PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA PASIEN KANKER PAYUDARA YANG SEDANG MENJALANI KEMOTERAPI DI MURNI TEGUH MEMORIAL HOSPITAL

Novita Sitohang¹, Rostime Hermayerni Simanullang^{1,*}

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Murni Teguh

*Koresponding: hermayerni@gmail.com

Abstract

Cancer is a condition where cells have lost control and the normal mechanism of breast cancer as malignancy originating from breast gland cells as the main cancer killer in women aged 15-54 years with the highest incidence rate found in women under the age of 50 years. Anxiety is a vague and pervasive worry associated with feelings of uncertainty and helplessness, this emotional state has no specific object. This feeling is often felt by breast cancer patients who are undergoing chemotherapy as one of the therapies. This study aims to identify whether there is an effect of lavender aromatherapy on reducing anxiety in breast cancer patients undergoing chemotherapy at Murni Teguh Memorial Hospital. This study used a comparative causal design (non-experimental) quasi-experimental pre and posttest one group only design. The number of samples is 36 respondents using probability sampling technique with random sampling type. The instrument uses the HARS questionnaire. Statistical test using the Wilcoxon test. The results showed that the average (mean) anxiety level of the respondents before the intervention was 30.33 and the mean after the intervention was 21.00. Wilcoxon test results with a p value of 0.000, where the p value is smaller than the critical limit value of 0.05 ($p < \alpha$) where there is an effect of lavender aromatherapy on anxiety before and after the intervention.

Keywords: Aromatherapy Lavender, Breast Cancer, Chemotherapy

Abstrak

Kanker merupakan suatu kondisi dimana sel telah kehilangan pengendalian dan mekanisme normalnya kanker payudara adalah keganasan yang berasal dari sel kelenjar payudara sebagai kanker pembunuh utama pada perempuan usia 15 - 54 tahun dengan laju insiden tertinggi ditemukan pada perempuan di bawah usia 50 tahun. Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya, keadaan emosi ini tidak memiliki obyek yang spesifik. Perasaan ini sering dirasakan oleh pasien kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi sebagai salah satu terapi. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi apakah ada pengaruh aroma terapi lavender terhadap penurunan kecemasan pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di Murni Teguh Memorial Hospital. Penelitian ini menggunakan desain kausal komperatif (non eksperimen) *quasi-experimental pre dan posttest one group only design*. Jumlah sampel adalah 36 responden dengan menggunakan teknik *probability sampling* dengan jenis *random sampling*. Instrumen menggunakan kuisisioner HARS. Uji statistik menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian didapatkan bahwa nilai rata-rata (*mean*) tingkat kecemasan responden sebelum intervensi adalah 30,33 dan *mean* setelah intervensi adalah 21,00. Hasil uji *Wilcoxon* dengan p sebesar 0.000, dimana p value lebih kecil dari nilai batas kritis 0,05 ($p < \alpha$) dimana ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Kata Kunci: Aroma Terapi Lavender, Kanker Payudara, Kemoterapi

PENDAHULUAN

Kanker payudara atau Carcinoma Mammae adalah pembunuh kedua bagi kaum wanita Indonesia setelah kanker rahim. Kanker payudara terjadi karena terganggunya sistem pertumbuhan sel di dalam jaringan payudara. Payudara tersusun atas kelenjar susu, jaringan lemak, kantung penghasil susu dan kelenjar getah bening. Sel abnormal bisa tumbuh di tempat bagian tersebut dan mengakibatkan kerusakan yang lambat tetapi pasti menyerang payudara (Nurchahyo, 2010).

Menurut *American Cancer Society* (ACS) kanker payudara merupakan kanker pembunuh utama pada perempuan usia 15–54 tahun dengan laju insidens tertinggi ditemukan pada perempuan di bawah usia 50 tahun (ACS, 2014). Data *Global Cancer Observatory* tahun 2018 menunjukkan angka kejadian penyakit kanker di Indonesia (136,2/100.000 penduduk) berada pada urutan 8 di Asia Tenggara, sedangkan di Asia urutan ke 23. Angka kejadian untuk perempuan yang tertinggi adalah kanker payudara yaitu sebesar 42,1 per 100.000 penduduk dengan rata-rata kematian 17 per 100.000 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), 2018).

