



Pengaruh Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Apendicitis Di Ruang Belimbing Rawat Inap Bedah RSUD Cengkareng Tahun 2024

The Effect of Rose Aromatherapy on Anxiety Levels in Pre-Operative Appendicitis Patients in the Belimbing Surgical Inpatient Room of Cengkareng Regional Hospital in 2024

Ayu Hanifah¹, Marisca Agustina², Aisyah Safitri³

Program Study Sarjana Keperawatan Universitas Indonesia Maju

Email : mariscakusumo@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 10-04-2025

Revised : 12-04-2025

Accepted : 14-04-2025

Published : 16-04-2025

Abstract

Background : Anxiety in pre-operative patients is a challenge in the world of health, where operations can be canceled if they do not meet the operating requirements. The prevalence of patients suffering from appendicitis is still very high based on data from WHO and the Indonesian Ministry of Health. There are several effective ways to reduce preoperative anxiety, one of which is by administering aromatherapy. Rose aromatherapy has an essential aroma and has many health benefits. At Cengkareng Regional Hospital, preoperative patient anxiety is a problem that requires a holistic approach. Method : through simple statistical experimental research analysis with one group pre and post test analysis without test control to see the effect using the Wilcoxon test. With a total of 15 samples used as respondents based on minimum standards in simple experimental research, rose aromatherapy was given for 30 minutes. The anxiety instrument used in the pre and post test is the DASS, to see the patient's anxiety level. Results : shows a significance p-value of 0.001 which is smaller than $\alpha < 0.05$. With a z value of -3.417^b, the Wilcoxon test shows a positive effect. Conclusion : Giving rose aromatherapy to pre-appendectomy patients is effective in improving patient anxiety, thereby facilitating patient readiness for surgery.

Keywords: *Aromatherapy, Appendicitis, Roses*

Abstrak

Latar Belakang : Kecemasan pada pasien pre operasi menjadi tantangan dalam dunia kesehatan, dimana operasi dapat dibatalkan jika tidak memenuhi syarat operasi. Prevalensi pasien yang menderita *appendicitis* masih sangat tinggi berdasarkan data WHO dan Kementerian Kesehatan RI. Ada beberapa cara yang efektif dalam menurunkan kecemasan pre operasi salah satunya dengan pemberian aromaterapi. Aromaterapi bunga mawar memiliki aroma yang essensial dan memiliki banyak kashiat kesehatan. Di RSUD Cengkareng kecemasan pasien pre operasi menjadi masalah yang perlu pendekatan holistik. Metode: melalui penelitian eksperimen analisis statistik sederhana dengan one group pre dan posttest tanpa kontrol uji analisis untuk melihat pengaruh menggunakan *Wilcoxon test*. Dengan jumlah 15 sampel yang di jadikan responden digunakan berdasarkan standar minimal dalam penelitian eksperimen sederhana, diberikan aromaterapi bunga mawar dengan durasi 30 menit. Instrumen kecemasan yang digunakan pada pre dan post test adalah *DASS*, untuk melihat tingkat kecemasan pasien. Hasil: menunjukkan nilai signifikasi *p-value* 0,001 dimana lebih kecil dari $\alpha < 0,05$. Dengan nilai z -3.417^b Pada uji *Wilcoxon* menunjukkan pengaruh positif. Kesimpulan : Pemberian aromaterapi bunga mawar pada pasien pre operasi *apendicitis* efektif dalam memperbaiki kecemasan pasien, sehingga dapat memperlancar persiapan pasien operasi.

Kata Kunci : *Aromaterapi, Apendicitis, Bunga Mawar*



PENDAHULUAN

WHO (2021) menyebutkan bahwa insiden radang usus buntu atau apendisitis di seluruh dunia pada tahun 2020 mencapai 7% dari jumlah populasi global. Di Asia, insiden apendisitis pada tahun 2020 adalah sebesar 2,6% dari total populasi (WHO, 2021). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI, kejadian apendisitis di Indonesia pada tahun 2020 tercatat sebanyak 621.435 kasus dari populasi, menunjukkan peningkatan dari 596.132 kasus pada tahun sebelumnya, menjadikannya penyakit tidak menular tertinggi kedua di Indonesia (Ronika et al., 2023).

Menurut Riskesdas 2018 yang dikutip dalam Widianti (2022), prevalensi penderita apendisitis di Provinsi Lampung meningkat dari 1.246 kasus pada tahun 2013 menjadi 1.292 kasus pada tahun 2018. Survei di 15 provinsi di Indonesia pada tahun 2014 melaporkan bahwa jumlah kasus apendisitis yang dirawat di rumah sakit mencapai 4.351 kasus, mengalami peningkatan signifikan dibandingkan tahun sebelumnya yang tercatat sebanyak 3.236 kasus. Di Jakarta, pada awal tahun 2014, tercatat 1.889 kasus apendisitis yang dirawat di rumah sakit, menunjukkan bahwa apendisitis merupakan penyakit tidak menular terbanyak kedua di Indonesia. Data terbaru dari Ruang Belimbing Rawat Inap Bedah RSUD Cengkareng menunjukkan bahwa dari Januari hingga Juli 2024, terdapat 106 kasus apendisitis yang menjalani operasi apendektomi (Data Register Medical Record RSUD Cengkareng, 2024).

