



Pengaruh Aromaterapi Mawar terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi dengan *Spinal* Anestesi di RS PKU Muhammadiyah Gamping

Heni Agustini ^{1*}, Joko Murdiyanto ², Nia Handayani ³

¹⁻³ Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

Jl. Siliwangi (Ring Road Barat) No. 63 Nogotirto, Gamping, Sleman, Yogyakarta. 55292

Korespondensi penulis: henny022019@gmail.com

Abstract. *Preoperative anxiety is common for patients, especially those who will undergo spinal anesthesia. The level of anxiety can vary, from mild anxiety to panic attacks, which can potentially affect the outcome of surgery and the recovery process. To overcome this problem, rose aromatherapy with a diffuser offers a non-pharmacological solution. A study was conducted in the Operating Room of PKU Muhammadiyah Gamping Hospital to determine the effect of rose aromatherapy on the level of anxiety of pre-operative patients with spinal anesthesia. This study used a pre-experimental one group pretest posttest design, which showed that rose aromatherapy can significantly reduce anxiety levels in patients who will undergo surgery with spinal anesthesia. This study involved 30 respondents selected through a purposive sampling technique. Data were collected using a questionnaire and analyzed statistically using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results of the analysis showed a significance value of 0.000, which means that there is a significant effect of giving rose aromatherapy on the level of patient anxiety. In other words, the alternative hypothesis (Ha) is accepted and the null hypothesis (H0) is rejected. Conclusion, rose aromatherapy is proven to be effective in reducing pre-operative anxiety in patients with spinal anesthesia at PKU Muhammadiyah Gamping Hospital. This study is expected to be an additional reference for future research and provide valuable information for health workers in pre-operative anxiety intervention efforts.*

Keywords: *Preoperative, Anxiety, Rose Aromatherapy*

Abstrak. Kecemasan sebelum operasi adalah hal yang umum bagi pasien, terutama mereka yang akan menjalani anestesi spinal. Tingkat kecemasan ini bisa beragam, dari kegelisahan ringan hingga serangan panik, yang berpotensi memengaruhi hasil operasi dan proses pemulihan. Untuk mengatasi masalah ini, aromaterapi mawar dengan diffuser menawarkan solusi non-farmakologis. Sebuah penelitian dilakukan di Ruang Bedah RS PKU Muhammadiyah Gamping untuk mengetahui pengaruh aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan pasien pra-operasi dengan anestesi spinal. Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental one group pretest posttest*, telah menunjukkan bahwa aromaterapi mawar secara signifikan dapat mengurangi tingkat kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi dengan anestesi spinal. Penelitian ini melibatkan 30 responden yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara statistik menggunakan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi 0,000, yang berarti ada pengaruh signifikan dari pemberian aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan pasien. Dengan kata lain, hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (H0) ditolak. kesimpulan, aromaterapi mawar terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan pra-operasi pada pasien dengan anestesi spinal di RS PKU Muhammadiyah Gamping. Studi ini diharapkan dapat menjadi rujukan tambahan untuk penelitian di masa depan dan memberikan informasi berharga bagi tenaga kesehatan dalam upaya intervensi kecemasan pra-operasi.

Kata kunci: *Pre operasi, Kecemasan, Aromaterapi mawar*

1. LATAR BELAKANG

Operasi merupakan tindakan pembedahan medis yang dilakukan untuk memperbaiki kondisi kesehatan pasien melalui manipulasi atau penghilangan jaringan tubuh menggunakan alat-alat seperti pisau bedah, laser, jarum, dan sejenisnya. Tindakan operasi melibatkan penerapan teknik invasif seperti membuka atau mengekspos bagian tubuh tertentu serta membuat sayatan pada area yang memerlukan perawatan (Oroh, A., *et al.*, 2022).

Anestesi *spinal* merupakan teknik yang umum digunakan untuk memberikan analgesia pada area tubuh tertentu. Beberapa teknik anestesi *regional* yang sering dilakukan meliputi blok

paraservikal, blok *kaudal*, blok *epidural*, dan blok *subarakhnoid*. Anestesi serebrospinal di ruang subarakhnoid, yang bertujuan untuk menghilangkan nyeri dan memblokir impuls nyeri agar tidak sampai ke otak. Teknik anestesi spinal umumnya dipilih untuk prosedur pembedahan yang berfokus pada area perut bagian bawah, panggul, perineum, sistem urologi, dan ekstremitas bawah (Mendonça, F. T., *et al* 2021).

