

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL
KRONIK (GGK) YANG MENJALANI HEMODIALISIS DI RS UNS**

Alfina Liya Yahya¹⁾ Noerma Shovie Rizqiea²⁾

¹⁾ Mahasiswa Prodi Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾ Dosen Prodi Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta

alfinaliyayahya22@gmail.com

ABSTRAK

Gagal Ginjal Kronik merupakan suatu kondisi dimana organ ginjal sudah tidak mampu mengangkut sampah sisa metabolik tubuh yang biasanya dieliminasi melalui urin, dan menumpuk dalam cairan tubuh akibat gangguan ekskresi renal dan menyebabkan gangguan fungsi endokrin dan metabolik, cairan, elektrolit, serta asam basa. Kecemasan dapat terjadi pada seorang pasien penyakit gagal ginjal kronik yang merupakan masalah serius karena dapat menyebabkan kematian. Timbulnya kecemasan dikarenakan pasien gagal ginjal merasa khawatir akan kondisi sakitnya yang tidak dapat diramalkan dan gangguan dalam kehidupannya. Aromaterapi adalah terapi nonfarmakologi menggunakan minyak esensial yang dinilai dapat membantu mengurangi bahkan mengatasi gangguan psikologis dan gangguan rasa nyaman. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui mengetahui adakah pengaruh pemberian aromaterapi lavender pada pasien dengan gagal ginjal kronik yang sedang menjalani hemodialisis di ruang HD RS UNS.

Rancangan Studi Kasus menggunakan pasien dengan cara mengobservasi pasien, wawancara dan studi dokumentasi. Subjek Studi Kasus yaitu Satu orang pasien dengan pasien yang menjalani hemodialisa, yang mengalami kecemasan pada saat proses hemodialisis. Fokus Studi dalam Studi Kasus ini dengan Satu pasien gagal ginjal kronik yang mengalami kecemasan pada saat menjalani hemodialisis dan dilakukan tindakan pemberian aromaterapi lavender selama proses hemodialisa berlangsung. Cara pengukuran keemasannya menggunakan kuesioner kecemasan HRS-A sebelum dan sesudah diberikan intervensi Aromaterapi Lavender

Hasil pengukuran didapatkan sebelum diberikan aromaterapi tingkat kecemasan berada pada kecemasan berat dan setelah diberikan aromaterapi lavender tingkat kecemasan menurun menjadi kecemasan ringan, artinya terdapat pengaruh setelah diberikan intervensi aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada pasien yang sedang menjalani hemodialisis. Diharapkan pasien dapat mengurangi dan mengontrol keemasannya selama proses hemodialisis

Kata Kunci : Gagal Ginjal Kronik, Aromaterapi Lavender, Kecemasan

Daftar Pustaka : 16 (2018-2023)

**THE EFFECT OF LAVENDER AROMATHERAPY ON REDUCING
ANXIETY LEVELS IN CHRONIC KIDNEY INJURY PATIENTS
UNDERGOING HEMODIALYSIS IN UNS HOSPITAL**

Alfina Liya Yahya¹⁾ Noerma Shovie Rizqiea²⁾

¹⁾ Student Professional Study Program Nurse of Kusuma Husada University of Surakarta

²⁾ Lecturer Professional Study Program Nurse of Kusuma Husada University of Surakarta
alfinaliyayahya22@gmail.com

ABSTRACT

Chronic Kidney Injury is something condition where are the kidneys Already No capable transport rubbish remainder metabolic normal body eliminated through urine , and accumulate in fluid body consequence disturbance renal excretion and causes disturbance function endocrine and metabolic, fluids, electrolytes, as well sour base. Worry can happened to someone patient disease fail kidney chronic which is problem Serious Because can cause death . arising worry because patient fail kidney feel worry will condition the pain is not can predictable and disruptive in his life. Aroma therapy is therapy non pharmacology use oil essential rated can help reduce even overcome disturbance psychological and comfort disorders. Research objectives This is For know is there influence gift lavender aromatherapy in patients with fail kidney moderate chronic undergo hemodialysis in the HD room of UNS Hospital .

