

**PENERAPAN PEMBERIAN RELAKSASI AROMATERAPI MAWAR TERHADAP  
TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI PADA Sdr.A DENGAN ORIF DI RUANG  
PERSIAPAN RS ORTOPEDI PROF.Dr.R.SOEHARSO**

**Ayunda Occariswana Rindiani <sup>1)</sup>, Martini Listrikawati <sup>2)</sup>**

<sup>1)</sup> Mahasiswa Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta, <sup>2)</sup>

Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

[ayundarindiani10@gmail.com](mailto:ayundarindiani10@gmail.com)

**ABSTRAK**

Operasi atau pembedahan merupakan suatu Tindakan yang bersifat *invasive* dengan cara membuka jaringan tubuh. Operasi akan diberikan anestesi yang bertujuan untuk pengelolaan nyeri, *hemodinamik* dan juga pengelolaan perioperative untuk mendukung keberhasilan pembedahan, operasi bertujuan untuk menyelamatkan nyawa pasien, mencegah kecacatan dan komplikasi, tindakan operasi yang bersifat elektif ataupun yang bersifat *cyto* memberikan efek yang menegangkan dan menimbulkan perasaan cemas pada pasien. Salah satu tindakan keperawatan yang efektif dalam mengatasi kecemasan adalah teknik relaksasi aromaterapi mawar.

Karya ilmiah akhir ini bertujuan untuk menerapkan intervensi keperawatan dengan teknik relaksasi aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dapat menurun di ruang pre operasi instalasi bedah sentral RS ORTOPEDI PROF.Dr.R.SOEHARSO.

Karya ilmiah akhir ini menggunakan metode deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan antara lain pengkajian, diagnosa keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Sampel yang diambil dalam karya ilmiah akhir ini adalah 1 orang klien dengan kriteria inklusi yaitu pasien dengan kecemasan sedang sampai berat, pasien kooperatif dan bersedia diberikan teknik relaksasi aromaterapi mawar.

Hasil karya ilmiah akhir ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi teknik relaksasi aromaterapi mawar sebanyak 1x sehari dengan pengukuran skala kecemasan *Hamilton Rating Scale* (HARS) terdapat pengaruh teknik relaksasi aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi. Saran dalam studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan intervensi non farmakologi dalam penanganan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di pelayanan kesehatan.

Kata Kunci : Pre-operasi, aromaterapi mawar, kecemasan.

Daftar Pustaka : 7 (2018 – 2022)

# NURSING CARE

## PRE-OPERATIVE ORIF PATIENTS: ANXIETY WITH BENSON RELAXATION THERAPY

**Ayunda Occariswana Rindiani <sup>1)</sup>, Martini Listrikawati <sup>2)</sup>**

<sup>1)</sup> Mahasiswa Profesi Ners Program Profesi Universitas Kusuma Husada Surakarta, <sup>2)</sup> Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

[ayundarindiani10@gmail.com](mailto:ayundarindiani10@gmail.com)

Operation or surgery is an invasive procedure that involves opening body tissue. The operation will be given anesthesia which aims to manage pain, hemodynamics and also perioperative management to support the success of the surgery, the operation aims to save the patient's life, prevent disability and complications, elective or cyto surgical procedures have a stressful effect and cause feelings of anxiety in the patient. patient . One of the nursing actions that is effective in overcoming anxiety is the rose aromatherapy relaxation technique.

This final scientific work aims to implement nursing interventions using rose aromatherapy relaxation techniques so that the level of anxiety in pre-operative patients can decrease in the pre-operative room of the central surgical installation at the PROF.Dr.R.SOEHARSO ORTHOPEDIC HOSPITAL.

This final scientific work uses a descriptive method in the form of a case study with a nursing care approach including assessment, nursing diagnosis, nursing implementation and nursing evaluation. The sample taken in this final scientific work was 1 client with the inclusion criteria, namely patients with moderate to severe anxiety, cooperative patients and willing to be given rose aromatherapy relaxation techniques.

The results of this final scientific work show that after intervention with the rose aromatherapy relaxation technique once a day with the Hamilton Rating Scale (HARS) anxiety scale measurement, there is an influence of the rose aromatherapy relaxation technique on anxiety levels in pre-operative patients. It is hoped that the suggestions in this case study can be used as non-pharmacological interventions in handling anxiety levels in pre-operative patients in health services.

Keyword : pre-operation, rose aroma therapy , anxiety  
Bibliography : 7 (2018-2022)

## PENDAHULUAN

*World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa jumlah pasien yang menjalani prosedur pembedahan dari tahun ke tahun mengalami peningkatan yang signifikan, pada tahun 2015 tercatat 140 juta jiwa yang melakukan prosedur pembedahan di seluruh rumah sakit di dunia, sedangkan tahun 2016 mengalami peningkatan menjadi 148 juta jiwa yang menjalani prosedur pembedahan (WHO, 2018). Data dari Departemen Kesehatan Republik Indonesia, tercatat prosedur pembedahan menempati urutan ke sebelas dari 50 penyakit dengan presentase 12,8% di rumah sakit se- Indonesia (Kemenkes RI, 2018).