Menurut World Health Organization (WHO) ada peningkatan signifikan dalam jumlah tindakan operasi yang dilakukan di seluruh dunia setiap tahun. Hal ini menunjukkan bahwa bedah adalah komponen kesehatan yang semakin penting secara global. Pada tahun 2020 saja, diperkirakan ada 165 juta prosedur bedah yang dilakukan. Secara keseluruhan, sekitar 234 juta pasien dirawat di berbagai rumah sakit secara global pada tahun yang sama. Di Indonesia, tren peningkatan ini juga terlihat jelas. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) menunjukkan bahwa pada tahun 2020, terdapat sekitar 1,2 juta tindakan operasi yang dilakukan. Tingkat kecemasan pada pasien pra-operatif mencapai sekitar 534 juta. Di Indonesia, angka kecemasan terus meningkat setiap tahunnya, dengan prevalensi kecemasan pada populasi dewasa mencapai 11,6%. Khusus pada pasien yang akan menjalani operasi, prevalensi kecemasan berkisar antara 75 hingga 90% (Ramadhan *et al.*, 2023).

Kecemasan adalah reaksi emosional berupa perasaan khawatir yang tidak spesifik, disertai rasa ketidakpastian dan ketidakberdayaan. Kecemasan muncul sebagai respons terhadap berbagai bentuk stres, baik yang bersifat fisik maupun fisiologis. Pada pasien, kecemasan seringkali berkaitan dengan ketakutan terhadap prosedur medis dan kekhawatiran akan risiko terhadap keselamatan jiwa akibat pelaksanaan operasi serta tindakan anestesi. Apabila kecemasan tidak diatasi dapat menimbulkan dampak negatif seperti peningkatan tekanan darah, nadi meningkat dan dapat membahayakan pada saat proses pembedahan. Untuk mengatasi hal tersebut ada dua penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi (Alhayyu *et al.*, 2020).

Pasien yang menjalani anestesi spinal seringkali mengalami kecemasan. Untuk mengatasi ini, terapi non-farmakologis bisa menjadi pilihan efektif. Salah satu metode non-farmakologis tersebut adalah aromaterapi mawar, yang terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan. Bunga mawar memiliki kandungan senyawa kimia yang unik, terutama *geraniol* dan *linalool*, yang membuatnya sangat efektif dalam mengurangi kecemasan dan memberikan efek menenangkan. Hal ini membuat minyak esensial mawar menjadi pilihan populer dalam aromaterapi. (Kholifah *et al.*, 2019)

Pemerintah Indonesia, melalui Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 519/MENKES/PER/III/2011, telah menetapkan pedoman untuk pelayanan anestesiologi dan terapi intensif di rumah sakit. Tujuan utama dari pedoman ini adalah untuk memastikan bahwa setiap

pasien mendapatkan layanan anestesi, analgesia, dan sedasi yang aman, efektif, manusiawi, dan memuaskan selama prosedur pembedahan, tindakan medis, atau ketika mereka mengalami trauma yang menimbulkan nyeri, kecemasan, dan stres psikologis. Menurut peraturan tersebut, penata anestesi memiliki peran dan fungsi krusial dalam memberikan pemahaman yang komprehensif kepada pasien mengenai prosedur operasi yang akan mereka jalani. Ini menunjukkan pentingnya komunikasi dan edukasi pasien sebagai bagian integral dari pelayanan anestesi.

2. KAJIAN TEORITIS

Kecemasan

Kecemasan adalah reaksi emosional yang ditandai oleh perasaan tidak nyaman, kegelisahan, dan respons fisik yang berlebihan. Ini adalah pengalaman yang sangat subjektif bagi setiap individu, sering kali muncul sebagai perilaku yang tidak biasa atau kesulitan emosional sebagai respons terhadap peristiwa yang belum pasti. Beberapa faktor yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan pra-operasi meliputi: usia, jenis kelamin dan Tingkat Pendidikan (Sutejo, 2017). Kecemasan dapat ditangani melalui dua pendekatan utama: terapi farmakologis (penggunaan obat-obatan) dan terapi non-farmakologis. Salah satu cara non-farmakologis yang dapat digunakan adalah aromaterapi mawar yang diaplikasikan melalui diffuser (Astuti D, Hartinah D, 2019).