Apendisitis dapat menyebabkan komplikasi serius seperti perforasi atau sepsis jika tidak diobati segera, yang dapat berujung pada kematian. Oleh karena itu, tindakan bedah, yaitu apendektomi, merupakan satu-satunya metode kuratif untuk mengatasi apendisitis. Operasi ini sering kali menimbulkan dampak biopsikososial spiritual pada pasien, salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan pasien biasanya tampak dalam bentuk ekspresi marah, kebingungan, apatis, atau sering mengajukan pertanyaan (Sholikha et al., 2019).

Anisah & Maliya (2021) dalam Afnitamal & Munif (2024) mengemukakan bahwa banyak sekali hal negatif yang merugikan pasien ketika tidak dapat mengontrol kecemasan sebelum melakukan tindakan pre operasi. Kecemasan adalah suatu perasaan tidak nyaman yang samar samar yang disebabkan oleh ketidaknyamanan atau rasa takut yang disertai dengan reaksi (Wulandari, 2023). Bolla IN, 2018 dalam Dian Sukma Kenangasari (2024) mengemukakan bahwa jika seseorang mengalami kecemasan gejala yang timbul bisa gejala subyektif yang hanya bisa dirasakan oleh penderita sendiri disertai gejala fisik yang dapat diperiksa secara obyektif.

Ayunda Occariswana Rindiani (2024) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi teknik relaksasi aromaterapi mawar sebanyak 1x sehari dengan pengukuran skala kecemasan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* terdapat pengaruh teknik relaksasi aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Selain itu dia juga mengemukakan bahwa banyak sekali hal negatif yang merugikan pasien ketika tidak dapat mengontrol kecemasan sebelum melakukan tindakan pre operasi. Oleh karena itu, pasien harus mampu mendistraksi hal tersebut dengan sesuatu yang pasien suka ataupun dengan sesuatu yang dapat membantu menurunkan kecemasan tersebut.

Aromaterapi mawar memiliki khasiat sebagai anti depresi, menurunkan tekanan darah, serta mampu mengatasi insomnia, migran, ketegangan saraf, kesedihan, stres dan kecemasan (Ayunda Occariswana Rindiani, 2024). Mawar merupakan tanaman hias berupa herbal dengan batang berduri



salah satu tanaman Semak dari gen rosa, sekaligus dijadikan nama bunga untuk tanaman ini (Adisa, 2023). Bunga mawar mengandung finitil alcohol, citrenellol, nonadecane, geraniol, nerol, ethanol, heneicosane dan akemferol. Essen mawar ini sering digunakan dalam pengobatan herbal karena memiliki efek relaksan, analgesic antitusif, hipnotis, antioksidan, antibakteri, anti inflamasi, anti depresan, dan anti diabetes (Anggaeni, 2024).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di ruang rawat inap dewasa Belimbing RSUD Cengkareng mendapati terdapat 5 pasien yang terdiagnosis appendicitis mengalami penundaan operasi dengan berbagai alasan dan salah satunya adalah kecemasan. Dampak dari kecemasan ini menyebabkan gangguan pada sirkulasi yaitu tekanan darah pasien menjadi meningkat, khawatir karena puasa yang terlalu lama sehingga pasien tidak kuat, timbul marah, sulit mengontrol emosi dan akhirnya minum makan dengan sendirinya, dan ada lagi ketika sudah diantar ke ruang operasi pasien tiba tiba menolak karena takut.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti ingin mengetahui pengaruh aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre-operasi apendisitis di ruang rawat inap bedah Belimbing, RSUD Cengkareng.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *quasi eksperiment one-group pre-test-post-test* tanpa kelompok kontroll. Sample penelitian ditentukan berdasarkan jumlah sample minimal dalam penelitian eksperimental sederhana adalah sebanyak 10-20 responden menurut Roscoe dalam Sugiyono (2018). Sehingga peneliti memutuskan dalam penelitian ini mengambil 15 responden pada group test nya. Selain itu peneliti menggunakan tehnik sampling *non-probabilitas*, dimana peneliti mendapatkan responden secara kebetulan jika di anggap cocok. Kriteria yang di tentukan peneliti adalah pasien dengan diagnosa *Appendicitis*, usia diatas 13 tahun, dapat membaca menulis, berkomunikasi dengan baik, yang akan dilakukan tindakan operasi dan bersedia menjadi responden. Akan tetapi sample tidak menjadi responden jika pasien tidak sadar, akan dirujuk, dan meninggal dunia.

