean	Med	Min-Max	SD	SE	95% CI
Skor ansietas responden sebelum inhalasi sitrus aromaterapi	13,24	14	10-18	1,189	0,055	12,67 – 13,80

Berdasarkan tabel 1, hasil analisis data distribusi frekuensi didapatkan rata – rata skor ansietas sebelum dilakukan inhalasi citrus aromaterapi adalah 13,24 (95% CI 12,67 – 13,80). Skor ansietas terendah 10 dan tertinggi 18, dengan standar deviasi 1,189 dan standar error 0,055.

#### 2. Tingkat Ansietas Pasien Preoperasi Bedah Mayor Sesudah dilakukan Inhalasi Citrus Aromaterapi

**Tabel 2**  
**Skor Ansietas Setelah dilakukan Inhalasi Citrus Aromaterapi Pada Pasien Preoperasi Bedah Mayor di RS Muhammadiyah Palembang Tahun 2014**

Variabel	Mean	Med	Min-Max	SD	SE	95% CI
Skor ansietas responden setelah inhalasi sitrus aromaterapi	8,29	8	6-14	1,904	0,069	7,69 – 8,88

Berdasarkan tabel 2 Hasil analisis data distribusi frekuensi didapatkan rata – rata skor ansietas sebelum dilakukan inhalasi citrus aromaterapi adalah 8,29 (95% CI 7,69-8,88). Skor ansietas terendah 6 dan tertinggi 14 dengan standar deviasi 1,904 dan standar error 0,069.

### Analisis Bivariat

**Tabel 3**  
**Pengaruh Inhalasi Citrus Aromaterapi Pada Pasien Preoperasi Bedah Mayor di RS Muhammadiyah Palembang Tahun 2014**

Var	Mean	SD	t	df	P val
<i>pretest</i>	13,24	1,189	31,747	41	0,001
<i>posttest</i>	8,29	1,904			

Untuk melihat pengaruh dari pemberian citrus aromaterapi terhadap penurunan tingkat ansietas, peneliti menggunakan uji *Dependent T-test*. Pada tabel 3 didapat data *pretest* dan *posttest* penurunan skor ansietas rata-rata adalah 4,952 dengan standar deviasi 1,011 menghasilkan *p value* 0,001. Karena *p value* <  $\alpha$  (0,05). Maka dapat disimpulkan ada

pengaruh pemberian citrus aromaterapi terhadap penurunan tingkat ansietas pasien preoperasi bedah mayor yang signifikan.

## PEMBAHASAN

Penelitian tentang pemberian citrus aromaterapi untuk menurunkan ansietas pada klien preoperasi bedah mayor dilakukan Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pre-eksperimental dengan rancangan *one group pre-post design*. Secara umum karakteristik responden preoperasi bedah mayor yang diamati sebagian besar adalah perempuan sebanyak 23 responden (54,8%) dan baru pertama kali menjalani operasi bedah mayor sebanyak 36 responden (85,7%), sedangkan pendidikan terakhir responden sebagian besar adalah SMA yaitu sebanyak 19 responden (45,2%) dengan pekerjaan responden yaitu swasta sebanyak 14 responden (33,3%) dan IRT sebanyak 12 responden (28,6%).

### **Ansietas Preoperasi Bedah Mayor Sebelum Pemberian Citrus Aromaterapi pada Pasien Bedah Mayor**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 42 responden di IRNA Ibnu Rusyd dan IRNA Siti Walidah Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang, didapat rata-rata skor ansietas sebelum pemberian citrus aromaterapi adalah 13,24 apabila di kategorikkan berada pada tingkat ansietas sedang. Skor terendah 10, sedangkan skor tertinggi 18. Dari distribusi frekuensi sebanyak 36 responden berada pada tingkat ansietas sedang dan 6 responden pada tingkat ansietas berat. Ansietas pasien disebabkan tindakan pembedahan.