Aromaterapi

Aromaterapi adalah pengobatan alami yang memanfaatkan aroma dari tumbuhan untuk memperbaiki suasana hati, menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta menenangkan pikiran. Aromaterapi memengaruhi sistem limbik di otak, yang bertanggung jawab atas emosi, suasana hati, dan ingatan. Cara kerjanya adalah dengan merangsang produksi *neurohormon* seperti *endorfin* dan *enkefalin* (peredam nyeri alami), serta *serotonin* yang membantu mengurangi ketegangan, stres, dan kecemasan. (Yuana et al., 2023).

Aromaterapi mawar sering dimanfaatkan sebagai terapi alami untuk mengatasi masalah tidur. Wanginya yang menenangkan dapat membantu relaksasi tubuh dan melegakan otot pikiran, sehingga memudahkan seseorang untuk tertidur lelap. Selain itu, aroma mawar juga dipercaya efektif dalam mengurangi gejala kecemasan dan depresi, serta meningkatkan suasana hati. Aromaterapi mawar kaya akan kandungan yang bermanfaat, seperti sifat *cell rejuvenator* (peremaja sel), antiseptik, dan anti-radang (Sholehah et al., 2020).

Anestesi Spinal

Anestesi *spinal* adalah salah satu jenis bius yang bekerja dengan memblokir saraf di tulang belakang bagian bawah. Obat bius disuntikkan ke ruang yang sangat kecil di sekitar sumsum tulang belakang. Akibatnya, pasien akan kehilangan rasa dan kemampuan untuk menggerakkan bagian

tubuh bawah seperti kaki dan perut bagian bawah selama operasi. Pada tindakan anestesi regional menjadi pilihan dikarenakan tingginya morbiditas dan mortalitas maternal pada teknik anestesi umum. Keuntungan menggunakan anestesi regional adalah risiko terhadap aspirasi berkurang (Rehata, N., Hanindito, E., 2019).

Pre Operasi

Pre operasi merupakan fase awal dalam rangkaian perawatan bedah yang dimulai sejak pasien tiba di ruang penerimaan. Selama periode ini, tim medis melakukan evaluasi komprehensif terhadap kondisi fisik dan psikologis pasien, serta memberikan edukasi mengenai prosedur operasi dan persiapan yang diperlukan. Koordinasi yang erat antar tim medis memastikan kesiapan pasien dan meminimalkan risiko komplikasi selama tindakan bedah. Selain itu, Memberikan informasi yang jelas bertujuan untuk mengurangi kecemasan pasien dan meningkatkan pemahaman mereka mengenai prosedur yang akan dijalani. (Hidayat, A. I., & Siwi, 2019).

Tahap persiapan pra-operasi mencakup periode sejak keputusan untuk melakukan pembedahan dibuat hingga pasien tiba di meja operasi. Selama fase krusial ini, perawat memegang peran penting dalam menilai kondisi pasien. Penilaian yang dilakukan perawat meliputi status fisiologis (kondisi fisik) dan psikologis (kondisi mental dan emosional) pasien. Tujuannya adalah untuk memastikan semua kebutuhan pasien terpenuhi, yang pada akhirnya akan mendukung keberhasilan tindakan operasi dan pemulihan pasien (Widyasworo Hartanti et al., 2024).

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian *pre eksperiment* dengan *one group pre-test post-test design*. Kelompok sampel akan diberikan *pre-test* terlebih dulu, yang kemudian diikuti dengan pemberian perlakuan tertentu serta dilanjutkan dengan pemberian *post test*. Hasil yang didapat pada saat pemberian *pre-test* akan dibandingkan dengan hasil yang didapat saat *post-test* untuk kemudian dilakukan penelitian terkait apakah terdapat perubahan pada kelompok eksperimen. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan pasien *pre* operasi dengan spinal anestesi sebelum diberikan aromaterapi mawar. Kemudian di evaluasi sebanyak dua kali yakni sebelum diberikan intervensi (*pre test*) dan sesudah di berikan intervensi (*post test*). Fokus utama adalah tingkat kecemasan pasien *pre* operasi sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi. Usia dikontrol sebagai variabel pengganggu, sedangkan jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan riwayat pembedahan dicatat sebagai karakteristik responden tanpa dikontrol.