Operasi atau pembedahan merupakan suatu Tindakan yang bersifat *invasive* dengan cara membuka jaringan tubuh. Operasi akan diberikan anestesi yang bertujuan untuk pengelolaan nyeri, *hemodinamik* dan juga pengelolaan perioperative untuk mendukung keberhasilan pembedahan, operasi bertujuan untuk menyelamatkan nyawa pasien, mencegah kecacatan dan komplikasi (Amila A, 2019). Dalam operasi terdapat beberapa fase-fase yang akan dilalui oleh pasien yaitu pre operasi, fase intra operasi dan fase post operasi. Tindakan operasi yang bersifat elektif ataupun yang bersifat *cyto* memberikan efek yang menegangkan dan menimbulkan perasaan cemas pada pasien (Muttaqin S, 2019).

Secara umum Cemas merupakan suatu perasaan yang muncul saat seseorang berada dalam keadaan yang dapat mengancam keadaan jiwa dan dapat menjadi sinyal untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi suatu keadaan. Kecemasan ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir dan ketakutan (Samfriati, 2020). Kecemasan pre operasi harus segera diatasi karena dapat menyebabkan perubahan secara fisik yang akan menghambat dilakukannya Tindakan operasi sehingga akan menghambat penyembuhan, secara fisik kecemasan akan merangsang kelenjar *adrenal* mengeluarkan hormone *epineprin* yang akan menggerakkan tubuh untuk mengatasi situasi mengancam antara lain meningkatkan detak jantung, tekanan darah dan pernafasan (Kustiawan R, 2018). Salah satu upaya untuk mengatasi

kecemasan pada pasien pre operasi dapat dilakukan melalui 2 cara yaitu dengan terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis yang dapat diterapkan yaitu terapi relaksasi aromaterapi mawar, adalah terapi yang menggunakan minyak essensial atau sari minyak murni untuk membantu memperbaiki atau menjaga Kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta menenangkan jiwa dan raga (Astuti, 2018). Aromaterapi mawar memiliki khasiat sebagai anti depresi, menurunkan tekanan darah, serta mampu mengatasi insomnia, migran, ketegangan saraf, kesedihan, stres dan kecemasan (Poerwadi, 2018).

Dampak positif aromaterapi mawar terhadap penurunan tingkat kecemasan disebabkan karena aromaterapi 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 atau penciuman mempunyai kontak langsung dengan bagian-bagian otak yang bertugas merangsang terbentuknya efek yang ditimbulkan oleh aromaterapi (Koensoemardiyah, 2019).

Tujuan tindakan ini adalah menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi, (Muttaqin 2019) kecemasan pre operasi disebabkan oleh beberapa faktor yaitu takut terhadap nyeri, kematian, terjadinya kecacatan dan ancaman lain yang berdampak pada citra tubuh.

Hasil observasi yang dilakukan peneliti di ruang *prepare room* untuk mencegah terjadinya kecemasan yang bisa dilakukan adalah pemberian terapi relaksasi aromaterapi mawar. Berdasarkan latar belakang tersebut diatas maka peneliti tertarik untuk mengaplikasikan terapi relaksasi aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di ruang *prepare room* instalasi bedah RS Ortopedi Prof.Dr.R.Soeharso dengan kecemasan pasien pre operasi menurun.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam karya ilmiah akhir ini

menggunakan metode deskriptif dalam bentuk studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan yaitu pengkajian, diagnosa keperawatan, implementasi keperawatan dan evaluasi keperawatan. Sampel yang di ambil dalam karya ilmiah akhir ini adalah 1 orang klien dengan diagnosa medis *malunion digiti II manus* (S).

Adapun penetapan kriteria inklusi yaitu pasien pre operasi dengan kecemasan tingkat sedang hingga tingkat berat, pasien berumur 10 – 65 tahun, pasien yang sadar penuh, pasien di ruang *prepare room* RS Ortopedi Prof.Dr.R.*Soeharso* dan bersedia diberikan teknik relaksasi aromaterapi mawar. Kriteria eksklusi yaitu pasien yang tidak merasakan kecemasan dan pasien tidak bersedia diberikan terapi relaksasi aroma terapi mawar. Karya ilmiah ini menggunakan alat ukur tingkat kecemasan dengan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) dengan kriteria skala kategori tidak cemas, kategori kecemasan ringan, kategori kecemasan sedang kategori kecemasan berat, kategori kecemasan hebat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengukuran sebelum diberikan intervensi dilakukan pengkajian dengan mengisi inform consent, menjelaskan langkah prosedur dan melakukan pengisian kuisisioner Skala HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) untuk mengukur tingkat kecemasan, didapatkan hasil tingkat kecemasan berat dengan skor perasaan cemas 38, setelah dilakukan pengukuran diberikan terapi relaksasi benson selama 10-15 menit kemudian diukur kembali tingkat kecemasan pasien menggunakan skala yang sama dengan hasil menurun menjadi tingkat kecemasan sedang dengan skor 25. Dari hasil implementasi tersebut bisa disimpulkan bahwa salah satu terapi yang dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi adalah terapi relaksasi aromaterapi mawar.