Bedah merupakan salah satu upaya yang mendatangkan stress karena terdapat ancaman didalam tubuh, integritas dan jiwa seseorang. Bedah merupakan tahapan dalam proses perioperasi. Tindakan pembedahan mayor

merupakan salah satu stressor yang dapat menimbulkan ansietas pada pasien preoperasi. Secara kognitif persepsi akan adanya cedera akibat pembedahan, serta efek dari anastesi yang dilakukan akan menimbulkan respon ansietas yang dihubungkan dengan adanya rasa nyeri selama pembedahan dan setelah pembedahan, kemungkinan adanya kecacatan, ketergantungan fisik setelah pembedahan dan kemungkinan adanya kematian akibat pembedahan.<sup>1</sup>

Respon ansietas diukur dengan menggunakan skala *Amsterdam Preoperative Anxiety Information's Scale* (APAIS). Dari pengukuran pada responden sebelum pemberian inhalasi citrus aromaterapi skor ansietas pasien adalah terendah 10 dan tertinggi 18 dengan rata-rata 13,24 yang bila ditransformasikan kedalam klasifikasi ansietas berada pada ansietas sedang.

Ansietas sedang ditandai dengan kecendrungan responden yang berfokus pada pemikiran tindakan pembedahan sehingga kurang mampu berfokus pada pemikiran selain tindakan pembedahan dan akibat yang terjadi setelah pembedahan. Selain itu terlihat meningkatnya frekuensi nafas dan frekuensi denyut nadi pasien. Ansietas sedang yaitu cemas yang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang tidak penting.<sup>12</sup>

Dilihat dari faktor-faktor yang mempengaruhi ansietas preoperasi ini, faktor operasi yang pertama kali dijalani menjadi hal yang menonjol, dimana 85,7% dari 42 responden. Selain itu dari karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, responden perempuan berdistribusi terbanyak yaitu 54,8% dari 42 responden, sedangkan karakteristik responden berdasarkan usia dan pendidikan sebagian besar responden berusia 20-40 tahun (66,7%) dan pendidikan SMA (45,2%) dengan pekerjaan sebagian besar responden swasta (33,3%) dan IRT (28,6%).

Pengalaman pertama kali menghadapi pembedahan atau operasi merupakan suatu ancaman eksternal bagi klien dan situasi sulit yang mesti dihadapi bila tidak ingin mengalami ansietas. Menurut teori psikodinamis, keadaan ansietas disebabkan mekanisme koping yang dilakukan berulang dan berlebihan untuk menyelesaikan masalah. Namun di satu sisi ansietas ini akan menstimulus individu tersebut untuk mengendalikan diri atau malah terjatuh pada keadaan panik karena tidak mampu mengatasi sumber ansietas.<sup>13</sup>

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Palese, Cecconi, Moreale, dan Skrap bahwa mereka yang mengalami pengalaman pertama operasi terlebih operasi pada bagian tubuh yang vital, akan mengalami kecemasan yang lebih tinggi bahkan dapat mengalami depresi. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Jawaid, Mushtaq, Mukhtar, dan Khan serta penelitian oleh Roomruangwong, Tangwongchai, dan Chokchainon bahwa klien yang akan dioperasi untuk pertama kalinya memiliki tingkat kecemasan sebelum operasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang telah memiliki pengalaman operasi sebelumnya.<sup>14</sup>

Selain itu dari hasil analisa data menunjukkan faktor jenis kelamin juga mempengaruhi tingkat ansietas seseorang. Menurut Myers menyatakan perempuan lebih cemas akan ketidakmampuannya dibanding dengan laki-laki. Laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif. Selain itu laki-laki lebih rileks dibanding perempuan, perempuan lebih mudah dipengaruhi oleh tekanan-tekanan lingkungan dari pada laki-laki.<sup>15</sup>

Stimulus berupa kecemasan terhadap adanya pembedahan dan proses pembiusan, ditangkap oleh indra baik oleh mata maupun telinga. Dimana pada prosesnya individu melihat kondisi klien lain yang baru keluar dari kamar operasi dalam keadaan

gelisah dan tidak sadar. Selain itu adanya informasi dari pengalaman klien lain tentang ketidaknyamanan operasi juga merupakan stimulus tidak nyaman yang menimbulkan ansietas. Stimulus ini dibawa ke otak (hipotalamus) oleh serabut saraf aferen yang kemudian akan mengaktifasi respon simpatis untuk memenuhi kebutuhan perfusi pada organ vital dengan mengeluarkan hormon epineprin dan norepineprin.<sup>16</sup>

