

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP
PENURUNAN TINGKAT KELELAHAN PADA PASIEN
YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RS
TK III 04.06.04 SLAMET RIYADI
SURAKARTA**

Umi Markatus Sholikhah^{1*}, Galih Priambodo², Aris Indra Muliawan³

¹)Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada
Surakarta

²)Dosen Program Studi Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta
Umimarkatus1706@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Gagal Ginjal Kronik (GGK) atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) adalah suatu kondisi dimana terdapat penurunan fungsi pada ginjal yang progresif yang ditandai dengan penurunan laju filtrasi glomerulus/LFG dan peningkatan kadar kreatinin dalam darah, yang berakhir pada gagal ginjal irreversibel, sebagian besar disebabkan oleh penyakit diabetes melitus dan hipertensi yang mengharuskan mengkonsumsi obat secara rutin. Biasanya asimtomatik dan sering terdiagnosis pada stadium lanjut. **Skenario kasus :** pasien sudah menjalani terapi hemodialisa sejak tahun 2022 pasien rutin HD setiap 1 minggu 2x pada hari selasa dan jum'at siang. Pasien mengatakan jika sering merasa lelah ketika menjalani terapi hemodialisa. **Strategi penelusuran :** P (*Patient*) CKD (*Chronic Kidney Disease*), I (*Intervention*) Aromaterapi Lavender, C (*Comparison Intervention*), O (*Outcome*) Menurunkan Rasa Lelah. **Pembahasan :** Pasien diberikan lembar persetujuan / Informed Consent dan kuesioner kelelahan (*Subjective Feeling Of Fatigue*). Kuesioner diberikan pre tindakan dan post tindakan, pemberian aromaterapi selama 1 x 15 menit.

Kata Kunci : CKD, Kelelahan, Aromaterapi Lavender

Daftar Pustaka : 21 (2014 - 2022)

**THE EFFECT OF GIVING LAVENDER AROMATHERAPY ON
REDUCING FATIGUE LEVELS IN PATIENTS UNDERGOING
HEMODIALYSIS AT RS TK III 04.06.04
SLAMET RIYADISURAKARTA**

Umi Markatus Sholikhah¹⁾, Galih Priambodo²⁾, Aris Indra Mulyawan³⁾

*¹⁾Students of the Ners Professional Study Program Professional Program, University of
Kusuma Husada Surakarta*

*²⁾ Lecturer of the Ners Professional Study Program Professional Program, University of
Kusuma Husada Surakarta*

Umimarkatus1706@gmail.com

ABSTRACT

Background: Chronic Kidney Failure (CKD) is a condition in which there is a progressive decline in kidney function characterized by a decrease in glomerular filtration rate (LFG) and an increase in blood creatinine levels, which ends in irreversible kidney failure, mostly caused by diabetes mellitus and hypertension which require regular medication. It is usually asymptomatic and often diagnosed at an advanced stage. **Case scenario:** the patient has been undergoing hemodialysis therapy since 2022. The patient is routinely HD every 1 week 2x on Tuesdays and Friday afternoon. The patient said that he often felt tired when undergoing hemodialysis therapy. **Research strategy:** P (Patient) CKD (Chronic Kidney Disease), I (Intervention) Lavender Aromatherapy, C (Comparison Intervention), O (Outcome) Reducing Tiredness. **Discussion:** Patients are given an informed consent sheet and a fatigue questionnaire (Subjective Feeling Of Fatigue). The questionnaire is given pre action and post action, giving aromatherapy for 1 x 15 minutes.

Keywords: CKD, Fatigue, Lavender Aromatherapy

Daftar Pustaka : 21 (2014 - 2022)

