

## **PENGARUH PENGGUNAAN AROMATERAPI CHAMOMILE TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PREOPERASI INSISI DAN EKSISI PADA PAYUDARA**

Amalia Khoirun Nisa', Fiashriel Lundy, Imam Subekti  
Poltekkes Kemenkes Malang, Jl. Besar Ijen 77 C Malang  
E - mail : amaliakns90@gmail.com

### ***EFFECT OF THE USE OF CHAMOMILE AROMATHERAPY ON THE ANXIETY LEVEL IN PREOPERATIVE PATIENTS IN BREAST INCISION AND EXCISION***

**Abstract:** Growth or development of abnormal body cells in the breast. The action for treatment is to undergo surgery. The problem that arises before surgery is anxious as a response to the patient's anticipation of action. One worry management is using aromatherapy. This study aims to determine the differences in anxiety levels before and after given chamomile aromatherapy in patients preoperatively suspect breast at Karsa Husada Batu Hospital. The research method used is non probability sampling type purposive one group sampling pretest post test. The research subjects were preoperative patients suspect breast as many as 31 respondents. The instrument used to determine anxiety in this study was the Zung questionnaire. Before being given aromatherapy, there were 26 anxiety respondents (86.6%) and 4 mild anxiety respondents (13.3%). After being given aromatherapy there was a decrease in the level of anxiety, with mild anxiety of 28 respondents (93.3%) and moderate anxiety of 2 respondents (6.66%). The statistical test used was the Wilcoxon test which showed that there were significant differences before and after being given aromatherapy at the anxiety level with  $p\text{-value} = 0,000$  which means  $p < 0.05$ . The conclusion is the influence in using chamomile aromatherapy on the anxiety of patients pre-incision and excision surgery in the breast at Karsa Husda Batu Hospital.

**Keywords:** Aromatherapy, Anxiety, Incision and Excision, Breasts

**Abstrak:** Pertumbuhan atau perkembangan sel-sel tubuh yang tidak normal pada payudara. Tindakan untuk berobat adalah menjalani operasi. Masalah yang muncul sebelum operasi dilakukan adalah cemas sebagai respon antisipasi pasien terhadap tindakan. Salah satu manajemen cemas adalah menggunakan aromaterapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi chamomile pada pasien preoperasi suspect payudara di RSU Karsa Husada Batu. Metode penelitian yang digunakan adalah non probability sampling jenis sampling purposive one group pretest post test. Subjek penelitian adalah pasien pre operasi suspect payudara sebanyak 31 responden. Instrumen yang digunakan untuk menentukan kecemasan dalam penelitian ini adalah kuesioner Zung. Sebelum diberikan aromaterapi didapatkan tingkat cemas sedang sebanyak 26 responden (86,6%) dan cemas ringan 4 responden (13,3%). Setelah diberikan aromaterapi terdapat penurunan tingkat kecemasan, dipatkan cemas ringan sebanyak 28 responden (93,3%) dan cemas sedang 2 responden (6,66%). Uji statistik yang digunakan adalah uji wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikansi sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi pada tingkat cemas dengan  $p\text{-value}=0,000$  yang berarti  $p < 0,05$ . Kesimpulannya adalah pengaruh dalam menggunakan aromaterapi chamomile terhadap kecemasan pasien preoperasi insisi dan eksisi pada payudara di RSU Karsa Husda Batu. Kata kunci: Aromaterapi, Kecemasan, Insisi dan Eksisi, Payudara

## PENDAHULUAN

Berdasarkan data WHO (World Health Organization) terjadi peningkatan jumlah penderita kanker dari tahun 2017 akan terus meningkat hingga 13 juta orang per tahun 2030. Sampai saat ini sudah 28 jenis kanker ada di 184 negara di seluruh dunia. Selama empat tahun itu jumlah kematian yang disebabkan kanker melonjak dari 7,6 juta menjadi 8,2 juta dan lebih dari setengahnya berasal dari negara berkembang. Data tersebut juga menunjukkan terjadi peningkatan pada kasus kanker payudara. Sebanyak 2,4 juta wanita didiagnosis menderita penyakit ini pada tahun 2017. Kanker payudara ini menjadi penyebab paling umum kematian di kalangan wanita (Kusmiati, 2013).

