



PENGARUH AROMA TERAPI KULIT JERUK TERHADAP PENURUNAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN STROKE

Aprilia Azzahra, Susiana Marbun, Elsa Paskalia br Sembiring, Desi Alam Sari Siregar, Kristina L Silalahi*
Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Prima Indonesia, Jl. Sampul No.3, Sei Putih Barat, Medan
Petisah, Medan, Sumatera Utara 20118, Indonesia
*kristinasilalahi@unprimdn.ac.id

ABSTRAK

Stroke penyebab kematian nomor dua tertinggi didunia, perkembangan penyakit stroke mengancam jiwa dan jug, kondisi inilah yang sering mengakibatkan kecemasan pada penderita stroke. Pemberian aroma terapi kulit jeruk telah diakui sangat baik untuk merelaksasikan tubuh serta dapat menurunkan kecemasan pada pasien yang mengalami penyakit terminal. Mengetahui pengaruh aroma terapi kulit jeruk terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien stroke Rumah Sakit Royal Prima Medan adalah tujuan penelitian. penelitian eksperimen semu melalui rancangan penelitian one group pre-test dan post-test design. Pasien yang menderita stroke, mengikuti terapi diatas dua kali seminggu, bersedia dijadikan sampel penelitian dengan mengisi format persetujuan menjadi responden sebanyak 30 orang adalah sampel. Sampel ditentukan berdasarkan accidental samling, dimana sampel diambil ketika penelitian dilakukan. Setelah dilakukannya uji Wilcoxon di dapatkan bahwa ada pengaruh aroma terapi kulit jeruk terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien stroke Rumah Sakit Royal Prima Medan diperoleh hasil dengan nilai Pvalue 0,006 dan Z -3,650. Ada pengaruh aroma terapi kulit jeruk terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien stroke Rumah Sakit Royal Prima Medan merupakan kesimpulan yang dapat ditarik.

Kata kunci: aromaterapi; kecemasan; kulit jeruk; stroke

THE EFFECT OF ORANGE PEEL AROMATHERAPY ON REDUCING ANXIETY LEVELS IN STROKE PATIENTS

ABSTRACT

Stroke is the second highest cause of death in the world, the development of stroke is life threatening and also, this condition often causes anxiety in stroke sufferers. Providing orange peel aromatherapy has been recognized as very good for relaxing the body and can reduce anxiety in patients experiencing terminal illnesses. Knowing the effect of orange peel aroma therapy on reducing anxiety levels in stroke patients at Royal Prima Medan Hospital is the aim of the research. quasi-experimental research using a one group pre-test and post-test design. Patients who suffered from stroke, attended the above therapy twice a week, were willing to be used as research samples by filling in the consent form to become respondents. A total of 30 people were the sample. After carrying out the Wilcoxon test, it was found that there was an effect of orange peel aroma therapy on reducing anxiety levels in stroke patients at the Royal Prima Hospital in Medan. Results were obtained with a P value of 0.006 and a Z -3.650. There is an influence of orange peel aroma therapy on reducing anxiety levels in stroke patients at Royal Prima Hospital Medan, which is a conclusion that can be drawn.

Keywords: anxiety; aromatherapy; orange peel; strokes

PENDAHULUAN

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, stroke adalah penyebab kematian paling umum di Indonesia. Dari 34 provinsi di Indonesia, Sumatera Utara menempati peringkat ke-22 dengan sekitar 2.120.362 kasus stroke pada tahun 2022. Menurut studi deskriptif yang dilakukan terhadap pasien stroke di 25 rumah sakit di Kota Medan, jumlah pasien perempuan sedikit lebih besar daripada laki-laki. Studi ini melibatkan individu berusia

20 hingga 95 tahun. Usia tertinggi adalah 40-59 tahun (46,5 persen), dengan usia tertinggi 60-79 tahun.