Teknik relaksasi aromaterpi mawar dapat menghalangi kerja hormone system saraf simpatis, dengan begitu mencegah timbulnya nyeri dan kecemasan. Pemberian terapi relaksasi aromaterapi mawar merupakan salah satu terapi hirup essensial.

Pasien dengan kecemasan pre operasi harus segera diatasi karena dapat

menyebabkan perubahan secara fisik yang akan menghambat dilakukannya tindakan operasi sehingga akan menghambat penyembuhan, secara fisik kecemasan akan merangsang kelenjar *adrenal* mengeluarkan hormone *epineprin* yang akan menggerakkan tubuh untuk mengatasi situasi mengancam antara lain meningkatkan detak jantung, tekanan darah dan pernafasan (Kustiawan R, 2018). Salah satu penanganan yang dapat dilakukan untuk menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi adalah pemberian aromaterapi mawar. Untuk itu dilakukan tindakan pertama yaitu memonitor tanda-tanda ansietas yang bertujuan untuk mengetahui berapa score pasien mengalami kecemasan dengan menggunakan kuesioner HARS.

Tindakan yang kedua adalah dengan menggunakan terapi relaksasi aromaterapi mawar. Aromaterapi (Aromaterapi mawar) adalah terapi yang menggunakan minyak essensial atau sari minyak murni untuk membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta menenangkan jiwa dan raga (Astuti, 2018). Aromaterapi mawar memiliki khasiat sebagai anti depresi, menurunkan tekanan darah, serta mampu mengatasi insomnia, migran, ketegangan saraf, kesedihan, stres dan kecemasan (Poerwadi, 2018). Cara pemberian aromaterapi ini yaitu dengan cara ditetes di kasa kemudian dirangsang ke hidung atau indra penciuman pasien lalu ditaruh di dada sembari di hirup selama 5-10 menit. Intervensi mengenai terapi relaksasi aroma terapi mawar pada pasien pre operasi berdasarkan jurnal yang telah didapatkan.

## SARAN

### 1. Bagi perawat rumah sakit

Hasil studi kasus ini diharapkan perawat dapat melakukan menerapkan teknik relaksasi benson sebagai intervensi mandiri nafas dalam sebagai salah satu intervensi keperawatan dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien preoperasi.

### 2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil studi kasus ini diharapkan khususnya tenaga pengajar dan pelajar studi kasus ini dapat sebagai salah satu sumber informasi mengenai efektifitas terapi relaksasi aromaterapi mawar terhadap penurunan kecemasan sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu terapi alternative.

### 3. Bagi Klien

Diharapkan klien mampu menggunakan teknik relaksasi aromaterapi mawar dapat dilakukan secara mandiri dalam mengendalikan dan mengurangi kecemasan.

### 4. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan hasil studi kasus ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam menambah wawasan keilmuan dan referensi bagi rumah sakit untuk menjadikan teknik relaksasi aromaterapi mawar menjadi salah satu cara dalam manajemen kecemasan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Wahyu, A. (2018). Efektifitas Relaksasi Aromaterapi Mawar Terhadap Penurunan Nyeri Pasien Pasca Sectio Caesarea. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 151(2), 10–17
- Yanti, D., & Efi, K. (2018). Efektifitas Relaksasi Aromaterapi Mawar Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Luka Post Seksio Sesaria. *COPING (Community of Publishing in Nursing)*, 3(1),
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2019). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93.
- Inayati, A., Hasanah, U., & Maryuni, S. (2021). Relaksasi Aromaterapi Mawar Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendau*, 11, 1–10
- Amila, A. M. (2019). Hubungan Efikasi Diri Dengan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Di Rumah Sakit Tingkat III Baladhika Husada Jember.
- Pardede, J. A., Sitepu, F. S. A., & Saragih, M. (2018). *The Influence of Deep Breath Relaxation Techniques and Five-Finger Hypnotic Therapy on Preoperative Patient Anxiety. Journal of Psychiatry*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/http://doi.org/10.32437/Jpsychiatry-2018>
- Muttaqin, A. dan Sari, K. (2019). *Asuhan Keperawatan Perioperatif: Konsep Proses dan Aplikasi*. Salemba Medika.