Pada keadaan ansietas terjadi peningkatan produksi norepinefrin yang tidak diimbangi produksi GABA. Sullivan dan Coplan mengungkapkan adanya keterlibatan serotonin (5-HT) atau *5-hidroxytriptamin, neurotransmitter indolamin* yang diproduksi di raphe nucleus biasanya muncul dalam gangguan psikosis dan mood. Serotonin diyakini memainkan peranan dalam kejadian panik dan gangguan ansietas umum, karena serotonin memberikan ketenangan dan membuat emosi stabil. Kekurangan serotonin akan menyebabkan individu menjadi sensitif, tidak dapat fokus terhadap pekerjaan atau apapun, mudah putus asa, tidak dapat berfikir dengan baik dan mudah terganggu.<sup>13</sup>

Perbedaan tingkat ansietas antara laki-laki dengan perempuan ini, sejalan dengan penelitian Trismiati<sup>17</sup> mengenai *Perbedaan tingkat Cemas Antara Pria dan Wanita Akseptor Kontrasepsi Mantap di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta*. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala kecemasan yang dimodifikasi dari skala kecemasan *Trait Manifest Anxiety Scale (TMAS)* dari Janet Taylor. Metode penelitian dengan menggunakan uji t-test dan analisis variansi 3 jalur. Hasil dari penelitian ini menunjukkan ada perbedaan tingkat kecemasan antara pria dan wanita. Hal ini dimanifestasikan dari hasil *p value* 0,023 dengan mean ansietas pada wanita lebih besar dari pria.

Secara kognitif respon yang ditunjukkan dari reaksi ini adalah individu akan tampak

gelisah karena adanya peningkatan denyut jantung dan frekuensi pernapasan serta vasokonstriksi pembuluh darah perifer. Akibatnya individu yang mengalami ansietas akan susah berkonsentrasi, orientasi terhadap lingkungan menurun, daya ingat menurun, orientasi hanya pada saat ini, kehilangan kontrol dan persepsi, bingung, menarik diri bahkan takut pada gambaran visual akan kematian.<sup>17</sup>

Sejalan dengan pernyataan diatas, Taylor mengungkapkan bahwa operasi sendiri adalah pengalaman baru bagi pasien yang akan menimbulkan ansietas, respon pasien dapat ditunjukkan melalui; ekspresi marah, bingung, apatis atau mengajukan beberapa pertanyaan seputar operasi yang akan dilakukan.<sup>6</sup>

Hal ini sesuai dengan informasi dari alat ukur yang digunakan yaitu adanya kekhawatiran akan adanya prosedur anastesi dan pembedahan yang dilakukan dirasakan dan sering mengganggu pikiran individu tersebut. Bila hal ini dibiarkan tanpa dilakukan *treatment* atau terapi maka akan mengganggu proses pembedahan dan pemulihan pasca operasi.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berpendapat, bahwa tindakan bedah mayor adalah tindakan yang mendatangkan ansietas, yang dimanifestasikan sebagai ancaman. Namun tingkat ansietas seseorang berbeda-beda hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yaitu umur, jenis kelamin, pendidikan sebagai respon kognitif dan pengalaman terhadap tindakan operasi bedah mayor.

### **Ansietas Preoperasi Bedah Mayor Setelah Pemberian Citrus Aromaterapi pada Pasien Bedah Mayor**

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 42 responden di IRNA Ibnu Rusyd dan IRNA Siti Walidah Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang, didapat rata-rata skor ansietas

setelah pemberian citrus aromaterapi adalah 8,29 (95% CI 7,69 – 8,88). Apabila dikategorikan berada pada tingkat ansietas ringan. Skor terendah 6, sedangkan skor tertinggi 14. Dari distribusi frekuensi sebanyak 31 responden berada pada tingkat ansietas ringan dan 11 responden pada tingkat ansietas sedang. Hal ini diasumsikan pengaruh pemberian inhalasi citrus aromaterapi.