Salah satu cara yang banyak digunakan untuk mengatasi rasa cemas yaitu dengan menggunakan aroma terapi, yang menggunakan ekstrak bunga lavender. Pemberian aroma terapi adalah salah satu metode pengobatan dengan menggunakan bau-bauan yang umumnya berasal dari tumbuh-tumbuhan serta berbau harum, gurih, dan enak yang disebut minyak asiri. Aroma terapi yang dihasilkan oleh bunga lavender dikenal memiliki bau dan kasiat yang khas dengan berbagai manfaat yang dihasilkan, salah satunya adalah memberikan sensasi menenangkan (Fradelos & Komini, 2015).

Aroma terapi lavender adalah aroma terapi yang menggunakan minyak

esensial dari bunga lavender, dimana memiliki komponen utama berupa Linalool dan Linalil Asetat yang dapat memberikan efek relaksasi. Kandungan linalool asetat linalyl yang merupakan bahan aktif utama pada minyak lavender, Linalool asetat linalyl dapat menunjukkan efek relaksasi, sehingga tidak ada kontraindikasi dan efek samping, atau interaksi obat pada lavender. Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek sedatif, hipnotik, dan anti-neurodepresif baik pada hewan maupun pada manusia.

Penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati dan Maliya (2016) di Instalasi Bedah Sentral RSUD Dr Moewardi Surakarta bahwa adanya pengaruh relaksasi progresif dan aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi dengan spinal anastesi. Kecemasan dapat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, seperti studi yang dilakukan oleh Taravella, Ratna dan Susana (2017) bahwa ada hubungan yang signifikan positif antara pengetahuan operasi dengan tingkat kecemasan preoperasi pasien spinal anastesi. Penelitian lainnya oleh Dila, Putra dan Arifin (2017) menunjukkan bahwa ada pengaruh aroma terapi bunga lavender dengan penurunan kecemasan ibu pre operasi caesarea di rumah sakit bersalin.

Berdasarkan data di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada pengaruh aroma terapi lavender terhadap kecemasan pada pasien kanker payudara yang sedang menjalani kemoterapi.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian ini termasuk penelitian *quasi-experimental* dengan rancangan *pre dan posttest one group only design* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan, pada pasien kanker payudara yang menjalani kemoterapi di *Murni Teguh Memorial*

Hospital (MTMH) Tahun 2021. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 40 pasien. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau kriteria-kriteria dengan jumlah sampling yaitu 36 responden, Adapun kriteria inklusinya yaitu: 1). Pasien yang didiagnosa Kanker payudara, 2). Pasien yang sedang menjalani kemoterapi. Penelitian ini akan dilaksanakan bulan Mei - September 2021 yaitu penelitian dimulai dari penyusunan proposal penelitian sampai dengan penyusunan hasil penelitian. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuisioner HARS yang akan diisi oleh responden sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender sesuai dengan pendapat responden dimana kuisioner telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas

Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua yaitu :1. Analisa univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan setelah dan sebelum pemberian Aroma terapi lavender. 2). Analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon dilakukan untuk menilai Variabel independen penelitian yaitu Tingkat kecemasan sebelum pemberian aroma terapi lavender variabel dependen Tingkat kecemasan setelah pemberian aroma terapi lavender.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi.

N	Karakteristik	f	%
1	Umur		
	20-30	4	11.1
	31-40	15	41.6
	>40 Tahun	17	38.8

2	Pendidikan		
	SD	0	-
	SMP	2	5,5
	SMA	23	63,8
	D3	7	19,4
	S1	3	8,3
	S2	1	2,7
3	Pekerjaan		
	IRT	7	19,4
	PNS	4	11,1
	Wiraswasta	20	55,5
	Petani	5	13,8
4	Status		
	Pernikahan		97,2%
	Menikah	35	2,7%
	Belum menikah	1	
	Jumlah	36	100

Primary Data Source, 2021

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 36 responden (100%) di MTMH responden yang memiliki umur mayoritas berada >40 Tahun; pendidikan mayoritas pendidikan responden adalah SMA sebanyak 23 responden (63,8%); Pekerjaan mayoritas memiliki pekerjaan wiraswasta sebanyak 20 orang (55,5%); status pernikahan yang sudah menikah sebanyak 35 orang (97,2%).