Case Study Design use patient with method observing patients, interviews and studies documentation. Case Study Subject one patient with patients undergoing hemodialysis, who experienced anxiety during the hemodialysis process. Study Focus in Case Studies This with one patient fail kidney experiencing chronic anxiety at the time undergo hemodialysis and performed action gift lavender aromatherapy during the hemodialysis process going on. Measuring method her anxiety use questionnaire HRS-A anxiety before and after given intervention Lavender Aromatherapy

Measurement results obtained before given aroma therapy level worry are in anxiety heavy and after given lavender aromatherapy levels worry decrease become worry light , that is there is influence after given intervention lavender aromatherapy against level anxiety in moderate patients undergo hemodialysis. Expected patient can reduce and control her anxiety during the hemodialysis process

Keywords : Chronic Kidney Injury, Lavender Aromatherapy, Anxiety

Bibliography : 16 (2018-2023)

PENDAHULUAN

Gagal Ginjal Kronik merupakan suatu kondisi dimana organ ginjal sudah tidak mampu mengangkut sampah sisa metabolik tubuh berupa bahan yang biasanya dieliminasi melalui urin dan menumpuk dalam cairan tubuh akibat gangguan ekskresi renal dan menyebabkan gangguan fungsi endokrin dan metabolik, cairan, elektrolit, serta asam basa (Abdul, 2021)

Sedangkan menurut Black (2014) Gagal Ginjal Kronik (GGK) adalah gangguan fungsi ginjal yang progresif dan tidak dapat pulih kembali, dimana tubuh tidak mampu memelihara metabolisme dan gagal memelihara keseimbangan cairan dan elektrolit yang berakibat pada peningkatan ureum

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 angka kejadian penyakit CKD di dunia meningkat dari urutan ke-13 penyebab kematian menjadi urutan ke 10. Angka kematian meningkat dari 813.00 menjadi 1.3 juta

Berdasarkan data dari Riskesdas angka kejadian gagal ginjal kronis di Indonesia (2018) yaitu sebesar 0.38% dari jumlah penduduk Indonesia sebesar 252.124.458 jiwa makaterdapat 713.783 jiwa yang menderita gagal ginjal kronis. Dan untuk prevalensi hemodialisis di Indonesia sebesar 2.850 jiwa

Sedangkan untuk angka kejadian di provinsi Jawa Tengah prevalensi gagal ginjal kronis berdasarkan diagnosis dokter pada tahun 2018 penduduk usia ≥ 15 tahun yaitu sebanyak 96.794 jiwa.

Penyakit gagal ginjal yang tidak ditatalaksana dengan baik dapat memperburuk kearah penyakit ginjal stadium akhir yang membutuhkan terapi pengganti ginjal permanen berupa hemodialisis atau transpaltasi ginjal. Adanya kompleksitas masalah yang timbul selama hemodialisis akan

berdampak terjadinya kecemasan pada pasien. Gangguan psikiatrik yang sering ditemukan pada pasien dengan terapi hemodialisis adalah depresi, kecemasan, hubungan dalam perkawinan, serta ketidakkepatuhan dalam diet dan obat – obatan. Keterbatasan pola atau kebiasaan hidup dan ancaman kematian. Oleh karena itu banyak pasien dan keluarganya memerlukan dukungan secara emosional untuk menghadapi kecemasan tentang penyakitnya terutama saat dilaksanakannya hemodialisa.

Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya Kecemasan dapat terjadi pada seorang pasien penyakit gagal ginjal kronik yang merupakan masalah serius karena dapat meyebabkan kematian, dan biaya yang dikeluarkan sangat besar. Timbulnya kecemasan dikarenakan pasien gagal ginjal merasa khawatir akan kondisi sakitnya yang tidak dapat diramalkan dan gangguan dalam kehidupannya. Tekanan mental atau kecemasan yang diakibatkan oleh kepedulian yang berlebihan akan menghadapi masalah yang sedang dihadapi ataupun yang dibayangkan mungkin terjadi (Stuart, 2019)

