

Article

PENGARUH PEMBERIAN AROMA TERAPI LAVENDER TERHADAP TINGKAT KECEMASAN CALON AKSEPTOR KB IUD DI KLINIK SYAHBI MEDITRA DI DESA BODANG KECAMATAN PADANG KABUPATEN LUMAJANG

Reny Rosalina¹, Rosyidah Alfitri², Nila Widya Keswara³

^{1,2,3} Institut Teknologi Sanis dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang Kesdam V

SUBMISSION TRACK

Received: March 28, 2024
Final Revision: May 18, 2024
Available Online: June 07, 2024

KEYWORDS

Lavender Aromatherapy, Anxiety levels

CORRESPONDENCE

Phone: 085806966491
E-mail: reny.rosalina@gmail.com

ABSTRACT

The Maternal Mortality Rate (MMR) in Indonesia has not improved significantly from year to year. One way to reduce MMR is by using contraception. From brief interviews with 16 potential acceptors at the Syahbi Meditra clinic, some mothers said that they felt afraid and anxious about changing their family planning method to an IUD/implant method. Many factors influence the lack of IUD use, one of which is fear and anxiety among potential acceptors about installing the contraceptive device. The aim of this research was to determine the effect of providing lavender aromatherapy on the anxiety level of prospective IUD contraceptive acceptors. This research used a pre-experimental design with a one group pre-post test design method with a population of 16 potential IU family planning acceptors and a sample of 16 respondents using a total sampling technique. Data collection includes coding, editing and tabulating. Then the data was analyzed computer using the Paired Samples Test (asymptotic, Sig 2-tailed) p -value = 0.000 < 0.05. So H_a is accepted, namely that there is an effect of giving Lavender Aromatherapy on the Anxiety Level of Prospective IUD KB Acceptors. The conclusion of this research is that there is an effect of giving Lavender Aromatherapy on the Anxiety Level of Prospective IUD KB Acceptors. The suggestion is that the research site should be able to make innovations related to reducing the anxiety level of prospective IUD acceptors with complementary therapies

I. INTRODUCTION

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia dari tahun ke tahun yang belum mengalami perbaikan secara signifikan. Angka Kematian Ibu (AKI) sendiri merupakan salah satu indikator untuk melihat derajat kesehatan perempuan. Angka kematian ibu menjadi

salah satu target ke-tiga Sustainable Development Goals (SDGs) yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan bagi semua orang di segala usia. Salah satu cara untuk menurunkan AKI yaitu dengan pemakaian kontrasepsi (Rusmini,dkk,2018).

Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur sendiri di wilayah Jawa Timur memiliki jumlah pasangan usia subur yang cukup besar yakni 7.929.796 jiwa dengan jumlah akseptor KB sendiri 6.040.011 jiwa. Sementara dari tujuh alat kontrasepsi, yang paling diminati para Akseptor adalah kontrasepsi suntik dan pil. Kepala Perwakilan BKKBN Provinsi Jawa Timur, Maria Ernawati, menyampaikan, dari jumlah itu sebanyak 47 Persen adalah kontrasepsi suntik, pil sebanyak 13.99 Persen, kondom sebanyak 2.97 Persen, implan sebanyak 19.02 Persen, IUD sebanyak 13.41 Persen, MOW sebanyak 3.2 Persen sedang MOP sebanyak 0.1 persen. Sedangkan berdasarkan data badan statistic kabupaten lumajang tahun 2021, dari 24.605 pasangan usia subur (PUS) memilih kontrasepsi suntik 80,4%, pil sebanyak 30.9% , kondom sebanyak 4.3%, implan sebanyak 4.2%, IUD sebanyak 2%, MOW sebanyak 0.7 % sedang MOP sebanyak 0.5 %. Berdasarkan data yang diketahui terhadap jumlah peminat KB IUD yang ada di kabupaten lumajang pada tahun 2021 terdapat 2% akseptor KB dari 24.065 pasangan usia subur, hal ini membuktikan bahwa peminat KB IUD sangat sedikit dibandingkan kontrasepsi suntik dan pil (Rusmini,dkk,2018).

Dari wawancara singkat dengan 16 calon akseptor di klinik syahbi meditra, sebagian ibu mengatakan bahwa mereka merasa takut dan cemas untuk mengubah metode KB mereka menjadi metode IUD/implant.

Pada penelitian yang dilakukan pada bulan oktober hingga November 2023 didapatkan bahwa terdapat 16 calon akseptor KB yang tertarik dan ingin untuk menjadi akseptor KB IUD. Banyak faktor yang mempengaruhi kurangnya penggunaan IUD, salah satunya adanya ketakutan dan kecemasan pada calon akseptor untuk memasang alat kontrasepsi tersebut (Nguyen et al., 2020). Selain itu, Kecemasan serta rasa takut yang dialami ibu ternyata memiliki hubungan terhadap efek samping

paska pemasangan kontrasepsi IUD yakni seperti rasa khawatir dan cemas yang berlebihan, sehingga dapat mengalami penghentian (Rachmawati & Agustin, 2022). Ibu yang memiliki tingkat kecemasan tinggi sebelum dipasang IUD memiliki tingkat nyeri lebih tinggi dibandingkan ibu yang tidak mengalami kecemasan sebelum pemasangan IUD (Akdemir & Karadeniz, 2020).