Tingkat Kecemasan Pasien Kanker Payudara Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aroma Terapi Lavender

Tabel 2. Distribusi Frekuensi tingkat Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Di Berikan Aromaterapi Lavender Pada Pasien Yang Menjalani Kemoterapi

N	Perilaku Kecemasan	Sebelum		Sesudah	
		F	%	F	%
1.	Tidak ada	5	13,8	20	55,5
2.	Ringan	15	41,6	10	27,7
3.	Sedang	10	27,7	6	16,6
4.	Berat	6	16,6	0	0
	Total	36	100	36	100

Primary Data Source, 2021

Berdasarkan tabel 2 sebelum di berikan aroma terapi lavender dapat diketahui bahwa dari 36 responden (100%) di MTMH responden yang menghirup aromaterapi lavender, sebelum di berikan aroma terapi yang merasakan kecemasan berat mayoritas ringan dengan 41,6% disusul dengan sedang (27,7%), sedangkan tidak ada cemas dan cemas berat dengan 13,8% dan 16,6%. Swmentara setelah pemberian aroma terapi, tingkat kecemasan mayoritas tidak ada (55,5%), disusul dengan cemas ringan (27,7%), dan cemas sedang (16,6%), serta tidak ada responden yang cemas berat.

Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi

Tabel 3. Distribusi pengaruh aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Kanker Yang Menjalani Kemoterapi.

No	Kecemasan	N	Mean	Sig
1	Kecemasan pre	36	30,33	.000
2	Kecemasan post	36	21.00	

Primary Data Source, 2021

Berdasarkan tabel 3 hasil menunjukkan bahwa nilai rata-rata (*mean*) tingkat kecemasan responden sebelum intervensi adalah 30,33 dan *mean* setelah intervensi adalah 21,00. data hasil perhitungan *Wilcoxon* dengan *p* sebesar 0.000, dimana *p* value lebih kecil dari nilai batas kritis 0,05 ($p < \alpha$). Berdasarkan hasil tersebut bahwa Hipotesis Ha diterima dan Hipotesis Ho ditolak yaitu ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Hasil karakteristik responden dilihat dari umur pasien yang sedang menjalani kemoterapi mayoritas >40 tahun yaitu sebanyak 17 orang (38,8%). Temuan ini sejalan dengan Pebrianti (2017) mengatakan bahwa penderita kanker payudara paling banyak berada di usia 40 tahun ke atas atau sebesar (76,6%). Ain, Agung dan Yunitasari (2019) mengatakan rentang usia kanker payudara adalah 36 – 45 tahun dengan presentase 37,5% dari 40 responden. Berbanding terbalik untuk kategori pendidikan dan pekerjaan bahwa mayoritas SD dengan 65% dan IRT dengan 58%.

Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum dan sesudah Di Berikan Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pada Pasien Kanker Payudara

Tingkat kecemasan responden dalam penelitian ini pre pemberian aroma terapi lavender menunjukkan mayoritas responden cemas ringan sebanyak 15 orang (41,6%) minoritas cemas sedang sebanyak 10 orang (27,7%). Hasil penelitian Dila, Putra dan Arifin (2017) didapatkan dari 23 reponden terdapat sebanyak 15 responden (65,2) pasien kemoterapi mengalami cemas ringan sebelum diberikan aroma terapi lavender. Tingkat kecemasan setelah diberikan aroma terapi lavender mayoritas responden tidak ada kecemasan sebanyak 20 orang (55,5%) dan minoritas responden adalah cemas ringan sebanyak 10 orang responden (27,7%). Penelitian oleh Dila, Putra dan Arifin (2017) menunjukkan bahwa kecemasan ibu bersalin Sc sebelum dan sesudah intervensi aromaterapi adalah berat (100%) menjadi sedang (80%). Penelitian ini sejalan dengan Özkaraman, Dugum, Yilmaz dan Usta Yeşilbalkan (2018)

menunjukkan bahwa nilai *Pittsburgh Sleep Quality Index* memiliki perbedaan yang signifikan sebelum diberikan intervensi aromaterapi lavender dan sesudah dilakukan intervensi aromaterapi lavender pada pasien kemoterapi.

Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Payudara

Mengetahui lebih jauh signifikansi Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker payudara dilakukan uji *wilcoxon* hasil menunjukkan bahwa nilai rata-rata (*mean*) tingkat mual dan muntah responden sebelum intervensi adalah 30,3 dan *mean* setelah intervensi adalah 21,00 data hasil perhitungan *Wilcoxon* dengan p sebesar 0.000, dimana p value lebih kecil dari nilai batas kritis 0,05 ($p < \alpha$). Berdasarkan hasil tersebut bahwa Hipotesis Ha diterima dan Hipotesis Ho ditolak yaitu ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Sejalan dengan penelitian Hikmayari (2017) bahwa ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pasien kanker kemoterapi pertama. Hasil uji Mann Whitney-U Test tingkat kecemasan didapatkan perbedaan nilai rata-rata (*mean*) = 14,94, sum of ranks = 224, nilai Z = -4,660 (terletak sebelah kiri kurva) dan nilai signifikansi p value = 0,000 ($< \alpha = 0,05$). Studi lain oleh Tarigan et al (2022) bahwa aroma terapi bunga lavender dapat menurunkan skala ansietas pada pasien kanker payudara dengan nilai p 0.001 or < 0.05 . Sehingga aroma terapi bunga lavender dapat direkomendasikan sebagai penurun skala kecemasan dan memberikan ketenangan kepada pasien kanker payudara.

