

**PENERAPAN PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
PENURUNAN KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK  
DI RSUD BUNG KARNO SURAKARTA**

Lisa Asri Nugraheni<sup>1</sup>, Rufaida Nur Fitriana<sup>2</sup>

<sup>1</sup>) Mahasiswi Prodi Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2</sup>) Dosen Prodi Profesi Ners Universitas Kusuma Husada Surakarta

Email : [lisanugraheni021@gmail.com](mailto:lisanugraheni021@gmail.com)

Abstrak

Gagal Ginjal Kronik (GGK) atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) merupakan penurunan fungsi pada ginjal yang progresif yang ditandai dengan penurunan laju filtrasi glomerulus/LFG dan peningkatan kadar kreatinin dalam darah. Terapi yang dapat diberikan pada pasien dengan gagal ginjal stadium akhir yaitu hemodialisa. Dalam hal ini pasien juga mengalami ansietas/kecemasan yang dikarenakan terapi hemodialisa yang dialami sepanjang hidupnya. Aromaterapi merupakan salah satu metode terapi keperawatan yang menggunakan bahan cairan tanaman yang mudah menguap atau dikenal sebagai minyak esensial dan senyawa aromatik lainnya dari tumbuhan yang bertujuan untuk mempengaruhi suasana hati atau kesehatan seseorang.

Subjek studi kasus pada penelitian ini adalah 1 responden dengan gagal ginjal kronik yang mengalami kecemasan yang menjalani hemodialisa di RSUD Bung Karno Surakarta. Studi kasus ini dilakukan pada tanggal 6 Juni 2024. Pengukuran kecemasan menggunakan instrumen ZSAS (*Zung Self Rating Anxiety Scale*).

Hasil evaluasi yang telah dilakukan selama 3x dalam proses hemodialisa yaitu *pre test* mengisi kuesioner kecemasan kemudian setelah dilakukan akses vaskuler pasien diminta menghirup aromaterapi lavender selama 15 menit dilakukan selama 3x dengan jeda setiap intervensi 15 menit, kemudian untuk intervensi yang ketiga pasien diminta istirahat 10 menit kemudian dilakukan *post test*. Hasil *pre test* didapatkan skor 60 (kecemasan sedang) dan *post test* mendapatkan skor 46 (kecemasan ringan).

Kesimpulan dari penerapan pemberian aromaterapi lavender memiliki pengaruh terhadap penurunan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Bung Karno Surakarta.

Kata Kunci : Aromaterapi Lavender, Kecemasan, Pasien Gagal Ginjal Kronik

Daftar Pustaka : 21 (2014 – 2023)

## PENDAHULUAN

Gagal Ginjal Kronik (GGK) atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) merupakan penurunan fungsi pada ginjal yang progresif yang ditandai dengan penurunan laju filtrasi glomerulus/LFG dan peningkatan kadar kreatinin dalam darah (Wijayanti et al., 2022). Terapi yang dapat diberikan pada pasien dengan gagal ginjal stadium akhir yaitu hemodialisa, terapi ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup dan memperpanjang usia harapan hidup pasien dengan gagal ginjal kronik (Kevin & Wihardja, 2022). Pasien gagal ginjal kronik yang dilakukan hemodialisa dimaksudkan untuk mengeluarkan sisa-sisa metabolisme atau racun tertentu dari peredaran darah manusia seperti kelebihan ureum, kreatinin, asam urat dan zat-zat lain melalui membran semipermeabel (Ulya et al., 2020).

Berdasarkan data angka kejadian gagal ginjal kronik di Indonesia yaitu sebesar 0,38% dari jumlah penduduk Indonesia sebesar 252.124.458 jiwa maka terdapat 713.783 jiwa yang menderita gagal ginjal kronis di Indonesia (Kementrian Kesehatan RI, 2020). Dan untuk prevalensi hemodialisis di Indonesia sebesar 2.850 jiwa di RS Royal Prima. RSUD Bung Karno Surakarta terdapat Ruang Hemodialisa dengan jumlah bed yang digunakan saat ini 5 bed dengan total pasien 24 orang. Setiap pasien rutin menjalankan terapi hemodialisis sesuai jadwal masing-masing hari senin-sabtu dan dibagi menjadi 2 sesi yaitu sesi pagi mulai pukul 07:00 – 12:00 dan sesi siang pukul 12:00 – 17:00 dengan durasi hemodialisis

selama 4 ½ jam. Pada Ruang Hemodialisa RSUD Bung Karno untuk tindakan non farmakologis untuk mengurangi rasa cemas belum terlaksana dan masih bergantung pada teknik farmakologi.