Stroke sekarang menyerang orang tua dan orang produktif, bahkan mereka di bawah usia 45 tahun. Stroke dapat menyerang siapa saja, tanpa memandang status sosial atau ekonomi. Purnawinadi (2019) menunjukkan bahwa stroke dapat menyebabkan penurunan produktivitas dan aktivitas sehari-hari pada generasi muda yang produktif. Seseorang yang mengalami kecemasan dapat mengalami perasaan umum seperti ketakutan, ketakutan, atau kehilangan kepercayaan diri, serta merasa lemah sehingga mereka tidak dapat bertindak atau bertindak dengan cara yang masuk akal. Penyakit jangka panjang seperti cedera diabetik dapat menyebabkan masalah psikologis bagi penderita dan keluarga mereka. Data yang salah dapat menyebabkan mispersepsi tentang masalah psikologis, seperti kecemasan dan tekanan pikiran. Diabetes mellitus juga merupakan kondisi yang dapat diwariskan. Menurut Setiawan (2018), penderita dan keluarganya khawatir tentang konsekuensi negatif dan komplikasi serius, seperti amputasi.

Aromaterapi adalah teknik pengobatan yang menggunakan minyak esensial atau sari minyak murni untuk meningkatkan atau melindungi kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan, dan menenangkan tubuh dan jiwa. Ini sekarang menjadi salah satu terapi tambahan yang sangat populer dan banyak digunakan. Faridah (2019) menyatakan bahwa penggunaan minyak esensial tumbuhan aromatik murni adalah metode pengobatan yang meringankan masalah kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup. Studi ini bertujuan untuk membuat resume asuhan keperawatan yang menggunakan aromaterapi ekstrak kulit jeruk untuk menurunkan kecemasan pasien yang menjalani perawatan untuk ulkus kaki diabetik. Ini karena aromaterapi kulit jeruk telah diakui sebagai alat yang sangat baik untuk merelaksasi tubuh dan dapat menurunkan kecemasan pada pasien yang menderita penyakit terminal.

Sinaga et al. (2021) menyelidiki hubungan antara aroma terapi ekstrak kulit jeruk dan tingkat kecemasan pasien luka kaki diabetik. Penelitian ini menunjukkan bahwa pasien diabetik dapat mengurangi tingkat kecemasan mereka dengan memberi mereka aroma terapi. Data yang dikumpulkan dari survei awal yang dilakukan pada September 2024 di lantai 8, 12 dan 9 gedung B Rumah Sakit Umum Royal Prima Medan menunjukkan bahwa 17 orang mengalami stroke di rawat jalan. Di Rumah Sakit Royal Prima Medan, masalah di atas digunakan untuk menyelidiki hubungan antara aroma terapi kulit jeruk dan tingkat kecemasan pasien stroke.

METODE

Penelitian ini akan menghasilkan jenis penelitian eksperimen semu dengan rancangan satu kelompok pre-test dan post-test. Dengan kata lain, satu kelompok penelitian akan diamati sebelum dan setelah intervensi. Semua analisis ini dilakukan pada kelompok intervensi yang sama dan diukur dalam jangka waktu tertentu. Studi ini dilakukan di ruang terapi Gedung A dan B Rumah Sakit Umum Royal Prima pada bulan November 2024. Sampel dikumpulkan dalam waktu dua minggu atau sampai totalnya selesai. Penelitian ini mengambil kira-kira 30 sampel dan menganalisis data penelitian untuk bivariat dan univariat. Metode pengambilan sampel yang paling efektif dalam penelitian ini adalah sampel tak terduga, di mana responden dipilih secara kebetulan di lokasi penelitian. Sampel diambil berdasarkan teknik accidental sampling dimana sampel diambil berdasarkan sampel yang tersedia ketika penelitian dilakukakan.