Citrus aromaterapi adalah salah satu *anxiolytic* atau bahan yang dapat digunakan untuk menurunkan ansietas<sup>9</sup>. Hal ini dikarenakan adanya bahan aktif berupa *linalool* yang merupakan salah satu minyak atsiri yang berada dalam tumbuhan *Citrus L laurentium*.<sup>18</sup> *Linalool* berfungsi sebagai *anxiolytic* atau zat yang dapat menurunkan ansietas, aktifitas utamanya adalah meningkatkan kekebalan tubuh serta melancarkan sirkulasi dan meningkatkan respon eksitasi sel.<sup>8</sup>

Citrus aromaterapi dapat menurunkan ansietas melalui mekanisme sistem penciuman. Dimana bau yang dihasilkan ditangkap oleh *olfactory epithelium*, yang merupakan suatu reseptor yang berisi 20 juta ujung syaraf. Selanjutnya, bau tersebut akan ditransmisikan sebagai suatu pesan ke pusat penciuman yang terletak pada bagian belakang hidung.<sup>8</sup>

Dari sini bau yang mengandung ion minyak atsiri berbau aktif *linalool* tersebut dibawa neuron menuju sistem limbik untuk diteruskan ke hipotalamus. Di hipotalamus bau tersebut akan merangsang kelenjar pituitary untuk melepaskan agen kimia kedalam sirkulasi darah untuk mengatur kelenjar adrenal dan tiroid supaya menurunkan aktifitasnya yang sebelumnya dirangsang oleh adanya stimulus stressor yang menimbulkan reaksi hormon epineprin dan norepineprin. Bau ini juga merangsang daerah di otak yang disebut raphe nucleus untuk mengeluarkan sekresi serotonin yang menimbulkan efek rileks sebagai akibat inhibisi eksitasi sel.<sup>19</sup>

Bila semula sebelum pemberian citrus aromaterapi kognitif klien menunjukkan adanya penyempitan lapang persepsi, penurunan perhatian dan konsentrasi terhadap proses yang terjadi di sekitarnya maka setelah pemberian citrus aromaterapi mengalami hal sebaliknya. Perasaan rileks yang dihasilkan oleh citrus aromaterapi dikarenakan kembalinya sirkulasi secara normal, yang mempengaruhi fungsi kognitif menjadi lebih baik dimana lapang persepsi kembali melebar, fokus kembali terjaga dan penyelesaian masalah dapat diarahkan ke respon yang lebih konstruktif sebagai dampak dari menurunnya ansietas.<sup>19</sup>

Dengan adanya penurunan ansietas dari sedang menjadi ringan, maka klien pre operasi dapat diorientasikan kembali untuk memahami bagaimana dampak dari ansietas tersebut akan mengganggu proses operasi dan pemulihan, disini pentingnya informasi yang akurat tentang apa itu pembedahan dan anastesi agar klien tahu dan sadar apa yang akan dihadapi. Sehingga klien menggunakan pembelajaran yang ada dan memvalidasinya secara kognitif sebagai mekanisme koping.<sup>16</sup>

Inhalasi merupakan salah satu cara yang diperkenalkan dalam metode terapi aroma yang paling sederhana dan cepat. Inhalasi juga merupakan metode yang paling tua dalam aromaterapi. Aromaterapi masuk dari luar kedalam tubuh dengan satu tahap dengan mudah, melewati paru-paru dialirkan ke pembuluh darah melalui alveoli.<sup>19</sup>

Hidung mempunyai dua fungsi yang jelas yaitu sebagai penghangat dan penyaring udara yang masuk, dimana merupakan salah satu bagian dari system dalam *olfactory*. Inhalasi sama dengan penciuman, dimana dengan mudah merangsang *olfactory* setiap kali bernafas dan tidak akan mengganggu system pernafasan normal apabila mencium bau yang berbeda dari minyak essensial.<sup>20</sup>

Teknik relaksasi napas dalam mampu meningkatkan ventilasi alveoli, mengurangi stress baik stress fisik maupun emosional yaitu menurunkan intensitas nyeri dan menurunkan ansietas. Teknik ini menurunkan ansietas dengan merelaksasikan otot-otot skelet yang mengalami spasme yang disebabkan oleh peningkatan prostaglandin sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah dan akan meningkatkan aliran darah, dan merangsang tubuh untuk melepaskan opioid endogen yaitu endorphin dan enkefalin.<sup>16</sup>

Adanya endorfin dan enkefalin akan menimbulkan perasaan rileks dan bahagia pada klien yang mengalami ansietas sehingga fungsi kognitif dan mekanisme kopingnya akan membaik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suprpto<sup>6</sup> mengenai *Pengaruh Citrus Aromaterapi Terhadap Penurunan Ansietas Pada Klien Preoperasi Sectio Cesarean Di Ruang Brawijaya RSUD Kepanjen Kabupaten Malang*. Dalam penelitian tersebut, peneliti menggunakan *true eksperimen* dengan 20 responden pada masing-masing kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Dalam hasil uji dependen T-test didapat *p value* 0,037 dikarenakan nilai  $p < \alpha$  0,05 maka penelitian ini diasumsikan ada pengaruh citrus aromaterapi terhadap penurunan ansietas.