Kuisisioner yang dipakai dalam penelitian ini ialah skala kecemasan *Depression Anxiety Stress Scales (DASS 42)* dengan kategori tingkat kecemasan normal, ringan, sedang parah, sangat parah.). Skala ini dibuat oleh Lovibond tujuannya adalah untuk mengukur status emosional negative dari depresi, kecemasan, dan stress (Ns. Lydia Moji Lautan and Ns. Elisabeth Wahyu Savitri, 2021).

Adapun intervensi yang diberikan dengan aromaterapi bunga mawar ini menggunakan SOP yang digunakan dalam Adel Dwi Lestari (2022), untuk mengatasi kecemasan pasien. Peneliti menuangkan 1 tetes minyak essensial mawar pada diffuser dan memberikannya kepada pasien untuk dihirup selama 30 menit. Alat diffuser di letakkan di samping pasien yang akan menjalani operasi dengan kecemasan. Sebelumnya, peneliti mengatur posisi pasien senyaman mungkin selama proses terapi, dan jika terjadi hal-hal kontra indikasi terapi inhlasi segera dihentikan.

Pada saat pengumpulan data responden peneliti juga memperhatikan prinsip etika penelitian yang terdiri dari *Informed Consent, Anonimity, Non Maleficience, Beneficiency, dan Justice*. Selain itu melakukan penelitian dalam kurun waktu 2 bulan dari November sampai dengan Desember 2024 di Ruang Belimbing Rawat Inap Bedah RSUD Cengkareng.



Analisa data yang digunakan oleh peneliti untuk melihat signifikansi pada pre dan post test kecemasan pasien appendicitis pre operasi yaitu dengan uji *Wilcoxon test (Non Parametrik)* dengan Confident Interval 95% atau tingkat kesalahan 0.05.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian dari 15 sample yang menjadi responden terdiri dari karakteristik umur, jenis kelamin, dan pendidikan. Responden memiliki kriteria dewasa (19-44 tahun) sebanyak 10 orang (66,7%) dan Pra Lanjut (45-59 tahun). Jumlah jenis kelamin pada penelitian terdiri dari laki-laki sebanyak 7 orang (46,7%) dan Perempuan 8 orang (53,3%). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan yaitu terdiri dari mayoritas 13 orang berpendidikan terakhir SMA (86,6%), 1 orang dengan pendidikan terakhir SMP (6,7%), 1 orang berpendidikan terakhir Sarjana (S1) (6,7%).

Tabel 1.1 Gambaran kecemasan pre-post aromaterapi bunga mawar.

DASS	Pre-Test		Post-Test	
	f	%	f	%
Normal	0	0	15	100%
Ringan	9	60%	0	0
Sedang	6	40%	0	0
Total	15	100%	15	100%

Berdasarkan pada tabel 1.1 menunjukkan bahwa mayoritas responden pada saat sebelum di berikan aroma terapi bunga mawar memiliki hasil kecemasan menggunakan instrument DASS sebanyak 9 orang atau 60%. Selain itu dari 15 orang responden terdapat 6 orang dengan nilai kecemasan sedang atau 40%. Akan tetapi tidak ada responden dengan katagori kecemasan normal, parah, dan sangat parah Setelah diberikan aromaterapi bunga mawar. responden memiliki tingkat kecemasan 100% atau seluruhnya dari 15 responden menunjukkan kecemasan normal. Selain itu tidak ada responden yang setelah diberikan aroma terapi bunga mawar dengan tingkat kecemasan ringan, sedang, parah dan sangat parah.

Tabel 1.2 Hasil Uji *Wilcoxon test (Non Parametrik)*

Kecemasan (DASS)	z	p-value	Kesimpulan
Pre-Post Test	-3.417 ^b	0,001	Signifikan

Berdasarkan hasil pada tabel 1.2 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi memiliki hasil yang signifikan dengan nilai *p-value* 0,001. Nilai p dikatakan signifikan jika hasil analisis menunjukkan nilai lebih kecil dari $\leq \alpha$ (0,05). Selain hal tersebut peneliti juga menganalisis dengan nilai *Confident Interval* 95% atau tingkat kesalahan 0.05 pada uji analisis uji *Wilcoxon test (Non Parametrik)*. Dari hasil uji statistik uji *Wilcoxon test* didapatkan nilai z -3.417^b yang mana dapat disimpulkan pada hipotesis penelitian pengaruh positif diterima.

Pembahasan

Gambaran Karakteristik pada penderita appendiksitis.