HASIL

Penelitian yang disebut sebagai "Pengaruh aroma terapi kulit jeruk terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien stroke di Rumah Sakit Royal Prima Medan" akan dibahas di

sini. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dengan penjelasan untuk setiap variabel yang dipelajari:

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien Stroke (n=30)

Karakteristik	f	%
Usia		
50-59 Tahun	5	16.7
60-69 Tahun	6	20.1
>70 Tahun	19	63.2
Total	30	100
Gender		
Perempuan	11	36.6
Laki-Laki	19	63.4

tabel 1, terlihat bahwa mayoritas responden berusia lebih dari 70 tahun (19 responden, 63.2%), dan minoritas berusia antara 50 dan 59 tahun (5 responden, 16.7). Secara gender, mayoritas responden adalah laki-laki (19 responden, 63.4%), dan minoritas adalah 11 responden (36.6%).

Tabel 2.
Distribusi frekuensi Tingkat kecemasan sebelum dan setelah pemberian aroma terapi kulit jeruk (n=30)

Tingkat Kecemasan	Sebelum		Setelah	
	f	%	f	%
Ringan	5	16.7	10	33.3
Sedang	6	20.1	16	53.3
Berat	19	63.2	4	13.4

Setelah aroma terapi kulit jeruk diberikan, mayoritas responden menunjukkan tingkat kecemasan dalam kategori sedang, yaitu 16 orang (53.3%), dan minoritas menunjukkan tingkat kecemasan dalam kategori ringan, yaitu 5 orang (16.7%). Tabel ini menunjukkan bahwa mayoritas responden menunjukkan tingkat kecemasan dalam kategori berat, yaitu 19 orang (63.2%).

Tabel 3.
Pengaruh aroma terapi kulit jeruk terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien stroke (n=30)

Variabel	N	Mean	Z	Pvalue
Tingkas Kecemasan	30	14.7	-3,650	0,006
Tingkat Kecemasan	30	5.15		

Uji Wilcoxon menemukan hubungan antara aroma terapi kulit jeruk dan penurunan tingkat kecemasan pada pasien stroke di Rumah Sakit Royal Prima Medan, dengan nilai Pvalue 0,006 dan Z -3,650.

PEMBAHASAN

Tingkat kecemasan pasien stroke sebelum intervensi aroma terapi kulit jeruk

Tingkat kecemasan pasien stroke sebelum intervensi aroma terapi kulit jeruk adalah 19 orang (63.2%) dalam kategori berat, dan 5 orang (16.7%) dalam kategori ringan. Menurut kamisasi (2018), kecemasan adalah reaksi terhadap keadaan yang mengancam. Dengan pertumUji Wilcoxon menemukan hubungan antara aroma terapi kulit jeruk dan tingkat kecemasan yang lebih rendah pada pasien stroke di Rumah Sakit Royal Prima Medan, dengan nilai Pvalue 0,006 dan Z -3,650. Perubahan, pengalaman baru, dan proses menemukan identitas dan hidup adalah hal yang normal. Kecemasan adalah suatu perasaan yang dialami seseorang yang menyebabkan kecemasan dan ketegangan psikologis. Ini adalah reaksi umum terhadap masalah atau rasa tidak aman.

Sari dan Prihati (2023) melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa aromatherapi ekstrak kulit jeruk dapat menurunkan kecemasan pasien ulkus kaki diabetik. Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Sinaga et al. (2021), yang menemukan bahwa aromatherapi ekstrak kulit jeruk memiliki efek pada tingkat kecemasan pasien DM dengan Pvalue 0.001. Karena pasien tidak tahu bagaimana penyakitnya berkembang, peneliti percaya bahwa pasien yang mengalami stroke mengalami tingkat kecemasan yang tinggi. Salah satu dari banyak pendekatan non-farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan ini adalah aromaterapi daun jeruk, yang dianggap dapat menurunkan tingkat kecemasan pasien stroke.