Angka kejadian kanker payudara di Indonesia tahun 2017 sebesar 1,4% atau diperkirakan sekitar 347.792. Penyakit kanker serviks dan payudara merupakan penyakit kanker dengan prevalensi tertinggi di Indonesia pada tahun 2017, yaitu kanker serviks sebesar 0,8% dan kanker payudara sebesar 0,5%. Di Jawa Timur sebesar 0,5% penduduk atau sekitar 9.688 orang (Depkes, 2015). Pada tahun 2016 terdapat 1.282 penderita kanker payudara di Kota Malang (Dinkes Kota Malang, 2016)

Kanker adalah pertumbuhan atau perkembangan sel-sel tubuh yang tidak normal. Penyakit yang timbul akibat kondisi fisik yang tidak normal serta pola makan dan pola hidup yang tidak sehat bagi wanita cukup rentan terhadap serangan kanker, terutama organ vital dan seperti payudara dan organ reproduksi. Selama ini wanita yang terkena kanker banyak berobat ke dokter dengan cara operasi, radioterapi, hormonal terapi, dan imunoterapi. Namun tidak sedikit dari mereka yang mengalami kegagalan (Mardiana, 2004).

Ketika akan menjalani operasi *kanker payudara* faktor psikis akan mempengaruhi kelancaran operasi tersebut. Salah satu faktor psikis yang perlu diperhatikan adalah kecemasan yang dapat beresiko mengancam keselamatan jiwa. Pada

persiapan sebelum dilakukan operasi sering kali timbul masalah. Salah satunya adalah kecemasan yang timbul sebagai respon antisipasi pasien terhadap pengalaman yang dianggap menjadi suatu ancaman terhadap peran dalam kehidupan pasien, integritas tubuh dan kehidupannya (Brunner & Suddarth, 2001).

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan adalah dengan obat-obatan farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi non farmakologi untuk mengurangi kecemasan adalah meditasi, yoga, imaginasi terbimbing, akupunktur, aromaterapi, konseling, dll. Terapi sederhana dan mudah digunakan adalah penggunaan aromaterapi. Aromaterapi adalah terapi yang menggunakan essential oil atau sari minyak murni untuk membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta menenangkan jiwa dan raga (Hutasoit, 2002).

Aromaterapi yang nantinya akan digunakan peneliti ini adalah ekstrak bunga Chamomile. Karena menurut beberapa artikel dan jurnal ekstrak bunga chamomile dapat menurunkan kecemasan, stress, dan insomnia. Menurut penelitian yang dipublikasikan di *Journal of Clinical Phychopharmacology*, Bunga Chamomile dikenal baik untuk mengatasi gangguan rasa cemas, stres, dan insomnia (D jay, dkk. 2009).

Menurut penelitian NCCAM (*The National Center for Complementary and Alternative Medicine*) di *University of Pennsylvania* yang melakukan uji coba pada pasien yang didiagnosis GAD (*Generalized anxiety disorder*) ringan sampai sedang selama 8 minggu didapatkan hasil bahwa diperbandingkan dengan pemakaian plasebo, ekstrak *chamomile* berhubungan dengan penurunan yang lebih besar dalam skoring HARS dan temuan ini menunjukkan bahwa chamomile mungkin memiliki efek anxiolytic sederhana pada beberapa pasien dengan GAD ringan. Chamomile dapat menghasilkan efek antidepresan yang

bermakna secara klinis pada manusia (Foster, 2015).