PENDAHULUAN

Gagal Ginjal Kronik (GGK) atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) adalah suatu kondisi dimana terdapat penurunan fungsi pada ginjal yang progresif yang ditandai dengan penurunan laju filtrasi glomerulus/LFG dan peningkatan kadar kreatinin dalam darah, yang berakhir pada gagal ginjal irreversibel, sebagian besar disebabkan oleh penyakit diabetes melitus dan hipertensi yang mengharuskan mengkonsumsi obat secara rutin. Biasanya asimtomatik dan sering terdiagnosis pada stadium lanjut. Pasien dengan diagnosa *Chronic Kidney Disease* (CKD) dirawat dalam jangka waktu yang cukup lama dengan diet pembatasan asupan natrium, kontrol fosfat dan pengobatan yang tepat sesuai dengan dosis, setelah berbulan-bulan atau bertahun-tahun telah terjadi penurunan fungsi ginjal yang progresif dan tidak dapat diubah. Ketika fungsi ginjal turun ke tingkat 10 – 15% dari normal maka telah mencapai stadium akhir (Gerogianni & Babatsikou, 2019).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) angka kejadian gagal ginjal di dunia secara global lebih dari 500 juta orang dan yang harus menjalani hidup dengan bergantung pada cuci darah (hemodialisis) sebanyak 1,5 juta orang, memperlihatkan yang menderita gagal ginjal baik akut maupun kronik mencapai 50% sedangkan yang diketahui mendapatkan pengobatan hanya 25% dan 12,5% yang terobati dengan baik (Soliman, 2015). *Global Burden of Disease* memperkirakan terjadi 5-10 juta kematian/tahun yang disebabkan oleh penyakit ginjal (Luyckx et al., 2018).

Di Indonesia, sesuai dengan hasil Data Riset sebesar 0,38 % dari jumlah penduduk Indonesia sebesar 252.124.458 jiwa maka terdapat 713.783 jiwa yang menderita gagal ginjal kronis di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Menurut (Risksdas, 2018) angka kejadian gagal ginjal kronis yaitu sebesar 0.38% dari jumlah penduduk

Indonesia sebesar 252.124.458 jiwa maka terdapat 713.783 jiwa yang menderita gagal ginjal kronis. Dan untuk prevalensi hemodialisis di Indonesia sebesar 2.850 jiwa. Data dinas kesehatan jawa tengah (Dinkes Jateng) bahwa angka kejadian kasus gagal ginjal di jawa tengah yang paling tinggi adalah kota surakarta dengan 2.497 kasus (25.22%). Terapi yang dapat diberikan pada pasien gagal ginjal kronik yaitu dengan hemodialisa, yang bertujuan untuk mengeluarkan sisa-sisa metabolisme protein atau mengoreksi gangguan keseimbangan air dan elektrolit. Terapi hemodialisa yang dijalani penderita gagal ginjal tidak mampu mengimbangi hilangnya aktivitas metabolik atau endokrin yang dilaksanakan ginjal akan berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien (Raharjo, 2020).

Efek dari terapi hemodialisis salah satunya adalah *fatigue* atau kelelahan. Terdapat beberapa kondisi yang dapat mempengaruhi kondisi *fatigue* pada pasien hemodialisis yaitu uremia, anemia, malnutrisi, depresi, dan kurangnya aktivitas fisik. Uremia pada pasien hemodialisis dapat menyebabkan pasien kehilangan nafsu makan, mual, muntah, kehilangan energi dan protein, dan penurunan produksi karnitin yang menyebabkan penurunan produksi energi untuk skeletal dan mengakibatkan *fatigue* atau kelelahan. (Muz et al., 2017).

Pengobatan komplementer dan alternatif (CAM) salah satunya adalah Aromaterapi. Aromaterapi merupakan terapi yang menggunakan minyak esensial yang dinilai mampu mengurangi bahkan mengatasi gangguan psikologis dan gangguan rasa nyaman seperti kelelahan, dalam penggunaan aromaterapi dapat diberikan melalui beberapa cara, diantaranya berendam, pijat, kompres dan dihirup atau inhalasi. Dari keempat cara tersebut penggunaan aromaterapi yang paling mudah dan efisien adalah dengan aromaterapi inhalasi (Setiawan, Riiki, 2018).

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Subjek dalam studi kasus ini adalah satu pasien dengan gagal ginjal kronik yang sedang menjalani terapi hemodialisa serta mengalami kelelahan. Pengambilan kasus ini dilaksanakan di ruang Hemodialisa pada tanggal 07 November 2023 dengan pemberian aromaterapi lavender.