Dalam penelitian ini, tingkat kecemasan pasien diukur menggunakan kuesioner Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS), yang hasilnya dikelompokkan menjadi lima

kategori: tidak cemas (skor 1-6), cemas ringan (skor 7-12), cemas sedang (skor 13-18), cemas berat (skor 19-24), dan cemas sekali/panik (skor 25-30); meskipun populasi total adalah 109 pasien, penelitian ini hanya melibatkan 30 responden yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*.. Pengambilan 30 responden berdasarkan ketetapan yang dikemukakan (Sugiyono, 2019) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa ukuran sampel yang layak digunakan dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500 responden. Berdasarkan kriteria inklusi seperti Pada pasien dengan *spinal* anestesi, Pasien sadar (*composmentis*), Pasien yang bersedia menjadi responden, Usia 17 - 65 tahun.

Analisis data terbagi menjadi dua jenis utama: univariat dan bivariat. Analisis univariat berfokus pada deskripsi karakteristik tunggal dari sebuah dataset. Misalnya, dalam konteks pasien pra-operasi dengan anestesi spinal, analisis univariat akan mendeskripsikan karakteristik seperti usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan pasien secara terpisah. Tujuannya adalah untuk mendapatkan gambaran umum dari setiap variabel. Sedangkan analisis bivariat memeriksa hubungan antara dua variabel. Tujuannya adalah untuk memahami bagaimana satu variabel (variabel bebas) mungkin memengaruhi atau berhubungan dengan variabel lain (variabel terikat). Contohnya, untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan, Anda akan menggunakan analisis bivariat untuk melihat apakah ada hubungan antara penggunaan aromaterapi (variabel bebas) dan tingkat kecemasan (variabel terikat) pada pasien.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Usia		
17-25 Tahun	8	26,7
26-45 Tahun	15	50,0
46-65 Tahun	7	23,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	46,7
Perempuan	16	53,3
Tingkat Pendidikan		
SD	4	13,3
SMP	3	10,0
SMA	19	63,3
Perguruan Tinggi	4	13,3
Perguruan Tinggi	4	13,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan usia, Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 26-45 tahun (50,0%), berjenis kelamin perempuan (53,3%), dan memiliki pendidikan terakhir SMA (63,3%).

Tabel 2. Tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi mawar

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Pre test		
Tidak cemas	0	0
Cemas ringan	0	0
Cemas sedang	14	46,7
Cemas berat	10	33,3
Panik	6	20,0
Post test		
Tidak cemas	7	23,3
Cemas ringan	18	60,0
Cemas sedang	5	16,7
Cemas berat	0	0
Panik	0	0
Total	30	100

Berdasarkan tabel 2 tersebut sebelum intervensi diberikan (pada tahap *pre-test*), sebagian besar responden menunjukkan tingkat kecemasan yang signifikan. Sebanyak 14 responden (46,7%) berada pada kategori cemas sedang, sementara 10 responden (33,3%) mengalami cemas berat. Bahkan, 6 responden (20,0%) menunjukkan gejala panik.

Berdasarkan hasil post test setelah intervensi, terjadi pergeseran yang jelas pada tingkat kecemasan responden. Sebanyak 7 responden (23,3%) kini tidak lagi merasa cemas, sementara mayoritas responden, yaitu 18 orang (60,0%), hanya mengalami cemas ringan. Sisanya, 5 responden (16,7%), masih menunjukkan tingkat cemas sedang.

Tabel 3. Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Berdasarkan tabel 3 dari hasil analisis uji wilcoxon diperoleh nilai signifikansi sebesar

kuesioner	Tingkat Kecemasan												P Value
Kecemasan											Total		
Pre Operasi	Tidak cemas		Cemas ringan		Cemas sedang		Cemas berat		Panik				
(AP AIS)	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	
Pre test	0	0	0	0	14	46.7	10	33.3	6	20.	30	100	0,000
										0		0	
Post test	7	23.	18	60.	5	16.7	0	0	0	0	30	100	0
		3		0									

Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi 0,000, yang jauh di bawah ambang batas 0,05. Ini mengindikasikan adanya perbedaan atau pengaruh yang sangat signifikan. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa aromaterapi mawar berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra-operasi dengan anestesi spinal di RS PKU Muhammadiyah Gamping dapat diterima. Hal ini berarti hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Berdasarkan karakteristik usia responden terdapat jumlah responden terbanyak yaitu dengan usia 26-45 tahun yang berjumlah 15 responden dengan presentase (50,0%), Kemudian responden dengan usia 17-25 tahun berjumlah 8 responden dengan presentase (26,7%), selanjutnya responden dengan usia 46-65 tahun dengan presentase (23,3%). Bahwa usia dapat mempengaruhi seseorang dalam bersikap dan bertindak meningkatkan kematangan berpikir, ketahanan emosionalnya, serta kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan pada saat menghadapi berbagai persoalan kehidupan (Nuraini & Ari, 2023).

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin terdapat jumlah mayoritas responden perempuan, berjumlah 16 orang (53,3%), sedangkan laki-laki sebanyak 14 orang (46,7%). Perempuan menunjukkan kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami kecemasan dibanding laki-laki. Hal ini mungkin karena perempuan lebih sensitif secara emosional dan cenderung menggunakan pendekatan emosional dalam menyelesaikan masalah, yang pada akhirnya dapat memengaruhi tingkat kecemasan (Nuraini & Ari, 2023).

Berdasarkan karakteristik tingkat pendidikan terdapat jumlah responden terbanyak sebagian besar responden (19 orang atau 63,3%) memiliki pendidikan terakhir SMA. Responden dengan pendidikan SMP berjumlah 3 orang (10,0%), sedangkan yang berpendidikan SD sebanyak 4 orang (13,3%). Sisanya, 4 responden (13,3%), memiliki latar belakang perguruan tinggi. Dari hasil penelitian yang tertinggi terdapat pada responden tingkat pendidikan SMA dan yang terendah tingkat pendidikan SMP. bahwa pendidikan yang lebih tinggi mempermudah seseorang dalam menerima informasi mengenai penyakit dan penanganan operasi yang akan dijalani. Sebaliknya, pendidikan yang rendah dapat menghambat pemahaman dan penerimaan terhadap kondisi medis serta tindakan yang akan diambil. Selain itu, pendidikan yang tinggi juga dianggap dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan berpikir rasional, sehingga membantu individu menghadapi berbagai masalah, termasuk kecemasan sebelum operasi, dengan lebih baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan yang rendah berpotensi meningkatkan kecemasan karena membatasi kemampuan seseorang dalam memproses informasi dan beradaptasi dengan situasi.

Tingkat Kecemasan Sebelum Diberikan Intervensi Aromaterapi Mawar

Kecemasan pasien pre operasi sebelum dilakukan pemberian aromaterapi mawar paling banyak pada kategori kecemasan berat. kecemasan tiap individu bersifat unik dan dipengaruhi oleh karakteristik psikologis yang mendasarinya dalam bagaimana kematangan pribadi, pemahaman terhadap tantangan, dan harga diri berkontribusi pada tingkat kecemasan pre operasi. Menurut Kholifah (2019), kecemasan pasien dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang melekat pada situasi pre operasi itu sendiri, seperti ketidakpastian hasil operasi, rasa takut akan nyeri, perubahan gaya hidup pasca operasi, hingga kekhawatiran akan efek samping anestesi dan perasaan tidak nyaman bahkan kesakitan akan menambah kecemasan sehingga proses operasi mengalami kendala.

Berdasarkan dari hasil pre test sebelum diberikan aromaterapi mawar terdapat responden yang mengalami kecemasan. Sementara responden dengan tingkat kecemasan sedang berjumlah 14 responden (46,7%), kemudian responden kecemasan berat berjumlah 10 responden (33,3%), selanjutnya responden dengan tingkat kecemasan panik berjumlah 6 responden (20,0%). Tidak terdapat tingkat kecemasan pasien dalam kategori ringan ini dapat dipengaruhi oleh faktor usia semakin dewasa maka akan lebih sering mengalami gangguan kecemasan. Sebelum diberikan aromaterapi mawar, banyak pasien pra-operasi mengalami kecemasan parah hingga panik, yang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan.