Menurut artikel *Nutritional and Herbal Therapies for Children and Adolescentstentang Anxiety Disorder* yang dipublikasikan tahun 2010 terapi non farmakologis dengan chamomile mempunyai kandungan chamazulene, apigenin, bisabolol, benzodiazepine bahwa berkhasiat sebagai obat penenang ringan dan ansiolitik (anti-kecemasan). Oleh karena itu terapi ini diberikan pada pasien preoperasi kanker payudara yang mengalami kecemasan dari tingkat ringan hingga sedang saat pasien berada di ruang premedikasi dan kemudian pasien akan di evaluasi setelah dilakukan bimbingan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RS Karsa Husada Batu didapatkan data Agustus hingga Oktober 2018 pasien operasi kanker 103 pasien. Informasi yang didapat dari tambahan bahwa manajemen cemas dilakukan secara farmakologi yaitu menggunakan obat-obatan analgesik. Sedangkan non farmakologi yang dilakukan adalah distraksi dan relaksasi. Sedangkan relaksasi menggunakan aromaterapi belum pernah digunakan untuk mengatasi cemas saat pre dan post operasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas aromaterapi chamomile terhadap tingkat kecemasan pada pasien preoperasi suspect kanker payudara.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode praeksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest*. Sebelum responden mendapatkan aromaterapi, akan diberikan *pretest* berupa kuesioner dan lembar observasi skala kecemasan. Kemudian setelah diberikan terapi akan diberikan lagi kuesioner yang sama, lalu hasilnya akan dibandingkan.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien yang menjalani operasi insisi dan eksisi pada payudara di RS Karsa Husada Batu. Pengambilan sampel menggunakan metode *non probability sampling* jenis *sampling purposive*. Sampel penelitian yang akan dilakukan yaitu pasien preoperasi insisi dan eksisi payudara di Rumah Sakit Karsa Husada Batu dengan memperhatikan kriteria inklusi dan eklusi. Adapun kriteria inklusi antara lain: pasien yang menjalani prosedur operasi insisi dan eksisi payudara elektif, mengalami kecemasan dari tingkat ringan hingga sedang, pasien tidak alergi terhadap aroma chamomile, tidak sedang mengalami nyeri. Sedangkan kriteria eksklusi antara lain sedang hamil di trisemester pertama, pasien dengan gangguan sistem pernafasan.

Intrumen pengumpulan data menggunakan lembar wawancara identitas pasien, lembar observasi respon kecemasan, SOP pemberian inhalasi aromaterapi, dan kuesioner kecemasan Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS).

Tabel 1 Rata-rata tingkat cemas pada pasien suspect payudara sebelum dan sesudah di berikan aromaterapi di Instalasi Kamar Operasi RSU Karsa Husada Batu, 14 Januari - 17 April 2019

Tingkat Kecemasan	Sebelum diberikan Aromaterapi		Sesudah diberikan Aromaterapi	
	F	%	f	%
Cemas ringan	4	13,3	28	93,3
Cemas sedang	26	86,6	2	6,66
Cemas berat	0	0	0	0
Σ	30	100	30	100

Metode pengumpulan data yang akan dilakukan peneliti adalah dengan observasi dan kuesioner. Observasi yang dilakukan peneliti berisi tentang pengamatan pada responden untuk mendapatkan data keefektifan sebelum dan sesudah diberikan treatment kepada responden. Sedangkan kuesioner diberikan sebelum dan sesudah pemberian treatment kepada pasien. Kuesioner berisi 20 pertanyaan yang nantinya

akan diisi oleh responden, dan jika responden tidak dapat mengisi dibantu oleh peneliti.

Uji statistik pada penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada Januari – April 2019 di Karsa Husada Batu. Penanganan kecemasan pada pasien preoperasi di Ruang Mawar (Ruang Bedah) dan instalasi kamar operasi dengan teknik non-farmakologi yang dilakukan adalah distraksi dan relaksasi nafas dalam.

Pada tabel 2 pada saat dilakukan terapi 60 menit sebelum dilakukan operasi didapatkan tingkat kecemasan sebelum diberikan aromaterapi yaitu pada kecemasan ringan (13,3%) dan kecemasan sedang (86,6%). Sesudah dilakukan terapi saat responden berada di ruang premedikasi didapatkan tingkat kecemasan ringan (93,3%) dan kecemasan sedang (6,66%).

Tabel 2 Hasil analisis perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan pemberian aromaterapi di Instalasi Kamar Operasi RSU Karsa Husada Batu, 14 Januari - 17 April 2019

Intervensi	N	Mean	Selisih	P Value	Kesimpulan
Sebelum	31	1.87	0.67	0.000	p value < 0.05
Sesudah	31	1.20			

Berdasarkan tabel 2 hasil uji statistik *Wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh yaitu sebesar 0,000 yang berarti nilai  $p < 0,005$ . Nilai ini menunjukkan bahwa  $H_1$  penelitian ini diterima atau ada perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi dengan kecemasan pasien preoperasi insisi dan eksisi payudara.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan sedang sebelum diberikan aromaterapi yaitu 26 orang (86,6%). Kecemasan tersebut dapat muncul dari berbagai macam faktor seperti usia, situasi,

dan pengalaman operasi sebelumnya. Hal tersebut juga didukung dengan hasil penelitian dimana rasa cemas muncul karena perasaan takut atau khawatir yang dialami oleh semua responden sebelum menjalani operasi.