Dari data yang didapatkan peneliti pasien dengan appendiksitis yang akan menjalani operasi pada jumlah total responden yaitu 15 orang dengan karakteristik pada usia, jenis kelamin, dan



tingkat pendidikan. Usia responden pada penelitian lebih cenderung dalam katagori dewasa awal dengan persentasi 66,7%, selain itu jenis kelamin yang lebih dominan adalah Perempuan dengan persentasi 53,3% dan Tingkat pendidikan yang lebih banyak adalah SMA dengan persentase 86,6%.

Appendiksitis adalah keadaan darurat medis yang umum terjadi ketika usus buntu menjadi meradang. Kondisi ini dapat mempengaruhi individu dari segala usia dan jenis kelamin, tetapi ada karakteristik tertentu dari kelompok usia atau jenis kelamin yang mungkin lebih rentan mengembangkan apendisitis. Memahami karakteristik terkait usia dan jenis kelamin dari mereka yang terkena apendisitis dapat membantu penyedia layanan kesehatan mendiagnosis dan mengobati kondisi ini dengan lebih efektif. Faktor usia hanya satu dari banyak faktor yang dapat mempengaruhi risiko seseorang terkena apendisitis, sehingga tidak dapat dijadikan patokan tunggal untuk diagnosis atau penanganan kondisi tersebut.

Beberapa penelitian juga mendapati karakteristik pada usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan pada pasien apendisitis. Usia yang rentan terkena appendicitis adalah usia di bawah 35 tahun (Anjani et al., 2024). Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini. Selain itu, masih ada kemungkinan individu di atas usia 35 tahun juga bisa terkena apendisitis. Meskipun demikian, pada umumnya risiko terkena apendisitis lebih tinggi pada usia muda karena ukuran dan keadaan apendiks yang rentan terhadap infeksi pada usia tersebut.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Adhar Arifuddin, jenis kelamin laki-laki lebih banyak terkena apendisitis akut dibandingkan jenis kelamin perempuan (Agung et al, 2022) (Waluddin Awaluddin, 2020). Hal tersebut tidak sama dengan hasil penelitian ini dimana, jenis kelamin yang cenderung adalah Perempuan. Hal ini mungkin disebabkan oleh perbedaan anatomi organ reproduksi antara pria dan wanita. Selain itu, faktor-faktor genetik dan hormonal juga dapat memengaruhi tingkat risiko seseorang terkena apendisitis akut. Meskipun demikian, apendisitis tetap dapat terjadi pada siapa pun tanpa memandang jenis kelamin.

Selain itu tingkat pendidikan yang terkena apendisitis dapat mempengaruhi tingkat kecemasan pasien pra operasi appendiktomi. Pasien dengan pendidikan tinggi cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah karena memiliki pengetahuan yang lebih luas dalam menghadapi kecemasan karena kondisi sakitnya (Wildan et al., 2021) (Stefanus and Anna., 2018) (Nanda and Febrina., 2019). Tingkat pendidikan pasien apendisitis sebagian besar rendah, menurut penelitian di RSUP Dr. Sardjito, Yogyakarta. (Wildan et al., 2021). Hal ini dapat disebabkan oleh akses terbatas terhadap informasi kesehatan dan kurangnya pemahaman tentang prosedur medis. Selain itu, pasien dengan pendidikan rendah mungkin juga kurang percaya diri dalam mengambil keputusan terkait perawatan kesehatan mereka. Oleh karena itu, penting bagi tenaga medis untuk memberikan informasi yang jelas dan mendukung agar dapat mengurangi kecemasan pasien sebelum menjalani operasi appendiktomi.

Menurut asumsi peneliti faktor-faktor karakteristik tersebut dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang kelompok pasien yang rentan terhadap apendisitis. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa adanya perbedaan signifikan dalam kasus apendisitis berdasarkan usia dan tingkat pendidikan. Hal ini menunjukkan pentingnya memperhatikan karakteristik pasien dalam upaya pencegahan dan penanganan penyakit apendisitis yang dapat mempengaruhi kecemasan ketika akan menjalani operasi. Oleh karena itu, penting bagi penyedia layanan kesehatan untuk tetap waspada terhadap gejala apendisitis pada pasien dari segala usia, jenis kelamin dan tingkat



pendidikan tanpa terbatas pada rentang tertentu. Sehingga, dapat memberikan terapi yang tepat pada pencegahan penyakit dan kecemasan pasien sebelum operasi.

Kecemasan sebelum diberikan aromaterapi bunga mawar

Sebelum pemberian aromaterapi paling banyak tingkat kecemasan responden adalah tingkat cemas ringan dan sedang. Dari total 15 responden dengan diagnosa *appendicitis* yang akan menjalani operasi 9 orang atau 60 % dengan tingkat kecemasan ringan, dan 6 orang atau 40% tingkat kecemasan sedang.