Cukup banyak metode nonfarmakologis yang dirasa efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan serta persepsi rasa nyeri akan yang ditimbulkan pada pasien yang telah diteliti seperti teknik slow deep breathing, teknik relaksasi dan masih banyak lainnya. Salah satu metode untuk menurunkan tingkat kecemasan dan nyeri adalah dengan memberikan aroma terapi (Abidin, 2019).

Aroma terapi adalah suatu metode dalam relaksasi yang menggunakan minyak esensial atau uap dalam pelaksanaannya berguna untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi dan sprit seseorang. Mekanisme kerja perawatan aromaterapi dalam tubuh manusia berlangsung melalui sistem sirkulasi tubuh. Wewangian dapat mempengaruhi kondisi psikis, daya ingat dan emosi seseorang. Bau merupakan suatu molekul yang mudah menguap ke udara dan akan masuk ke rongga hidung melalui penghirupan sehingga akan direkam oleh otak sebagai proses penciuman (Koensoemardiyah, 2019)

Salah satu herbal esensial yang digunakan dalam aromaterapi adalah Aroma terapi lavender , aroma terapi penyembuhan menggunakan bunga lavender yang memiliki zat aktif berupa linalool acetat dan linalool sebagai relaksasi (Suriyati, Adriana, & Murtilita, 2016). Sari minyaknya diambil dari bagian pucuk bunga, selain mampu mengusir nyamuk ternyata juga meningkatkan efek ketenangan, keseimbangan, rasa nyaman, rasa keterbukaan, dan keyakinan. Selain itu juga mengurangi rasa tertekan, stress, rasa sakit, kepanikan dan emosi yang tidak seimbang (Abidin, Zainal, 2019).

Pada penelitian yang dilakukan oleh sisca dewi dkk (2020) di PMB fety kota mataram, menjelaskan tentang aromaterapi lavender yang diberikan secara inhalasi dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan fisiologis pada primipara. Berdasarkan fenomena dan penjabaran di atas peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui efektifitas terapi non farmakologis pemberian aroma terapi terhadap tingkat kecemasan calon akseptor IUD dengan judul “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan calon akseptor KB IUD di klinik syahbi meditra bodang padang Lumajang.”

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan calon akseptor KB IUD di klinik syahbi meditra bodang padang Lumajang tahun 2024.

II. METHODS

Desain penelitian ini adalah rancangan penelitian *pra-experimental* dengan metode *one group pre-post test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua calon Akseptor KB IUD di klinik syahbi meditra bodang pada bulan januari sampai maret 2024 dengan jumlah 16 calon akseptor. Sampel 16 orang dengan menggunakan teknik sampling *Total Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan data penelitian dianalisis univariat dengan distribusi frekuensi serta analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon signed test*.

III. RESULT

Berdasarkan dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa responden sebelum dilakukan pemberian aroma terapi lavender tingkat kecemasan pada calon akseptor KB IUD sebagian besar kecemasan tingkat sedang sejumlah 10 responden (62.5%). Sedangkan setelah di dilakukan pemberian aroma terapi lavender tingkat kecemasan pada calon akseptor KB IUD, didapatkan sebagian besar berada pada tingkat kecemasan ringan sejumlah 9 responden

(56.2%) dan 7 reponden yang lainnya bahkan tidak cemas. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* = 0,000 < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa Ada Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Lavender* terhadap Tingkat Kecemasan Calon Akseptor KB IUD di Klinik Syahbi Meditra Lumajang.

Table 1. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan calon akseptor KB IUD di klinik syahbi meditra bodang padang Lumajang tahun 2024

Tingkat Kecemasan	Perlakuan				p-value
	Sebelum Aromaterapi		Sesudah Aromaterapi		
	N	%	N	%	
Tidak Cemas	0	0	7	43.8	0,000
Kecemasan Ringan	3	18.8	9	56.2	
Kecemasan Sedang	10	62.5	0	0	
Kecemasan Berat	3	18.8	0	0	
Total	16	100.0	16	100	

IV. DISCUSSION

Berdasa Hasil penelitian Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan calon akseptor KB IUD di klinik syahbi meditra bodang padang Lumajang di dapatkan hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* = 0,000 < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa Ada Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Lavender* terhadap Tingkat Kecemasan Calon Akseptor KB IUD di Klinik Syahbi Meditra Lumajang. Dapat diketahui bahwa responden sebelum dilakukan pemberian aroma terapi lavender tingkat kecemasan pada calon akseptor KB IUD sebagian besar kecemasan tingkat sedang sejumlah 10 responden (62.5%). Sedangkan setelah di dilakukan pemberian aroma terapi lavender tingkat kecemasan pada calon akseptor KB IUD, didapatkan sebagian besar berada pada tingkat kecemasan ringan sejumlah 9 responden (56.2%) dan 7 reponden yang lainnya bahkan tidak cemas.