Kecemasan adalah perasaan yang menetap berupa rasa was-was, perasaan tidak menyenangkan, khawatir dan perasaan ambigu bersama dengan gejala fisik seperti berkeringat, sakit kepala, gelisah, dan jantung berdebar-debar yang merupakan respons terhadap ancaman yang tidak terduga, respon yang meliputi fisiologis, afektif, dan perubahan kognitif. Ketika pasien cemas akan mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi dan merasakan adanya perasaan terganggu yang akan berdampak negatif terhadap pekerjaan dan hubungan dengan orang lain (Barati, 2016).

Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan adalah dengan menggunakan terapi non farmakologis yaitu aromaterapi lavender. Terapi non farmakologis yang dapat digunakan adalah terapi komplementer yaitu *Complementary and Alternative Medicine* (CAM) (Lin, G. H., Chang, W. C., Chen, K.J., 2016). Salah satu jenis CAM yang sedang populer digunakan dalam bidang kesehatan yaitu aromaterapi.

Aromaterapi merupakan salah satu metode terapi keperawatan yang menggunakan bahan cairan tanaman yang mudah menguap atau dikenal sebagai minyak esensial dan senyawa aromatik lainnya dari tumbuhan yang bertujuan untuk mempengaruhi suasana hati atau kesehatan seseorang (Warjiman, Ivana, T., & Triantoni, 2017).

Penggunaan aromaterapi dapat diberikan melalui beberapa cara antara lain berendam, pijat, kompres, inhalasi. (Dehkordi, A. K., Tayebi, A., Ebadi, A., 2017). Senyawa aromaterapi melalui inhalasi akan langsung memberikan efek terhadap sistem saraf pusat dan akan mempengaruhi keseimbangan korteks serebro serta saraf-saraf yang terdapat pada otak (Bouya, S., Ahmadidarehsima, S., 2018).

Aromaterapi inhalasi dapat digunakan sebagai salah satu terapi alternatif dan terapi komplementer untuk mengatasi kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa serta meminimalkan efek samping farmakologi. (Agustin et al., 2020).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan didapatkan pasien yang menjalani hemodialisa diukur dengan instrumen ZSAS mengalami kecemasan dengan skor 60 (kecemasan sedang) dan belum mengetahui tindakan non farmakologis untuk mengurangi rasa cemas dan masih bergantung pada teknik farmakologi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan penerapan aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa.

## **METODE**

Penerapan ini dilaksanakan di Ruang Hemodialisa RSUD Bung Karno Surakarta pada tanggal 6 Juni 2024. Rancangan penerapan yang digunakan adalah studi kasus. Subjek yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi yaitu pasien gagal ginjal kronik yang

mengalami kecemasan saat menjalani hemodialisa di RSUD Bung Karno Surakarta, pasien dalam kondisi sadar penuh, tidak mengalami gangguan indra penciuman dan tidak alergi, pasien yang tidak ada trauma penerimaan aromaterapi lavender, sedangkan kriteria eksklusi yaitu pasien yang mengalami gangguan indra penciuman, pasien yang tidak mau mengikuti kegiatan, pasien yang tidak mengalami kecemasan.

Prosedur pemberian aromaterapi yaitu sebelum dilakukan intervensi pasien diminta untuk mengisi kuesioner kecemasan (*pre test*). Pemberian aromaterapi lavender dilakukan sebanyak 3 kali selama pasien menjalankan hemodialisis diberi jeda setiap intervensi. Setelah pasien dilakukan akses vaskular dan dihubungkan dengan mesin dialisis pasien diberikan *cutton bud* yang sudah direndam dalam tiga tetes minyak esensial lavender. *Cutton bud* diletakkan 1 cm di bawah hidung dan pasien diminta untuk bernafas normal selama 15 menit, setelah pemberian intervensi ketiga pasien diminta istirahat selama 10 menit sebelum mengisi kuesioner kecemasan (*post-test*) (Setyawan et al., 2022). Instrumen yang digunakan untuk mengukur kecemasan menggunakan skala ukur ZSAS, dengan kriteria skor 20 – 44 : kecemasan ringan, skor 45 – 59 : kecemasan ringan, skor 60 – 74 : kecemasan sedang, skor 75 – 80 : kecemasan berat.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pengkajian:**