Tingkat Kecemasan Setelah Diberikan Intervensi Aromaterapi Mawar

Berdasarkan hasil penelitian, setelah diberikan intervensi, ditemukan bahwa 7 responden (23,3%) tidak mengalami kecemasan. Mayoritas responden, yaitu 18 orang (60,0%), menunjukkan tingkat kecemasan ringan. Sementara itu, 5 responden (16,7%) mengalami kecemasan sedang. Presentase-presentase yang diperoleh tersebut memiliki penurunan pada tiap kategorinya. Sebelum diberikannya aromaterapi mawar tidak terdapat responden dengan kecemasan ringan, kemudian setelah diberikannya aromaterapi mawar kecemasan responden menurun. Menurut (Oktarini & Prima, 2021) Faktor penyebab kecemasan pasien memang tidak selalu bisa dikendalikan. Menurut teori perilaku, kecemasan sering muncul sebagai respons terhadap frustrasi yang timbul ketika berbagai faktor baik yang berkaitan dengan kesehatan, sosial, maupun pribadi menghalangi pasien mencapai tujuan yang mereka inginkan.

Memberikan aromaterapi mawar dengan menggunakan alat *diffuser* yang mengeluarkan uap dengan wangi mawar dapat dihirup pasien selama 10 menit. Aromaterapi bekerja dengan cara memengaruhi sistem limbik di otak, yaitu area yang bertanggung jawab atas emosi, suasana hati, dan memori. Mekanisme ini memicu pelepasan neurohormon seperti endorfin dan enkefalin yang bertindak sebagai pereda nyeri alami, serta serotonin yang membantu mengurangi ketegangan,

stres, dan kecemasan. Pendekatan ini terbukti cukup efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan responden, mengubah kondisi dari cemas berat menjadi cemas ringan.

Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien *Pre Operasi* Dengan *Spinal Anestesi*

Hasil analisis uji *Wilcoxon Signed Rank Test* secara jelas menunjukkan bahwa aromaterapi mawar secara signifikan menurunkan tingkat kecemasan pasien pra-operasi dengan anestesi spinal di RS PKU Muhammadiyah Gamping. Ini dibuktikan dengan nilai signifikansi 0,000, yang jauh di bawah ambang batas 0,05, mengindikasikan bahwa intervensi ini terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan pada kelompok pasien tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Widyantari (2021) menunjukkan efektivitas aromaterapi dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien secara signifikan. Studi tersebut mencatat adanya penurunan dari mayoritas responden dengan kecemasan sedang menjadi mayoritas dengan kecemasan ringan setelah diberikan aromaterapi, dengan hasil statistik yang signifikan ($p=0,000$, $\alpha=5\%$). Sebagai terapi pelengkap yang memberikan dampak positif ini, (Rohana, 2023) menguraikan cara kerja aromaterapi bahwa aroma merangsang indra penciuman, mengaktifkan saraf *olfaktorius*. Saraf ini kemudian mengirimkan sinyal langsung ke sistem limbik di otak, yaitu area yang sangat penting untuk mengatur emosi, suasana hati, dan memori. Stimulasi pada sistem limbik ini selanjutnya dapat memicu produksi neurohormon tertentu. Sebagai contoh, aromaterapi bisa merangsang pelepasan endorfin dan enkefalin, yang dikenal sebagai pereda nyeri alami dalam tubuh. Tak hanya itu, aroma juga dapat meningkatkan produksi serotonin, sebuah neurotransmitter yang berperan dalam mengurangi ketegangan, stres, dan kecemasan. Dengan demikian, melalui jalur penciuman ke otak, aromaterapi dapat memberikan efek menenangkan dan mengurangi rasa tidak nyaman.