Tingkat kecemasan pasien stroke yang menerima aromaterapi kulit jeruk setelah intervensi

Temuan menunjukkan bahwa pasien stroke yang menerima aromaterapi kulit jeruk memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Mayoritas orang yang menjawab menempatkan diri mereka dalam kategori sedang (16 orang, atau 53.3%), sementara sebagian kecil orang menempatkan diri mereka dalam kategori berat (4 orang, atau 13.4%). Dalam reaksi terhadap situasi yang tidak menyenangkan, semua makhluk hidup mengalami kecemasan, atau ansietas. Kecemasan didefinisikan oleh Suhadi dan Pratiwi (2020) sebagai suatu kondisi emosi yang tidak dapat diidentifikasi dan subjektif yang tidak dapat diamati secara langsung. Pengamatan langsung yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa memberi pasien stroke aromaterapi daun jeruk selama satu minggu berturut-turut dapat mengurangi kecemasan mereka. Selain itu, pasien menyatakan bahwa aromaterapi ini membawa efek samping yang positif dan membuat mereka merasa lebih tenang, santai, dan tenang. Mereka juga menyatakan bahwa mereka akan menggunakannya sesering mungkin karena tidak memiliki efek samping. Setelah menggunakan aromaterapi selama satu minggu berturut-turut, peneliti menemukan bahwa pasien menjadi lebih tekun dan terartur. Aromaterapi sangat dapat menurunkan kecemasan pasien, terutama pada pasien dengan penyakit terminal, jika diberikan dengan benar dan pada waktu yang tepat.

Pengaruh aroma terapi kulit jeruk pada tingkat kecemasan pasien stroke

Uji Wilcoxon menemukan hubungan antara aroma terapi kulit jeruk dan penurunan tingkat kecemasan pada pasien stroke di Rumah Sakit Royal Prima Medan, dengan nilai Pvalue 0,006 dan Z -3,650. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aromaterapi daun jeruk memiliki dampak yang signifikan terhadap pasien stroke. Sebagian besar pasien mengalami kecemasan yang parah sebelum terapi dimulai, tetapi sebagian besar mengalami kecemasan sedang setelah terapi dimulai. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa penelitian telah menunjukkan bahwa kandungan daun jeruk memiliki efek menenangkan dan menenangkan.

SIMPULAN

Sebelum dilakukannya pemberian aroma terapi kulit jeruk didapatkan mayoritas tingkat kecemasan responden pada kategori berat sebanyak 19 orang dan minoritas tingkat kecemasan responden berada pada kategori ringan sebanyak 5 orang. Setelah dilakukan pemberian aroma terapi kulit jeruk didapatkan penurunan tingkat kecemasan dimana mayoritas responden berada pada kategori sedang sebanyak 16 orang dan minoritas tingkat kecemasan responden berada pada kategori berat sebanyak 4 orang. Ada pengaruh aroma terapi kulit jeruk terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien stroke Rumah Sakit Royal Prima Medan dengan nilai Pvalue 0,006 dan Z -3,650.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, A., Hudiawati, D., & Purnama, A. P. (2020). Pengaruh Aroma Terapi Inhalasi Terhadap Kecemasan Pasien Hemodialisa. *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Keperawatan, 2012*, 16–24.
- Astuti, Widia, Meirita, D. N., & Novianty, T. (2021). Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Tingkat Kecemasan Perawat Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Kesehatan, 9*(2).
- Agustin, A., Hudiawati, D., & Purnama, A. P. (2020). Pengaruh Aroma Terapi Inhalasi Terhadap Kecemasan Pasien Hemodialisa. *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Keperawatan, 2012*, 16–24.
- Donsu, J.D.T. (2017). Psikologi Keperawatan. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Jaelani. (2009). Aromaterapi. Jakarta : Pustaka Populer Obor
- Kinai, M. (2012). Medical Aromatherapy For Healthcare Professionals. <http://www.scribd.com>
- Setyawan, A., & Oktavianto, E. (2020). Efektifitas Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi OSCE pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Berkala Kesehatan, 6*(1), 9. <https://doi.org/10.20527/jbk.v6i1.8356>