Munculnya kecemasan tersebut dapat disebabkan karena tindakan operasi merupakan pengalaman yang pertama. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Palese, Cecconi, Moreale, dan Skrap (2012) 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 Roomruangwong, Tangwongchai, dan Chokchainon (2012) bahwa klien yang akan dioperasi untuk pertama kalinya memiliki tingkat kecemasan sebelum operasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang telah memiliki pengalaman operasi sebelumnya.

Ns. Anipah et al., (2024) mengemukakan bahwa rentang respon kecemasan (Ansietas) digambarkan kedalam empat tingkatan. Kecemasan ringan terjadi karena adanya tekanan dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan sedang merupakan perasaan yang mengganggu karena adanya hal yang salah sehingga menjadi gugup dan gelisah. Seseorang dengan kecemasan tingkat berat cenderung fokus pada detail spesifik dan tidak memikirkan hal lain anik melibatkan hilangnya control diri, kehilangan perhatian, kebingungan, ketakutan, teror, serta ketidak mampuan melakukan sesuatu meski dengan arahan. Kecemasan dapat mempengaruhi kesejahteraan pasien dan juga hasil operasi yang dijalani. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pasien sebelum operasi.

Tingkat kecemasan pada pasien sebelum operasi dapat bervariasi tergantung pada pengalaman operasi sebelumnya dan jenis operasi yang akan dilakukan. Mayoritas pasien yang belum pernah menjalani operasi sebelumnya cenderung normal atau tidak cemas. Namun, pasien yang akan menjalani operasi jenis mayor mungkin mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi, seperti takut akan sakit atau kehilangan kesadaran (Maria, Dagobercia, et al, 2012). Teknik relaksasi seperti nafas dalam terbimbing dapat efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien preoperasi, dengan sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah menerapkan teknik tersebut (Sri, Puguh Kristiyawati, and Eko Ch Purnomo S, 2013).

Menurut asumsi peneliti kecemasan sebelum operasi dapat mempengaruhi hasil operasi secara keseluruhan karena kecemasan dapat mempengaruhi fungsi tubuh pada pasien pre operasi, yang jika tidak ditangani dengan cepat dapat mengganggu proses operasi atau bahkan menyebabkan batal operasi. Kecemasan sebelum operasi adalah pengalaman umum yang dapat berdampak signifikan pada kesejahteraan dan pemulihan keseluruhan pasien. Memahami dan menangani kecemasan pra-operasi sangat penting untuk memastikan pengalaman bedah yang sukses bagi pasien. Memberikan informasi kepada pasien tentang prosedur, mendiskusikan kekhawatiran mereka, dan menawarkan strategi koping dapat membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan hasil.



Kecemasan setelah diberikan aromaterapi bunga mawar

Setelah dilakukan pemberian aromaterapi tidak lagi ditemukan responden dengan kecemasan ringan atau sedang, namun terjadi peningkatan jumlah pada kategori kecemasan normal dari 0 orang menjadi 15 orang. Di lain sisi, terdapat peningkatan jumlah responden dengan cemas ringan dari 6 orang dan sedang 9 orang menjadi normal semua 100% setelah diberikan aromaterapi. Perubahan jumlah responden ke arah tingkat kecemasan yang lebih baik ini dimungkinkan karena adanya intervensi yang diberikan yaitu aromaterapi bunga mawar.

Penelitian sebelumnya pemberian aroma terapi sebelum operasi dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien dengan anestesi spinal, seperti yang dilaporkan dalam penelitian oleh Muzzarelli et al. (2006) (Rodhi, 2013). Aromaterapi telah terbukti membuat pasien merasa lebih nyaman dan mengalami penurunan tingkat kecemasan sebelum operasi menggunakan aromaterapi lavender (Argi & Susi, 2013). Meskipun aromaterapi mungkin memiliki manfaat dalam meningkatkan suasana hati dan mengurangi stres, penting untuk dicatat bahwa respons individu terhadap aroma dapat bervariasi dan tidak semua orang mungkin mengalami efek yang sama. Selain itu, efektivitas aromaterapi dalam mengurangi kecemasan sebelum operasi juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti kesehatan umum individu dan riwayat medis.

Aromaterapi dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien sebelum operasi, seperti hasil penelitian sebelumnya menunjukkan penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan aromaterapi chamomile atau lavender (Novita & Aris, 2021)(Ahmad & Yakobus, 2024)(Amalia et al., 2020). Aromaterapi juga telah terbukti dapat meningkatkan mood dan membantu mengurangi stres pada individu. Selain itu, penggunaan aromaterapi telah terbukti dapat meningkatkan kualitas tidur dan membantu mengurangi gejala depresi.