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan pada tanggal 14 Mei 2024 didapatkan hasil, responden bernama Ny.W jenis kelamin

perempuan berusia 50 tahun, sudah menjalani HD rutin selama  $\pm$  1 tahun, tinggal di Wonosari Klaten. Pasien mengeluhkan cemas, khawatir dan bingung, pasien mengatakan jantungnya berdebar – debar. Pasien tampak gelisah, pasien tampak tegang, TTV intra HD : TD 153/90 mmHg, N : 88x/menit, S : 36,6°C), saat dilakukan observasi menggunakan skala kecemasan ZSAS didapatkan gejala kecemasan kategori sedang dengan total skor 60 (kecemasan sedang).

Sumber stressor kecemasan saat tindakan hemodialisa dibagi menjadi 3 tahapan yaitu sebelum hemodialisa, intra hemodialisa, dan setelah hemodialisa. Tahapan kecemasan yang sedang dirasakan pasien yaitu pada tahap intra hemodialisa. Sesuai dengan teori (Hurlock, 2015; dalam (Juwita & Kartika, 2019). Faktor yang mempengaruhi kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa yaitu faktor emosional pasien dimana seseorang yang dalam keadaan takut semua anggota badan terasa tegang termasuk otot-otot tidak rileks seperti biasanya. Ketegangan yang berlebih akan berdampak pada ketidakseimbangan tubuh dan kemudian memuncak menjadi kecemasan.

#### **Diagnosa Keperawatan:**

Diagnosa keperawatan pada kasus ini adalah Ansietas. Ansietas berhubungan dengan krisis situasional ditandai dengan pasien mengeluh kadang lemas, pasien mengeluh merasa cemas, pasien mengeluh merasa bingung, pasien mengeluh khawatir, jantung berdebar - debar (D.0080). Hasil analisa data pada diagnosa ini adalah pasien

mengeluh cemas merasa khawatir merasa bingung, pasien mengatakan jantungnya berdebar – debar, pasien tampak gelisah, pasien tampak tegang, TTV intra HD (TD : 153/90 mmHg, N : 88x/menit, S : 36,6°C). Masalah keperawatan Ansietas tersebut lebih diprioritaskan penulis dari beberapa masalah keperawatan yang lain yang muncul pada pasien.

Proses hemodialisis menyebabkan berbagai masalah pada pasien yang menjalani hemodialisis, seperti menyebabkan ketidaknyamanan dan menurunnya kualitas hidup yang meliputi kesehatan fisik, spiritual, finansial, psikologis. Terapi hemodialisis yang berlangsung lama bahkan seumur hidup yang menyebabkan stressor sehingga dapat mengakibatkan kecemasan.

#### **Intervensi:**

Intervensi yang diberikan pada Ny. W dengan gagal ginjal kronik dengan Ansietas berhubungan dengan krisis situasional dibuktikan dengan pasien mengatakan cemas, merasa khawatir, merasa bingung, pasien tampak gelisah, pasien tampak tegang, hasil TTV pre HD TD : 145/87 mmHg, N : 88x/menit, S : 36,5 °C, RR : 20x/menit. Tujuan perencanaan keperawatan pada Ny. W yaitu Setelah dilakukan intervensi selama 1 x 4 ½ jam diharapkan kecemasan dapat teratasi dengan kriteria hasil : Tingkat Ansietas (L.09093) Verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi menurun, Perilaku gelisah menurun. Dilakukan pemberian aromaterapi lavender selama 3x saat proses hemodialisis dengan menggunakan *cutton bud* yang telah direndam dalam 3 tetes

minyak aromaterapi dan dihirup selama 15 menit.

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.