Pengendalian kecemasan dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi yaitu terapi yang menggunakan obat obatan, yang dapat memberikan efek perubahan pada berbagai sistem organ. Sedangkan terapi non farmakologi merupakan suatu terapi alternatif komplementer dan metode yang digunakan untuk memulihkan kesehatan dengan cara memberikan kesenangan baik fisik maupun psikis guna mencapai kesembuhan (Fitriana, 2020)

Aromaterapi adalah terapi yang menggunakan minyak essensial yang dinilai dapat membantu mengurangi bahkan mengatasi gangguan psikologis

dan gangguan rasa nyaman seperti cemas, depresi, nyeri, dan sebagainya (Watt & Janca, 2019). Pada penggunaannya, aromaterapi dapat diberikan melalui beberapa cara, antara lain inhalasi, berendam, pijat, dan kompres (Bharkatiya et al, 2019). Dari keempat cara tersebut, cara yang tertua, termudah, dan tercepat diaplikasikan adalah aromaterapi inhalasi

Aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks. Terdapat kandungan linalool yang dapat menimbulkan efek relaks. Minyak esensial lavender dapat mengurangi kecemasan. Pemijatan dengan menggunakan lavender menunjukkan mengurangi tingkat kecemasan pada pasien intensif, dan dapat menurunkan kecemasan pada pasien hemodialisa (Hale, 2019)

Pengukuran tingkat kecemasan menggunakan Kuesioner HRS-A dengan beberapa derajat kecemasan Kurang dari 14 = Tidak Ada Kecemasan, 14 – 20 = Kecemasan Ringan, 21 – 27 = Kecemasan Sedang, 28 – 41 = Kecemasan Berat, 42 – 56 = Kecemasan Berat Sekali.

Berdasarkan dari hasil wawancara dan observasi dengan pasien maupun dengan perawat ruangan didapatkan bahwa ada pasien yang mengalami kecemasan pada saat menjalani hemodialisis di ruang HD RS UNS.

Studi kasus dilakukan selama 5 minggu bersamaan dengan peminatan hemodialisis, mulai pada tanggal 10 Juli sampai dengan 12 Agustus 2023 atau selama 5 minggu di Instalasi Hemodialisis, lantai 2 RS UNS, yang beralamat di Sukoharjo Jl. A. Yani No.200, Dusun II, Makamhaji, Kec.Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57161

Tujuan dari studi kasus ini yaitu Adakah Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis (Ggk) Yang Menjalani Hemodialisis Di RS UNS

METODE

Studi kasus dilaksanakan pada tanggal 10 Juli sampai dengan 12 Agustus 2023 atau selama 5 minggu di Instalasi Hemodialisis RS UNS Sukoharjo. Rancangan Studi Kasus menggunakan pasien dengan cara mengobservasi pasien, wawancara dan studi dokumentasi. Subjek Studi Kasus yaitu Satu orang pasien dengan pasien yang menjalani hemodialisa, yang mengalami kecemasan pada saat proses hemodialisis. Fokus Studi dalam Studi Kasus ini dengan Satu pasien gagal ginjal kronik yang mengalami kecemasan pada saat menjalani hemodialisis dan dilakukan tindakan pemberian aromaterapi lavender selama proses hemodialisa berlangsung. Prosedur pemberian aromaterapi dengan menestekan essential aromaterapi lavender ke selembar tissue dan diletakkan pada kerah atau berjarak 10-15 cm dari hidung. Tingkat kecemasan diukur menggunakan kuesioner kecemasan HRS-A, kuesioner diberikan sebelum dan setelah dilakukan intervensi untuk mengetahui adakah pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat penurunan kecemasan pada pasien yang sedang menjalani hemodialisis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengkajian : Pengkajian pemeriksaan fisik didapatkan hasil keadaan umum baik, kesadaran *composmentis*. Hasil tanda-tanda vital, tekanan darah 195/96 mmHg, N : 81 x/menit, RR : 24 x/menit, SPO² : 94%, S : 36,1 °C. Dan pasien mengeluh semalam tidur hanya 2 jam,

badan terasa lemas, dada sesak, mual, kepala sedikit pusing

Diagnosa Keperawatan : Hasil pengkajian dan analisa data penulis mengangkat diagnose utama, yaitu : Hipervolemia b.d kelebihan asupan cairan d.d pasien mengatakan dada sesak SPO² : 94%. Berat badan meningkat dalam waktu singkat pasien datang atau BB Pre 57,9, BB Kering atau patokan BB pasien yaitu 56. Masalah keperawatan hipervolemia tersebut lebih diprioritaskan penulis dari beberapa masalah keperawatan lain yang muncul pada pasien