Mawar merupakan tanaman hias berupa herbal dengan batang berduri salah satu tanaman Semak dari gen *rosa*, sekaligus dijadikan nama bunga untuk tanaman ini (Adisa, 2023). Bunga mawar mengandung finitil alcohol, citrenellol, nonadecane, geraniol, nerol, ethanol, heneicosane dan akemferol. Essen mawar ini sering digunakan dalam pengobatan herbal karena memiliki efek relaksan, analgesic antitusif, hipnotis, antioksidan, antibakteri, anti inflamasi, anti depresan, dan anti diabetes (Anggaeni, 2024).

Menurut asumsi peneliti aroma menenangkan dari mawar telah lama dikenal memiliki efek menenangkan pada pikiran dan tubuh. Dalam masa kecemasan dan stres, aroma mawar dapat membantu meredakan ketegangan dan mempromosikan relaksasi. Selain itu, bunga mawar juga dipercaya memiliki sifat penyembuhan yang dapat meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan. Dengan menghirup aroma mawar secara teratur, seseorang dapat merasakan manfaat positifnya dalam menjaga keseimbangan emosional dan mental.

Pengaruh aromaterapi bunga mawar terhadap tingkat kecemasan

Berdasarkan hasil uji statistik diketahui ada pengaruh signifikan pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap tingkat kecemasan pasien sebelum operasi appendicitis dengan nilai *p-value* 0,001 ($p < 0.05$).

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil-hasil penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya. Penelitian yang dilakukan (Kholifah, Marisa and Sumarni, 2019) Pengaruh Pemberian Aromaterapi



Mawar Terhadap Penurunan Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Bedah Mayor Di Rsud Waled Kabupaten Cirebon Penelitian ini menggunakan metode eksperimental dengan pendekatan *pre-post control group design*. Analisis bivariat dengan uji t berpasangan menunjukkan bahwa ada pengaruh aromaterapi terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi mayor ($p\text{-value} = 0,000$ $\alpha = 0,05$).

Pada beberapa penelitian studi kasus sebelumnya menggunakan aroma terapi *Rose* untuk menurunkan kecemasan pasien pre operasi menyimpulkan hasil yang efektif dan signifikan (Ayunda Occariswana Rindiani, 2024)(Dian Sukma Kenangasari, 2024). Selain itu juga aromaterapi bunga mawar dapat menurunkan tingkat kecemasan siswa kelas 3 di SMA N 1 Karanganyar berdasarkan hasil uji Wilcoxon (Nimang, Kurnia Aziska Nimang. 2023). Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan aromaterapi bunga mawar secara signifikan dapat mengurangi gejala kecemasan pada siswa kelas 3 di sekolah tersebut. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah penerapan aromaterapi, menunjukkan potensi penting dari penggunaan metode ini dalam mengurangi tingkat stres

Penelitian yang dilakukan oleh Woelk dan Schlafke (2010) juga menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi sangat efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan umum (*generalized anxiety disorder*) dibandingkan dengan pemberian Lorazepam. Hasil penelitian oleh Conrad dan Adams (2012) menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi dapat menurunkan secara signifikan tingkat kecemasan dan depresi pada wanita melahirkan dengan resiko tinggi.

Dampak positif aromaterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan ini disebabkan karena aromaterapi bunga mawar diberikan secara langsung (inhalasi). Mekanisme melalui penciuman jauh lebih cepat dibanding rute yang lain dalam penanggulangan problem emosional seperti stress dan kecemasan, termasuk sakit kepala, karena hidung/ penciuman mempunyai kontak langsung dengan bagian-bagian otak yang bertugas merangsang terbentuknya efek yang ditimbulkan oleh aromaterapi. Hidung sendiri bukanlah organ untuk membau, tetapi hanya memodifikasi suhu dan kelembaban udara yang masuk. Saraf otak (cranial) pertama bertanggung jawab terhadap indera pembau dan menyampaikan pada sel-sel reseptor. Ketika aromaterapi dihirup, molekul yang mudah menguap dari minyak tersebut dibawa oleh udara ke "atap" hidung dimana silia-silia yang lembut muncul dari sel-sel reseptor. Ketika molekul-molekul itu menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektro kimia akan ditransmisikan melalui bola dan olfactory ke dalam sistem limbik. Hal ini akan merangsang memori dan respons emosional. Hipotalamus berperan sebagai relay dan regulator, memunculkan pesan-pesan ke bagian otak serta bagian tubuh yang lain. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan euporia, relaks atau sedative. Sistem limbic ini terutama digunakan untuk sistem ekspresi emosi (Koensoemardiyah, 2009).

Menurut asumsi peneliti aromaterapi bunga mawar memiliki pengaruh yang positif terhadap kecemasan dan dapat menjadi metode alternatif untuk mengurangi tingkat kecemasan pada individu. Penggunaan minyak esensial alami dalam aromaterapi dapat memberikan efek menenangkan dan relaksasi yang dapat membantu mengurangi gejala kecemasan. Dengan menggunakan berbagai aroma yang sesuai, aromaterapi dapat menjadi solusi alami yang efektif untuk mengatasi kecemasan.