Setelah dilakukan pemberian aromaterapi sebagian besar responden berada pada rentang kecemasan ringan sebanyak 28 orang (93,3%). Angka tersebut menunjukkan adanya perubahan dari tingkat kecemasan sedang menuju tingkat kecemasan ringan. Dalam penelitian NCCAM (*The National Center for Complementary and Alternative Medicine*) tahun 2015 di *University of Pennsylvania* menunjukkan metode pemberian aromaterapi memberikan efek positif untuk menurunkan General Anxiety Disorder (GAD).

Pada penelitian lain pun juga menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi dengan ekstrak bunga chamomile dapat digunakan sebagai salah satu cara menurunkan kecemasan pada pasien preoperasi suspect payudara (D Jay, 2009). Rasa rileks yang timbul akan diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan Corticotropin Releasing Factor (CRF) yang kemudian merangsang kelenjar pituitary untuk meningkatkan produksi endorphin sebagai neurotransmitter yang memberikan suasana hati rileks dan mengurangi kecemasan.

Merurut artikel *Nutritional and Herbal Therapies for Children and Adolescents* (2010) tentang Anxiety Disorder, bunga Chamomile mempunyai kandungan chamazulene, apigenin, bisabolol, benzodiazepine bahwa berkhasiat sebagai obat penenang ringan dan ansiolitik atau anti kecemasan. Ekstrak bunga chamomile memiliki kandungan flavonoids, coumarins, dan essential oils. Rasa damai dan tenang diberikan dari aromanya yang mampu mengurangi rasa berpikir berlebihan, cemas dan gelisah. Sebuah studi di tahun 2012, *Alternative Therapies in Health and Medicine* menemukan bahwa minyak chamomile dapat membantu meningkatkan aktivitas antidepresan. Dengan kata lain, maka ia juga berpotensi menurunkan gejala-gejala cemas pada pasien kanker.

## KESIMPULAN

Pada penelitian ini diketahui kecemasan pasien preoperasi sebelum diberikan aromaterapi

yaitu terbanyak pada kecemasan sedang sebesar (86,6%). Kecemasan pasien preoperasi sesudah diberikan aromaterapi yaitu terbanyak pada kecemasan ringan sebesar (93,3%). Terdapat pengaruh signifikan dalam pemberian aromaterapi terhadap tingkat kecemasan pasien preoperasi suspect kanker payudara di ruang premedikasi RSUD Karsa Husada Batu berdasarkan hasil uji statistik Wilcoxon terdapat perbedaan yang bermakna dengan nilai p value 0,000 atau <0,005 yang berarti H<sub>1</sub> diterima.