KESIMPULAN

Berdasarkan karakteristik responden mengenai umur responden yang mengalami kanker payudara adalah mayoritas umur >40 . pendidikan mayoritas SMA. pekerjaan mayoritas wiraswasta. status perkawinan mayoritas sudah menikah. Setelah melakukan intervensi dan mengumpulkan kuesioner lalu menguji menggunakan uji *Wilcoxon*, terdapat nilai rata-rata (*mean*) tingkat kecemasan responden sebelum intervensi adalah 30,33 dan *mean* setelah intervensi adalah 21,00. Di dapatkan hasil p sebesar 0.000, dimana p value lebih kecil dari nilai batas kritis 0,05 ($p < \alpha$). Berdasarkan hasil tersebut bahwa Hipotesis Ha diterima dan Hipotesis Ho ditolak yaitu ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya agar dapat dijadikan sebagai referensi tambahan untuk melakukan penelitian dan di kembangkan terkait cara pemberian, dosis dan metode pembuatan aroma terapi lavender yang dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien yang sedang menjalani kemoterapi atau bidang lainnya.

REFERENSI

- Ain, A., Agung, D.G., & Yunitasari, E. (2019). Aromaterapi Lavender dalam Upaya menurunkan Nausea dan Vomiting Pasien Kanker Payudara yang Menjalani Kemoterapi di RSUD Dr. Soetomo Surabaya. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(3), 401-407.
- American Cancer Society(ACS). (2014) *Breast Cancer Early Detection*. <https://www.cancer.org/content/dam/CRC/PDF/Public/8579.00.pdf>
- Pebrianti, D. (2016). Evaluasi Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Tentang

- Kanker Payudara dan Praktik Sadari di Madrasah Aliyah Hidayatul Muslimin 2 Kecamatan Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Kebidanan*, 6(2), 265341.
- Dila, R.D., Putra, F., & Arifin, F.R. (2017). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan ibu pre operasi sectio caesarea di rumah sakit bersalin. *Caring Nurs J*, 1(2), 51-56.
- Fradelos, E., & Komini, A. (2015). The use of essential oils as a complementary treatment for anxiety. *Am J Nurs Sci*, 4(2), 1-5.
- Fatmawati, D.P., & Maliya, A. (2016). Pengaruh Relaksasi Progresif dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Dengan Spinal Anestesi. *Institusional Repository Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Hikmayasari, N. (2017). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Kanker Kemoterapi Pertama Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. *Repository Universitas Muhammadiyah Purwokerto*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2018). *Hasil utama RISKESDAS 2018*. In Jakarta: Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Limon-Miro, A.T., Lopez-Teros, V., & Astiazaran-Garcia, H. (2017). Dietary guidelines for breast cancer patients: a critical review. *Advances in Nutrition*; 8(4); 613 - 623.
- Maryam, R.S., Ekasari, M.F., Rosidawati, Jubaedi, A., & BatuBara, I. (2012). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurchahyo, J. (2010). *Awat bahaya kanker rahim dan kanker payudara*. Cetakan 1. Yogyakarta: Wahana Totalita Publisher.
- Özkaraman, A., Dugum, O., Yilmaz, H.Ü.L.Y.A., & Usta Yeşilbalkan, Ö.Z.N.U.R. (2018). Aromatherapy The effect of lavender on anxiety and sleep quality in patients treated with chemotherapy. *Clinical journal of oncology nursing*, 22(2).
- Stuart, G.W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa*, Edisi 2. Indonesia: Elsevier.
- Taravella, D., Ratna, W., & Susana, S.A. (2017). Hubungan pengetahuan operasi dengan tingkat kecemasan pre operasi pasien dengan tindakan spinal anestesi. *Repository Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta*.
- Tarigan, E.R., Simanullang, R.H., Wahyu, A., Ginting, L., & Hutahaean, M.M. (2022). Pre-Post Pemberian Aromaterapi Bunga Lavender Terhadap Skala Ansietas Pada Pasien Pre-Mastektomi. *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*, 5(1), 1-9.