Dari penelitian yang peneliti lakukan, dapat dilihat rata-rata penurunan terlihat jelas bahwa citrus aromaterapi dapat menurunkan skor ansietas dengan rata-rata 4,925. Sehingga dapat diambil generalisasi bahwa ada pengaruh pemberian citrus aromaterapi dalam menurunkan tingkat ansietas pada klien preoperasi bedah mayor.

### **Pengaruh Citrus Aromaterapi Terhadap Ansietas Pasien Preoperasi Bedah Mayor**

Untuk melihat pengaruh dari pemberian citrus aromaterapi terhadap penurunan tingkat

ansietas, peneliti menggunakan uji *Dependent T-test* dengan syarat data berdistribusi normal, setelah menganalisa karakteristik responden. Pada tabel 3 terlihat data *pretest* dan *posttest* penurunan skor ansietas rata-rata adalah 4,952 dengan standar deviasi 1,011 menghasilkan *p value* 0,001. Karena *p value* <  $\alpha$  (0,05) maka hipotesis diterima. Hal ini menyatakan ada pengaruh pemberian citrus aromaterapi terhadap pada pasien preoperasi bedah mayor yang signifikan.

Citrus aromaterapi adalah salah satu *anxiolytic* atau bahan yang dapat digunakan untuk menurunkan ansietas.<sup>9</sup> Hal ini dikarenakan adanya bahan aktif berupa *linalool* yang merupakan salah satu minyak atsiri yang berada dalam tumbuhan *Citrus L. aurantium*. *Linalool* berfungsi sebagai *anxiolytic* atau zat yang dapat menurunkan ansietas, aktifitas utamanya adalah meningkatkan kekebalan tubuh serta melancarkan sirkulasi dan meningkatkan respon eksitasi sel.<sup>18</sup>

Asumsi peneliti senada dengan penelitian tentang *Effects of the essential oil from Citrus aurantium L. in experimental anxiety models in mice*. Minyak esensial yang digunakan *limonene* (97.83%) dan *myrcene* (1.43%) dan *one aldehyde: octanal* (0.45%). Peneliti ini menggunakan metode *true eksperimen* dengan membandingkan kelompok kontrol dengan kelompok perlakuan dengan menggunakan kotak gelap dan kotak terang, dan satu kelompok diberikan 1,0 mg/kg diazepam<sup>4</sup>.

Setelah 15 hari diberikan perlakuan, perilaku tikus di kelompok perlakuan mirip dengan hewan yang diobati dengan 1,0 mg/kg diazepam. Dari hasil penelitian ini peneliti menyatakan minyak esensial berpengaruh terhadap penurunan tingkat ansietas yang dilakukan pada tikus. Kandungan minyak esensial pada penelitian tersebut, juga terkandung dalam minyak esensial *finger citroen* yang peneliti gunakan, meski dengan kandungan yang berbeda namun hal ini

memberikan pengaruh yang positif terhadap penurunan tingkat ansietas.

Dari hasil penelitian yang peneliti lakukan dengan konsep teoritis dan hasil penelitian terkait yang ada, dapat digeneralisasikan bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian citrus aromaterapi terhadap penurunan tingkat ansietas pasien preoperasi bedah mayor.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih banyak memiliki keterbatasan yang tidak dapat dikontrol oleh peneliti, yang diantaranya adalah:

1. Metode penelitian  
Metode dalam penelitian ini adalah *preeksperimental*, sehingga tidak dapat menjamin keberhasilan untuk *treatment* jangka panjang.
2. Keterbatasan dalam mengumpulkan data dari responden  
Peneliti hanya mengkhususkan penelitian terhadap respon kognitif, maka aspek fisiologis klien seperti tanda dan gejala fisik tidak dimasukkan dalam variabel yang diteliti peneliti sebagai data dukung. Selain itu beberapa faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi terjadinya ansietas seperti faktor dukungan keluarga, ekonomi dan lingkungan juga tidak peneliti masukkan kedalam variabel penelitian. Untuk penelitian sejenis nantinya diharapkan keterbatasan ini dapat diminimalkan dengan memasukkan variabel-variabel lainnya seperti respon fisiologis sebagai pembanding dan penguat dari hasil penelitian yang hanya berfokus pada fungsi kognitif. Dikarenakan pada ansietas tidak hanya kognitif yang terganggu melainkan juga fisiologis dan psikologis.
3. Keterbatasan dalam mengontrol faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya ansietas  
Peneliti berfokus pada penurunan respon kognitif klien terhadap ansietas menggunakan citrus aromaterapi, peneliti