Intervensi : Intervensi yang dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut yaitu observasi, observasi adanya keluhan fisik yang dialami dengan tujuan untuk mengetahui keluhan yang dirasakan pasien, monitor tingkat kecemasan dengan tujuan menentukan perkembangan menurunkan tingkat kecemasan pasien sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Terapeutik, dilakukan pemberian aromaterapi lavender satu kali diawal sebanyak 5 tetes dan dihirup selama 5 jam sampai proses hemodialisa selesai, pemberian aromaterapi bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan, Edukasi, anjurkan melakukan pemberian aromaterapi lavender dengan tujuan menurunkan tingkat kecemasan

Implementasi : Hasil implementasi memberikan tindakan pemberian aromaterapi lavender, respon subyektif pasien mengatakan bersedia diberikan tindakan pemberian aromaterapi lavender, respon obyektif pasien tampak tenang dan nyaman, sebelum diberikan aromaterpi lavender tingkat kecemasan didapatkan total score 32 (kecemasan berat) sesudah pemberian aromaterapi lavender tingkat kecemasan turun menjadi 20 (kecemasan ringan) artinya ada penurunan tingkat ecemasan setelag diberikan aronterapi lavender

Pemberian aromaterapi lavender dilakukan 1 kali pada saat akan memulai pungsi sebanyak 5 tetes pada selembat tissue dan dihirup selama 5 jam atau selama proses hemodialisa dengan langkah sesuai standar operasional prosedur (SOP) yang tersusun, langkah pemberian aromaterapi lavender dimulai dengan mengatur posisi senyaman mungkin, memasang teteskan 5 tetes aromaterapi pada tissue, letakkan tissue didada atau dikerah pasien atau berjarak 10-15cm dari hidung dan anjurkan pasien untuk menghirup aromaterapi selama proses hemodialisa berlangsung dan setelah itu mengukur tingkat kecemasan kembali menggunakan kuesioner HRS-A

Evaluasi : Evaluasi keperawatan dilakukan selama 1 kali setelah proses hemodialisa selesai, didapatkan hasil terdapat perubahan penurunan tingkat kecemasan setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender selama 5 jam atau selama proses dialysis berlangsung

Tabel 1 Observasi evaluasi perubahan tingkat kecemasan

| Hari/ Tanggal | Tingkat Kecemasan Pre | Tingkat Kecemasan Post |
|-----------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| Senin, 7 Agustus 2023 | 36 (Kecemasan Berat) | 20 (Kecemasan Ringan) |

KESIMPULAN

Studi kasus menggunakan 1 pasien yang mengalami kecemasan pada saat hemodialisis. Sebelum dilakukan intervensi tingkat kecemasan berada pada derajat kecemasan berat (32) setelah diberikan intervensi kecemasan diukur kembali menggunakan kuesioner yang sama pada saat pre yaitu didapatkan hasil kecemasan ringan (20), artinya terdapat pengaruh pemberian

aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien yang sedang menjalani hemodialisis.

Penelitian yang dilakukan Sánchez-Vidaña et al., (2019) menunjukkan bahwa menghirup minyak esensial lavender memperbaiki perilaku. Penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Ogata et al., (2020) yang membuktikan bahwa menghirup aromaterapi lavender dapat mengurangi depresi. Jafari-Koulaee et al., (2020) dalam tinjauan sistematisnya juga menguraikan hasil yang sejalan yaitu, inhalasi aromaterapi lavender dapat mengurangi depresi sedang

Berdasarkan pembahasan jurnal dan implementasi yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lavender pada pasien yang mengalami kecemasan pada saat proses hemodialisa sangat dianjurkan untuk dilakukan karena aromaterapi lavender dapat memberi ketenangan dan kenyamanan

SARAN

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan rumah sakit khususnya RS UNS dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan dan mempertahankan hubungan kerjasama baik antara tim kesehatan maupun pasien sehingga asuhan keperawatan yang diberikan dapat mendukung kesembuhan pasien.