PEMBAHASAN

Fatigue atau kelelahan adalah perasaan subyektif yang tidak menyenangkan berupa kelelahan, kelemahan, dan penurunan energi dan merupakan keluhan utama pasien dengan dialisis (prevalensinya mencapai 60-97%). *Fatigue* yang dialami merupakan salah satu masalah keperawatan yang memerlukan penanganan karena kondisi tersebut dapat menyebabkan berkurangnya kemampuan menyelesaikan masalah, memicu gangguan kardiovaskular, mempengaruhi aktivitas sehari-hari dan kelangsungan hidup pasien hemodialisa (Dermawan et al., 2019). Penatalaksanaan non farmakologi yang dapat mengurangi kelelahan pada pasien hemodialisa adalah terapi pijat, aromaterapi, relaksasi, terapi musi dan terapi footbath (Shafeik, H. F. 2018.)

Aromaterapi adalah intervensi keperawatan non-invasif untuk mengurangi *fatigue* atau kelelahan pada pasien yang menjalani hemodialisis.. Hal ini dapat merangsang respon fisiologis saraf, endokrin atau sistem kekebalan tubuh, yang mempengaruhi denyut jantung, tekanan darah, pernafasan, aktifitas gelombang otak dan pelepasan berbagai hormone di seluruh tubuh.. Salah satu aromaterapi yang digunakan pada terapi komplementer untuk mengurangi kelelahan adalah aromaterapi minyak lavender (Ahmady et al., 2019).

Saat Dalam penggunaannya, aromaterapi dapat diberikan melalui beberapa cara, antara lain inhalasi, berendam, pijat dan kompres (Witarsa, 2014). Dari keempat cara tersebut, cara yang tertua, termudah, dan tercepat

diaplikasikan adalah aromaterapi inhalasi. Mekanisme kerja perawatan aromaterapi dalam tubuh manusia berlangsung melalui dua system fisiologis, yaitu sirkulasi tubuh dan sistem penciuman. Wewangian dapat mempengaruhi kondisi psikis, daya ingat, dan emosi seseorang (Widiyono, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bicer et al (2017) tentang *The Effect of Aromatherapy Inhalation on Fatigue Level in Individuals Undergoing Hemodialysis Therapy* menjelaskan bahwa aromaterapi secara inhalasi signifikan menurunkan keparahan *fatigue* atau kelelahan pada pasien yang menjalani terapi hemodialisa dan aromaterapi mudah dan ekonomis untuk mendapatkannya serta tanpa efek samping bagi fisik.

Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hassanzadeh (2018) tentang *Comparing the effects of relaxation technique and inhalation aromatherapy on fatigue in patients undergoing hemodialysis* bahwa aromaterapi inhalasi lavender minyak esensial untuk mengurangi tingkat kelelahan pada pasien yang menjalani hemodialisis lebih efektif dari pada metode relaksasi Benson. Perspektif ini mendukung gagasan untuk menggunakan pengobatan komplementer dan alternatif, khususnya aromaterapi oleh lavender minyak esensial, untuk mengurangi tingkat kelelahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmady, S., Rezaei, M., & Khatony, A. (2019). *Comparing Effects Of Aromatherapy With Lavender Essential Oil And Orange Essential Oil On Fatigue Of HemodialysisPatients: A Randomized Trial. Complementary Therapies in Clinical Practice*, 36, 64-68.
<https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.05.005> Witarasa, 2014)
- Bicer, Sevil., & Gokce Demir. (2017). *The Effects Aromatherapy Inhalation on Fatigue Level in Individuals Undergoing Hemodialysis Therapy. International Journal of Caring Sciences*, 10(1), 161-168.
https://internationaljournalofcaringsciences.org/docs/18_bicer_original_10_1.pdf
- Gerogianni, G., & Babatsikou, F. (2019). *Chronic Kidney Disease and Hemodialysis: Epidemiological Characteristics and Psychological Disorders. Perioperative Nursing*, 8, 111-117.
- Hassanzadeh, M., Kiani, F., Bouya, S., & Zarei, M. (2018). Comparing the effects of relaxation technique and effects of relaxation technique and inhalation aromatherapy on fatigue in patients undergoing hemodialysis. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 31, 210-214.
<https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2018.02.019>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*.
https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5
- Luyckx, V. A., Tonelli, M., & Stanifer, J. W. (2018). *The Global Burden of Kidney Disease and the Sustainable Development Goals. Bulletin of the World Health Organization*,