tidak mengintervensi penyebab dari ansietas itu sendiri. Dimana walaupun secara umum respon klien terhadap ansietas menurun, namun faktor penyebabnya tetap ada dan berpotensi menimbulkan serangan cemas berulang. Diharapkan pada penelitian selanjutnya selain mencari dan menguji kebenaran hipotesis juga memberikan solusi atau *treatment* pada faktor yang menyebabkan terjadinya ansietas agar responden mendapatkan nilai tambah dalam mengikuti penelitian ini, selain gejala dari ansietas dapat berkurang penyebabnya pun dapat dihilangkan atau dikurangi.

## SIMPULAN

1. Rata – rata skor ansietas pasien preoperasi bedah mayor sebelum melakukan inhalasi citrus aromaterapi adalah 13,24 (1,189).
2. Rata – rata skor ansietas pasien preoperasi bedah mayor sebelum melakukan inhalasi citrus aromaterapi adalah 8,29 (1,904).
3. Ada pengaruh citrus aromaterapi terhadap ansietas pada pasien preoperasi bedah mayor dengan hasil uji statistic  $p$  value = 0,001 yang menunjukkan ada pengaruh dilihat dari perbedaan hasil sebelum dilakukan dan setelah dilakukan inhalasi citrus aromaterapi di IRNA Ibnu Rusyd dan IRNA Siti Walidah Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang.

## REFERENSI

1. Niken. (2011). *Aromaterapi Melepaskan Emosi Negatif*. <http://nikenpramada.blogspot.com> di akses pada 23 November 2013
2. Wong, C. (2010). *Aromatherapy For Anxiety*. <http://altmedicine.about.com> diakses pada 10 Desember 2013
3. Notoatmojo, S. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

4. Hastono, P S., & Sabri L. (2011). *Statistik Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
5. Kozier, E. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses & Praktik edisi 7 volume 2*. Jakarta: EGC
6. Videbeck, S L., (2008). *Psychiatric Mental Health Nursing, Lippincot William & Wilkins*. Jakarta: EGC.
7. Tsang, H.W & Ho T.Y. (2010). *A systematic review on the anxiolytic effects of aromatherapy on rodents under experimentally induced anxiety models*. *Rev Neurosci*. 2010;21(2):141-52. [jurnal Online] <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/20614803> diakses pada 23 November 2013
8. Nishimori, et all. (2002). *Translation And Validation Of The Amsterdam Preoperative Anxiety And Information Scale (APAIS) For Use In Japan* (Jurnal Online) <http://www.springerlink.com/index/EPBX YQ9DABTJ06CN.pdf> diakses pada 25 November 2013
9. Smeltzer, S.C. & Bare, B.G. (2002). *Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth Edisi 8 Volume 1*. Jakarta:EGC
10. Trismiati. (2004). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Pria dan Wanita Akseptor Kontrasepsi Mantap Di RSUP Dr Sardjito Yogyakarta*. (Skripsi Tidak Diterbitkan) Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang.
11. Astarini, P H. (2010). *Minyak Atsiri Dari Kulit Buah Citrus Grandis, Citrus Aurantium (L.) Dan Citrus Aurantifolia (Rutaceae) Sebagai Senyawa Antibakteri Dan Insektisida*. [Jurnal Online] <http://digilib.its.ac.id/ITS-Undergraduate-3100011041938/1346> diakses pada 25 November 2013
12. Buckle, J. (2003). *Clinical Aromateraphy: Essential Oil in Practice*. London: Churcill Livingstone

13. Ade, P., Galindo, LA., & Costa, M. (2006).  
*Effects Of The Essential Oil From Citrus  
Aurantium L. In Experimental*

*Anxiety Models In Mice.* (Jurnal Online)  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2014803> diakses pada 25 November 2013