Saran untuk perawat diharapkan memberikan intervensi aromaterapi pada pasien preoperasi suspect payudara untuk menurunkan kecemasan pasien dan meningkatkan rasa tenang sehingga pasien siap untuk menjalani pembedahan. Saran untuk peneliti selanjutnya dapat menggunakan kelompok kontrol untuk mempertajam hasil penelitian. Memberikan intervensi secara intens sehingga penelitian ini dapat menjelaskan hasil penelitian yang lebih luas dan dapat melengkapi penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arwani, dkk. 2013. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Operasi dengan Anestesi Spinal di RS Tugu Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. 1(2):129-134
- Brunner & Suddarth. 2001. buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah volume 1. Jakarta:EGC
- D jay, dkk. 2009. A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Trial of Oral *Matricaria recutita* (Chamomile) Extract Therapy for Generalized Anxiety Disorder. ([https://journals.lww.com/psychopharmacology/Abstract/2009/08000/A\\_Randomized,\\_Double\\_Blind,\\_Placebo\\_Controlled.13.aspx](https://journals.lww.com/psychopharmacology/Abstract/2009/08000/A_Randomized,_Double_Blind,_Placebo_Controlled.13.aspx)), diakses Agustus 2009
- Dalami, dkk. 2009. Asuhan Keperawatan Jiwa dengan Masalah Psikososial. Jakarta: Trans Info Media
- Dalimartha. 2004. Deteksi Dini Kanker dan Simplisia Antikanker. Jakarta: Penebar Swadaya
- Depkes.2017. (<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=3&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiowfes8r3eAhVLWX0KHZArDI0QFjACegQICBA&url=http%3A%2F%2Fwww.depkes.go.id%2Fresources%2Fdownload%2Fpusdatin%2Finfodatin%2Finfodatin-kanker.pdf&usg=AOvVaw1ykGF5XgQwK17M6MXegmzk>), diakses 15 Februari 2015
- Dinkes Kota Malang. 2015. ([https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiSttrj8r3eAhXRdH0KHU0gBg8QFjABegQIARAC&url=http%3A%2F%2Fwww.depkes.go.id%2Fresources%2Fdownload%2Fprofil%2FPROFIL\\_KAB\\_KOTA\\_2014%2F3573\\_Jatim\\_Kota\\_Malang\\_2014.pdf&usg=AOvVaw1f9PVeWpdZKfeDpc1eaCtD](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiSttrj8r3eAhXRdH0KHU0gBg8QFjABegQIARAC&url=http%3A%2F%2Fwww.depkes.go.id%2Fresources%2Fdownload%2Fprofil%2FPROFIL_KAB_KOTA_2014%2F3573_Jatim_Kota_Malang_2014.pdf&usg=AOvVaw1f9PVeWpdZKfeDpc1eaCtD)), diakses 6 Juni 2016
- Foster. 2015. Study Shows Chamomile Capsules Ease Anxiety Symptoms. (<https://nccih.nih.gov/research/results/spotlight/040310.htm>), diakses 21 Oktober 2015
- Green. 2018. Chamomile For Anxiety And Sleep – Does It Really Work?. (<https://www.nosleeplessnights.com/chamomile-sleep-anxiety/>), diakses 30 Oktober 2018
- Hidayat, AA. 2008. Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah. Jakarta : SalembaMedika
- Hutasoid. 2002. Panduan Praktis Aromatherapy untuk Pemula. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Jaelani. 2009. Aroma Terapi. Jakarta: Pustaka Populer
- Jurnal non farmakologis <https://www.pcqn.org/wp-content/uploads/2015/06/Non-Pharmacological-Treatments-for-Anxiety.pdf>
- Kaplan, Saddock BJ, Greb JA. 2002. “Gangguan Kecemasan dalam Sinopsis Psikiatri”, edisi VII Jilid I. Jakarta: Bina Rupa Aksara Bab 16, hal 1-67
- Kapalka. 2010. Nutritional and Herbal Therapies for Children and Adolescents

- A Handbook for Mental Health Clinicians.  
(<https://www.sciencedirect.com/topics/medicine-and-dentistry/chamomile>)
- Kusmiati. 2013. WHO: Jumlah Kematian Akibat Kanker di Dunia Meningkat. (<https://www.liputan6.com/health/read/776217/who-jumlah-kematian-akibat-kanker-di-dunia-meningkat>), diakses 16 Desember 2013
- Mardiana. 2004. Kanker pada Wanita Pencegahan dan Pengobatan dengan tanaman obat. Jakarta: Penebar Swadaya
- Muchtaridi, Moelyono. 2015. Aroma Terapi Tinjauan Aspek kimia Medisinal. Jakarta : Graha Ilmu
- Notoatmodjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. 2008. konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika
- Primadiati. 2002. Aromaterapi perawatan alami untuk sehat dan cantik. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Puji. 2017. Prognosis untuk pasien kanker payudara stadium 4. (<https://hellosehat.com/hidup-sehat/tips-sehat/pasien-kanker-payudara-stadium-4/>), diakses 12 Desember 2017
- Sari. 2018. Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Pemberian Relaksasi Napas Dalam dengan Aromaterapi Lavender pada Pasien Preoperasi Sectio Caesarea. Skripsi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
- Sari dan Subandi. 2015. Pelatihan Teknik Relaksasi untuk Menurunkan Kecemasan pada Primary Caregiver Penderita Kanker Payudara. Jurnal Psikologi Gajahmada. 1(3):173-192
- Setiadi. 2007. Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Setiadi. 2013. Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan Edisi 2. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Smart. 2010. Kanker Organ Reproduksi. Jogjakarta: A-Plus Book
- Struat. 2007. keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC
- Sumiati, dkk. 2009. Kesehatan Jiwa Remaja dan Konseling. Jakarta : Transinfo Media
- Swainson & Soetrisno. 2008. Buku Ajar Terapi Chamomile (Bunga Matahari). Jakarta: Inovasi
- Widyartono, D. 2015. Panduan Menulis Karya Ilmiah di Perguruan Tinggi. Malang: UM Press