KESIMPULAN

Pengaruh aromaterapi bunga mawar ini secara efektif menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi appendicitis, yang mana kecemasan dapat meningkatkan resiko pasien ketika menjalani operasi. Alasan aromaterapi memberikan efek positif pada tingkat kecemasan ini adalah aromaterapi bunga mawar diberikan dengan inhalasi. Mekanisme melalui penciuman jauh lebih cepat dibandingkan metode lain dalam mengatasi permasalahan emosional seperti stress dan kecemasan, termasuk sakit kepala, karena hidung/penciuman mempunyai kontak langsung dengan bagian-bagian otak yang berfungsi merangsang terbentuknya efek yang timbul oleh aromaterapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, M. (2022). Terapi Musik Lullaby terhadap Tingkat Kecemasan pada Masa Pandemi Covid-19 di Cianjur Jawa Barat.
- Agustina, M. (2024a). Distraction Guided Imagery Technique to Reduce Anxiety Levels in Elderly with Hypertension. *Indonesian Journal Of Global Health Reasearch*, 6(1), 127-134
- Agustina, M. (2024b). Hypnotherapy Technique to Reduce Anxiety Levels In Elderly with Hypertension.
- Adela Dwi Lestari, D. (2022) *Akupresure dan Aromaterapi Metode Tradisional Komplementer dalam Mengatasi Ketidaknyamanan pada Masa Kehamilan Berdasarkan Bukti*. Pekalongan: Penerbit NEM.
- Adisa, V. (2023) *Panduan Mudah Merawat Bunga Mawar Kesayang di Rumah Oleh : Vanesa Adisa*. Edited by G. Irawan. Yogyakarta: Pustaka Referensi.
- Afnitamal, R.P. and Munif, M. (2024) 'Penerapan Kombinasi Murottal Dan Hand Massage Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Apendisitis Di Rumah Sakit Pku Muhammadiyah Yogyakarta', *An-Najat*, 2(2), pp. 221–229.
- Agung, Bagus Sista, et al. *Indonesian Journal for Health Sciences* 6 No. 2, 2022, journal.umpo.ac.id/index.php/IJHS/article/view/4862.
- Ahmad, Hidayat, and Siswadi.(2024). Efektifitas Aromaterapi Lavender dalam Menurunkan Tingkat Ansietas Pasien Pre Operasi: Literature Review Yakobus. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia MPPKI* 7 No. 4, 2024, jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/5105.
- Amalia, Khoirun, et al. (2013) *Jurnal Keperawatan Terapan* 6 No. 2, 2020, ojs.poltekkes-malang.ac.id/index.php/JKT/article/view/1069.
- Anjani, Dhiyaputri, et al. *Jurnal Kesehatan Tambusai* 5 No. 2, 2024, journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/27121.
- Argi, Virgona, and Nur'aeni. (2013). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi di Rumah Sakit Dustira Cimahi Susi. *Jurnal Keperawatan Soedirman* 8 No. 2, 2013, www.jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/478/0.
- Ayunda Occariswana Rindiani, O. (2024) 'PENERAPAN PEMBERIAN RELAKSASI AROMATERAPI MAWAR TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRE OPERASIPADA Sdr. A DENGAN ORIF DI RUANG PERSIAPAN BEDAH RS ORTOPEDI PROF. Dr. R. SOEHARSO'. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Conrad, P., & Adams, C. (2012). The effects of clinical aromateraphy for anxiety and depression in the high risk postpartum woman – a pilot study. *Complement Ther Clin Pract*, 18(3), 164-8.
- Dian Sukma Kenangasari, D. (2024) 'PENGARUH PEMBERIAN ROSE AROMATHERAPY TERHADAP KECEMASAN PASIEN PRE OP SC'. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Kritsidima, M., Newton, T., & Asimakopoulou, K. (2010) . The effect of Part I: An introduction Into nursing practice. *Clinical Journal of Oncology Nursing*, 7(5).
- Koensoemardiyah. (2009). A-Z aromaterapi untuk kesehatan, kebugaran, dan kecantikan. Ed 1. Yogyakarta: Andi.