#### **Implementasi:**

Hasil implementasi memberikan tindakan aromaterapi lavender, respon subjektif pasien mengatakan bersedia diberikan tindakan pemberian aromaterapi lavender, respon obyektif pasien tampak tenang dan nyaman, sebelum diberikan aromaterapi lavender tingkat kecemasan didapatkan total skor 60 (kecemasan sedang) dan sesudah diberikan aromaterapi lavender tingkat kecemasan menurun menjadi 46 (kecemasan ringan) artinya ada penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan aromaterapi lavender.

Pasien juga mengatakan merasa rileks karena pada saat penerapan pemberian aromaterapi lavender didukung dengan lingkungan yang nyaman.

#### **Evaluasi:**

Hasil evaluasi keperawatan berdasarkan studi kasus pada Ny. W yang telah didapatkan dalam penelitian pemberian aromaterapi lavender dilakukan selama 3x saat menjalankan hemodialisis didapatkan hasil bahwa nilai kecemasan Ny. W menurun dengan pengukuran skala ukur ZSAS dari skor 60 (cemas sedang) menjadi skor 46 (skala ringan).

Gagal Ginjal Kronik (GGK) atau *Chronic Kidney Disease* (CKD) merupakan penurunan fungsi pada ginjal yang progresif yang ditandai dengan penurunan laju filtrasi glomerulus/LFG dan peningkatan kadar kreatinin dalam darah (Wijayanti et al., 2022). Penyakit ini dapat disebut juga CKD stadium 5 dan juga disebut penyakit gagal ginjal stadium akhir *End Stage Renal Disease* (ESRD) (Wibowo, 2014). Tindakan hemodialisis mengakibatkan pasien mengalami kecemasan. Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan yaitu dengan teknik nonfarmakologis adalah aromaterapi lavender. Aromaterapi merupakan salah satu metode dengan bahan cairan tanaman yang mudah menguap atau dikenal sebagai minyak esensial dan senyawa aromatik lainnya dari tumbuhan yang bertujuan untuk mempengaruhi suasana hati atau kesehatan seseorang.

Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan yaitu dengan teknik nonfarmakologis adalah aromaterapi lavender. Aromaterapi merupakan salah satu metode dengan bahan cairan tanaman yang mudah menguap atau dikenal sebagai minyak esensial dan senyawa aromatik lainnya dari tumbuhan yang bertujuan untuk mempengaruhi suasana hati atau kesehatan seseorang.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender pasien mengatakan jika dirinya merasakan cemas yang dibuktikan dengan pasien mengeluh cemas, merasa bingung, merasa khawatir, jantung berdebar-debar pasien tampak gelisah dan diukur dengan kuesioner kecemasan ZSAS

didapatkan skor 60 (cemas sedang) dan setelah diberikan aromaterapi lavender didapatkan skor 46 (cemas ringan).

Berdasarkan hal tersebut untuk menurunkan kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa dapat diatasi dengan menggunakan aromaterapi lavender. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Kiani, Shahrakipour, Zadeh, 2016) menyatakan bahwa aromaterapi inhalasi lavender menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender mempunyai pengaruh terhadap kecemasan pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa.

#### **KESIMPULAN**

Aromaterapi lavender merupakan terapi komplementer yang diberikan kepada pasien gagal ginjal untuk menurunkan kecemasan saat menjalani hemodialisa. Berdasarkan hasil penelitian pada diagnosa keperawatan ansietas yang telah dilakukan implementasi kepada pasien bahwa aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan pada pasien gagal ginjal. Sehingga intervensi aromaterapi lavender ini bisa digunakan dalam menurunkan kecemasan sebagai terapi nonfarmakologis pendamping obat.

#### **SARAN**

1. Bagi Rumah Sakit  
Sehingga berkontribusi dalam memberikan aromaterapi lavender untuk menurunkan kecemasan pada pasien yang menjalani hemodialisa.
2. Bagi Perawat

Berdasarkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan tambahan terapi komplementer untuk menurunkan kecemasan pada pasien gagal ginjal yang menjalani hemodialisa.