Pemberian aromaterapi mawar menghasilkan efek berupa peningkatan pengaruh langsung pada bagian otak yang mengelola perasaan kita. Penelitian ini menunjukkan bahwa aromaterapi mawar efektif menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pra-operasi. Setelah menerima intervensi, sebagian besar pasien melaporkan merasa lebih nyaman dan rileks. Mengingat hasil positif ini, direkomendasikan untuk menyusun dan menerapkan Standar Operasional Prosedur (SOP) pemberian aromaterapi mawar. Hal ini bertujuan agar aromaterapi mawar dapat digunakan secara rutin untuk mengurangi kecemasan pasien di ruang pra-operasi. Dengan pelaksanaannya dilakukan oleh tenaga kesehatan. Efektivitas intervensi ini dapat ditingkatkan dengan persiapan dan alokasi waktu yang memadai pada tahap pasien.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan pengaruh signifikan aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan pasien pra-operasi yang akan menjalani anestesi spinal di RS PKU Muhammadiyah Gamping. Dengan nilai signifikansi 0,000, yang jauh di bawah 0,05, hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh tersebut dapat diterima. Oleh karena itu, metode pemberian aromaterapi mawar ini direkomendasikan untuk terus diterapkan. Penggunaan aromaterapi mawar dapat membantu menurunkan kecemasan pasien pra-operasi secara efektif, yang pada gilirannya akan meningkatkan kenyamanan pasien dan kualitas pelayanan kesehatan di ruang bedah.

DAFTAR REFERENSI

- Alhayyu, A. D., Ekacahyaningtyas, M., & Vioneery, D. (2020). Pengaruh aromaterapi lemon (Citrus limon Linn) terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesarea di RSUD Dr. Soeratto Gemolong. *Nursing Study of Undergraduate Program, Faculty of Health and Sciences, Kusuma Husada Surakarta University*, 40(1), 2–9.
- Astuti, D., Hartinah, D., & P., D. (2019). Pengaruh pemberian terapi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien post SC. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*.
- Hidayat, A. I., & Siwi, A. S. (2019). Manajemen kecemasan pada pasien pre operasi. *Journal of Bionursing*.
- Kholifah, N., Marisa, D. E., & Sumarni. (2019). Pengaruh pemberian aromaterapi mawar terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi bedah mayor di RSUD Waled Kabupaten Cirebon. *Jurnal STIKES Mahardika*, 59, 19–26. <http://jurnal.stikesmahardika.ac.id/index.php/JKM/article/view/76>
- Mendonça, F. T., & Crepaldi Junior, L. C. (2021). Effect of ondansetron on spinal anesthesia-induced hypotension in non-obstetric surgeries: A randomised, double-blind and placebo-controlled trial. *Brazilian Journal of Anesthesiology*.
- Nuraini, R., & Ari, O. (2023). Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien pre operasi. *Jurnal Kesehatan Akper Kesdam II Sriwijaya Palembang*, 12(1).
- Oktarini, S., & Prima, R. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pasien fraktur pre operasi. *Al-Asalmiya: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 10(1), 54–62. <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v10i1.1590>
- Oroh, A., Yudono, D. T., & Siwi, A. S. (2022). Pengaruh elevasi kaki terhadap tekanan darah pada pasien sectio caesarea dengan spinal anestesi di instalasi kamar bedah Rumah Sakit TK.II Robert Wolter Mongisidi Manado. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3.
- Ramadhan, D., Faizal, K. M., & Fitri, N. (2023). Pengaruh konseling dengan pendekatan Thinking, Feeling dan Acting (TFA) terhadap tekanan darah pada pasien pre operasi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 637–644. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i2.1522>
- Rehata, N., & Hanindito, E. T. (2019). *Anestesiologi dan terapi intensif*. PT Gramedia Pustaka Utama.

- Rohana, L. R. (2023). Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pada pasien dengan spinal anestesi di ruang operasi Primaya Tangerang.
- Sholehah, K. S. S., Arlym, L. T., & Putra, A. N. (2020). Pengaruh aromaterapi minyak atsiri mawar. *Jurnal Aromaterapi Minyak Atsiri Mawar*, 12(1), 41–54.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sutejo. (2017). *Keperawatan kesehatan jiwa*.
- Widyantari, N. P., Wijaya, I. P. A., & Pradiptha, I. D. A. G. F. (2021). Pengaruh teknik relaksasi aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pada pasien pra operasi sectio caesarea di ruang operasi. *Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), 2087–2122.
- Widyasworo Hartanti, R., Ediyono, S., Utami, S., Studi Kebidanan, P., & Ilmu Kesehatan, F. (2024). Determinan kecemasan pre operasi pada pasien sectio caesarea: Literatur review. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 15(1), 1–13.
- Yuana, F. I. H., Arlym, L. T., & Yuanti, Y. (2023). Pengaruh aromaterapi mawar terhadap nyeri persalinan: Systematic literature review. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(2), 312. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i2.640>