- Maria, Dagobercia, et al. (2012). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dengan General Anestesi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Relaksasi Otot Progresif Di Rs Panti Wilasa Citarum Semarang*. Karya Ilmiah, ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/view/64.
- Nanda, Masraini, and Angraini Simamora. "Efektifitas Mobilisasi Dini Terhadap Penyembuhan Luka Paska Operasi Apendiktomi Febrina. *Jurnal Education and Development* 7 No. 4, 2019, journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/1404
- Nimang, Kurnia Aziska Nimang. (2023) "PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI BUNGA MAWAR TERHADAP TINGKAT KECEMASAN SISWA KELAS 3. DI SMA N. 1. KARANGANYAR. *PhD Diss.* Universitas Kusuma Husada Surakarta. eprints.ukh.ac.id/id/eprint/5648/3/NAS PUB%20NIMANG.pdf.
- Novi Anggaeni, S.SiT., M. and Dkk (2024) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Komplementer*. Edited by Efitra. Kota Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia
- Novita, Sari, and Setyawan. (2021). "Pengaruh Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Selama Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Keperawatan Stikes Surya Global Yogyakarta Aris. *Nursing Science Journal Nsj* 2 No. 1, 2021, www.jurnal.spp.ac.id/index.php/nsj/article/view/57.
- Ns. Ida Ayu Putri Wulandari, S.Kep.J., M.Kep, D. (2023) *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Edited by P.I. Daryaswanti. Kota Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Ns. Lydia Moji Lautan, M.K. and Ns. Elisabeth Wahyu Savitri, M.K. (2021a) *Tingkat Kecemasan Perawat di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru*.
- Ns. Lydia Moji Lautan, M.K. and Ns. Elisabeth Wahyu Savitri, M.K. (2021b) *Tingkat Kecemasan Perawat di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru*. Jakarta: Penerbit NEM.
- Pailese, A., Cecconi, M., Moreale, R., & Skrap, M. (2012). Pre-operative stress, anxiety, depression and coping strategies adopted by patients experiencing their first or recurrent brain neoplasm: An explorative study. *Stress Health*, 28 (5), 416-25.
- Rodhi, Hartono. (2013). "Pengaruh Pemberian Aromaterapi terhadap tingkat kecemasan pasien sebelum operasi dengan anestesi spinal di RS Tugu Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa* 1 No. 2, 2013, jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/viewFile/974/1023.
- Ronika, R.D. et al. (2023) 'Penggunaan Teknik Relaksasi Slow Deep Breathing Untuk Memenuhi Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri Pada Pasien Post Operasi Apendektomi (Studi Kasus di RSUD Sleman)', *IJOH: Indonesian Journal of Public Health*, 01(01), pp. 70–78.
- Roomruangwong, C., Tangwongchai, S., & Chokchainon, A. (2012). Preoperative anxiety among patients who were about to receive uterine dilatation and curettage. *J Med Assoc Thai*, 95 (10), 1344-51.
- Setiati, Nova Winda. (2019). "Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan Di Bidan Praktek Mandiri
- Sholikha, M.A., Sarifah, S. and Utari, I. (2019) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Apendiktomi', *Institut teknologi sains dan kesehatan pku muhammadiyah surakarta 2019*, pp. 1–11.
- Sri, Puguh Kristiyawati, and Eko Ch Purnomo S. (2013). *Efektifitas Teknik Relaksasi Imajinasi Terbimbing Dan Nafas Dalam Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi*. Karya Ilmiah, ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/viewFile/166/190.
- Stefanus, Andang Ides, and Rejeki Simbolon. "Hubungan Karakteristik Dan Pengetahuan Pasien Tentang Informasi Pra Operasi Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Apendiktomi Anna. *Carolus Journal of Nursing* 1 No. 1, 2018, www.ejournal.stik-sintcarolus.ac.id/index.php/CJON/article/view/26.



- VALLEN, TAMARA, and JALALUDDIN ASSYUTHI CHALIL.(2021). Tingkat kecemasan preoperatif pada pasien yang akan menjalani tindakan anestesi pada operasi elektif MUHAMMAD. *Jurnal Ilmiah Kohesi* 5 No. 4, 2021, kohesi.sciencemakarioz.org/index.php/JIK/article/download/306/308.
- Waluddin Awaluddin. Faktor Risiko Terjadinya Apendisitis Pada Penderita Apendisitis Di Rsud Batara Guru Belopa Kabupaten Luwu Tahun, 2020, www.jurnalstikesluwuraya.ac.id/index.php/eq/article/view/30.
- Wildan, Rizki, et al. *Jurnal Cendikia Muda* 2 No. 4, 2021, jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/389.
- Widianti, S. (2022) 'Pengaruh Terapi Relaksasi GenggamJari Untuk Mengurangi Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Appendicitis di Ruang Bedah', 12(23), pp. 92–99.
- Widiyono, S.Kep., Ns., M.K. and Dkk (2023) *Buku Mata Ajar Konsep Metodologi Penelitian Keperawatan*. Edited by M.K. Widiyono, S.Kep., Ns. Kediri: Lembaga Chakra Brahmanda Lentera.
- Woelk, H., & Schlafke, S. (2010). A multicenter, double-blind, randomized study of the lavender oil preparation Silexan in comparison to Lorazepam for generalized anxiety disorder. *Phytomedicine*, 17 (2), 94-9