#### **3. Bagi Pasien**

Penelitian ini diharapkan bisa memotivasi pasien gagal ginjal yang rutin menjalani hemodialisa untuk menurunkan kecemasan dengan aromaterapi lavender yang bisa diterapkan sendiri dirumah.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Agustin, A., Hudiyawati, D., & Purnama, P. A. (2020). Pengaruh aroma terapi inhalasi terhadap kecemasan pasien hemodialisa. *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Keperawatan*, 16–24.
- Barati, M., Jafari, D., Moghaddam, S. . (2016). Investigating the Effect of Types of Relationship Marketing in Customer Loyalty by using Structural Equation Modeling (SEM) (Case Study Mellat Bank Branches of Tehran. *International Journal of Humanities and Cultural Studies (IJHCS)*, 2.
- Bouya, S., Ahmadidarehsima, S., Badakhsh, M., & Balouchi, A. (2018). Complementary Therapies in Clinical Practice Effect of aromatherapy interventions on hemodialysis complications: A systematic review. *Journal Complementary Therapies in Clinical Practice*, 32(April), 130–138

- Dehkordi, A. K., Tayebi, A., Ebadi, A., S., & H., & Einollahi, B. (2017). Effects of Aromatherapy Using the Damask Rose Essential Oil on Depression , Anxiety , and Stress in Hemodialysis Patients : A Clinical Trial. *Journal Nephrourol Mon. Journal Nephrourol Mon*, 9(6), 6–10
- Juwita, L., & Kartika, I.R , (2019). Pengalaman menjalani hemodialisa pada pasien gagal ginjal kronis, *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(1), 97–106.  
<https://doi.org/doi.org/10.22216/jen.v4i1.3707>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*. [https://doi.org/10.5005/jp/books/11257\\_5](https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5)
- Kevin, C., & Wihardja, H. (2022). Efektivitas relaksasi Benson dan teknik guided imagery terhadap kecemasan pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis: Studi Literatur. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 4(1), 22–32.  
<https://jurnal.stikessitihajar.ac.id/index.php/jhsp/indexhtml/tp://u.lipi.go.id/1546917344>
- Kiani, F., Shahrakipour, M., & Zadeh, M. A. H. (2016). The Effect Of Inhaling Lavender On Hemodialysis Patient's Anxiety. *International Journal Of Pharmacy & Techonolgy*, 8(2), 13853 – 13865.
- Lin, G. H., Chang, W. C., Chen, K. J., Tsai, C. C., Hu, S. Y., & Chen, L. L. (2016). Effectiveness of Acupressure on the Taichong Acupoint in Lowering Blood Pressure in Patients with Hypertension : A Randomized Xclinical Trial. *Evidence Based Complementary and Alternative Medicine*, 9.
- Ogata, K., Ataka, K., Suzuki, H., Yagi, T., Okawa, A., Fukumoto, T., Zhang, B., Nakata, M., Yada, T., & Asakawa, A. (2020). Lavender Oil Reduces Depressive Mood in Healthy Individuals and Enhances the Activity of Single Oxytocin Neurons of the Hypothalamus Isolated from Mice. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2020.  
<https://doi.org/10.1155/2020/5418586>
- Sánchez-Vidaña, D. I., Po, K. K. T., Fung, T. K. H., Chow, J. K. W., Lau, W. K. W., So, P. K., Lau, B. W. M., & Tsang, H. W. H. (2019). Lavender Essential Oil Ameliorates Depression-Like Behavior and Increases Neurogenesis and Dendritic Complexity in Rats. *Neuroscience Letters*, 701(February), 180–192.  
<https://doi.org/10.1016/j.neulet.2019.02.042>
- Setyawan et al. (2022). The Effect of Aromatherapy on Anxiety in Patients Undergoing Hemodialysis during COVID-19 Pandemic. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 285 – 290
- Ulya, L., Krisbiantoro, P., Hartinah, D., Karyati, S., & Widaningsih.

- (2020). Hubungan durasi hemodialisa dengan tekanan darah pasien gagal ginjal kronik di ruang hemodialisis RSI Pati. *Indonesia Jurnal Perawat*, 5(1), 1–7
- Warjiman, Ivana, T., & Triantoni, Y. (2017). Efektifitas Aromaterapi Inhalasi Lavender Dalam Mengurangi Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa Di BLUD RSUD DR. Doris Sylvanus Palangka Raya. *Journal Keperawatan*, 7(7)
- Wijayanti, E. A., Bara, A. A., & Riton, H. (2022). Edukasi dan pengenalan aromaterapi lavender terhadap tingkat kelelahan (fatigue) pada pasien hemodialisa. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan*, 2(4).