2. Bagi Perawat

Diharapkan profesi perawat selalu berkoordinasi dengan tim kesehatan lainnya dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien sehingga dapat meningkatkan mutu pelayanan asuhan keperawatan yang optimal dan dapat

menerapkan pemberian aromaterapi lavender pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa yang mengalami kecemasan

3. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat meningkatkan mutu pelayanan pendidikan yang lebih berkualitas dengan mengumpulkan aplikasi riset dalam setiap tindakan yang dilakukan sehingga mampu menghasilkan perawat yang personal, trampil, inovatif, dan bermutu dalam memberikan asuhan keperawatan.

4. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil aplikasi penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kesehatan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani dan cara pemberian aromaterapi lavender untuk mengurangi kecemasan secara mandiri selain melalui pengobatan medis, dan dapat dilakukan secara mandiri

DAFTAR PUSTAKA

- Arini, F. N., Adriatmoko, W., Novita, M., Mulut, B., Gigi, F. K., Jember, U., Forensik, O., Gigi, F. K., & Jember, U. (2017). *Perubahan Tanda Vital sebagai Gejala Rasa Cemas sebelum Melakukan Tindakan Pencabutan Gigi pada Mahasiswa Profesi Klinik Bedah Mulut RSGM Universitas Jember (The Alteration of Vital Sign as Students ' Anxiety Symptoms before Performing Tooth Extraction in Oral Surgery Departement Dentistry University of Jember).* 5(2)
- Asman, A., & Dewi, D. S. (2021). Efektifitas Aroma Terapi Jasmine Terhadap Intensitas Nyeri Post Laparatomi Di Rsud Padang Pariaman. *Prosiding Penelitian Pendidikan Dan Pengabdian 2021,*

- 1(1), 172–180.
<http://prosiding.rcipublisher.org/index.php/prosiding/article/view/131>
- Ayuning Mutthia Amila. (2018). Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dirumah Sakit Tingkat III Baladhika Husana Jember. *Digital Respository Universitas Jember*, 1–177.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI. 2018. 88–94 p
- Damanik H. Tingkat Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Dalam Menjalani Hemodialisa. *Ilmu Keperawatan Imelda*. 2020;6(1):80–5
- Fitriana, C. (2020). *Manajemen Non Farmakologis Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi : Literatur Review*.
- Kemendes. Laporan Riskesdas Nasional 2018.pdf [Internet]. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Semarang; 2019. p. 198
- Khoiri Assyifaal. (2018). *Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Pre Operatif Fraktur Dengan Intervensi Inovasi Pemberian Cytrus (Orange) Aromatherapy Terhadap Penurunan Kecemasan Di Instalasi Gawat Darurat RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda 2018*.
- Manalu, T. A. (2019). Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Terhadap Penurunan Nilai Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 1(2), 13–19.
<https://doi.org/10.35451/jkf.v1i2.149>
- Menekli, T., & Çevik, Y. (2021). Effect of lavender aromatherapy on pruritus, anxiety, and sleep quality of patients undergoing hemodialysis: a randomized controlled trial. *TMR Integrative Nursing*, 5(5), 163–169.
<https://doi.org/10.53388/tmrin2021163169>
- Mutiara Dewi, I. A., & Masfuri, M. (2021). Inhalasi Aromaterapi Lavender terhadap Komplikasi Hemodialisis pada Pasien Gagal Ginjal Kronis. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 348–362.
<https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2956>
- Rahmanti, A., Haksara, E., & Cahyono, A. (2023). Penerapan Aroma Therapy Lavender Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisa Di RUMKIKT TK II dr. Soebjono Malang. *Jurnal JUFDIKES*, 5(1), 34–44.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: DPP
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: DPP
- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta Selatan: DPP
- World Health Organization [Internet]. [cited 2022 Jan 13]. Available from: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/the-top-10-causes-of-death>