Pada saat pengambilan keputusan oleh calon akseptor KB IUD dengan pemberian aroma terapi lavender, responden merasa lebih rileks dan tidak tegang yang mendalam,

aroma terapi lavender yang dihirup akan memberikan efek yang signifikan terhadap penurunan kecemasan. Hal tersebut sesuai dengan apa yang dijelaskan oleh Suriyati, Adriana, & Murtilita. bahwasannya Aroma terapi lavender bekerja dengan merangsang sel saraf penciuman dan mempengaruhi sistem kerja limbik yang dapat meningkatkan perasaan positif dan rileks dengan kandungan aktif utama linalool untuk relaksasi.

Aroma terapi ini dilakukan secara inhalasi untuk menyalurkan khasiat zat-zat yang dihasilkan oleh minyak esensial secara langsung atau melalui alat bantu aroma terapi berupa lilin aroma terapi lavender yang dihirup selama 30 menit. Zat-zat yang dihasilkan dapat berupa gas, tetes-tetes uap yang halus, asap serta uap sublimasi yang akan terhirup lewat hidung dan tertelan lewat mulut.

Aroma terapi lavender bekerja dengan merangsang sel saraf penciuman (*olfactorius*) dan mempengaruhi sistem kerja limbik dengan meningkatkan perasaan positif dan rileks (Suriyati, Adriana, & Murtilita, 2016). Limbik adalah struktur bagian dalam dari otak yang berbentuk seperti cincin yang terletak dibawah *cortex cerebral*, tersusun ke dalam 53 daerah dan 35 saluran atau *tractus* yang berhubungan dengannya, termasuk *amygdala* dan *hipocampus*.

Sistem limbik sebagai pusat nyeri, senang, marah, takut, cemas, depresi dan berbagai emosi lainnya. Sistem limbik menerima semua informasi dari sistem pendengaran, sistem penglihatan dan sistem penciuman. *Amygdala* sebagai bagian dari sistem limbik bertanggung jawab atas respon emosi kita terhadap aroma. *Hipocampus* bertanggung jawab atas memori dan pengenalan terhadap bau juga tempat dimana bahan kimia pada aroma terapi merangsang gudang-gudang penyimpanan memori otak kita terhadap pengenalan bau-bauan. Respon bau yang dihasilkan akan merangsang kerja sel neurokimia otak, seperti bau yang menyenangkan akan menstimulasi *talamus* untuk mengeluarkan *enkefalin* yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan tenang (Yowana, 2021).

V. CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan mengenai pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan calon akseptor KB IUD di klinik syahbi meditra lumajang tahun 2024 diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat kecemasan responden sebelum dilakukan pemberian aroma terapi lavender diketahui sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan sedang sejumlah 10 responden (62.5%).
2. Tingkat kecemasan responden setelah dilakukan pemberian aroma terapi lavender lebih dari separuh kecemasan yang dialami responden tingkat kecemasan ringan sejumlah 9 responden (56.2%).
3. Ada Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan calon akseptor KB IUD di klinik syahbi meditra bodang padang Lumajang tahun 2024.

REFERENCES

- Abidin,Zaenal,*Buku Ajar Keperawatan Komplementer Solusi Cerdas Optimalkan Kesehatan*.Bondowoso:KHD production
- Akdemir, Y., & Karadeniz, M. (2020). A psychological factor associated with pain during intrauterine device insertion: Emotional reactivity. *Clinical and Experimental Obstetrics and Gynecology*, 47(3), 335–340. <https://doi.org/10.31083/J.CEOG.2020.03.2073>
- Agarwal, P., Sebghatollahi, Z., Kamal, M., Dhyani, A., Shrivastava, A., Singh, K. K., Sinha, M., Mahato, N., Mishra, A. K., & Baek, K. H. (2022). Citrus Essential Oils in Aromatherapy: Therapeutic Effects and Mechanisms. *Antioxidants*, 11(12). <https://doi.org/10.3390/antiox11122374>
- APA. (2013). *Diagnostic And Statictical Manual Of Mental Disorder Fifth Edition DSM V*. American Psychiatric Publishing. Bandung : 2012
- Aprilyadi, N., Feri, H. J., & Ridawati, I. D. (2018). Efektifitas Hypnoterapi Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea Pada Siswi Sma. *Jurnal Perawat Indonesia*, 2(1), 10. <https://doi.org/10.32584/jpi.v2i1.39>
- D. (2020). Strategies to Mitigate Anxiety and Pain in Intrauterine Device Insertion: A Systematic Review. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada*, 42(9), 1138-1146.e2. <https://doi.org/10.1016/j.jogc.2019.09.014>
- Dewi, N. N. A. I. (2018). Peranan Hipnoterapi Untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Persalinan Anak Pertama. *Jurnal Psikologi "Mandala,"* 2(2), 15– 21. <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/mandala/article/download/917/821>
- Irianto, K.2014. *Pelayanan Keluarga Berencana*. Bandung: Alfabeta
- Liao, W.-C., Yao, R.-A., Chen, L.-Y., Renn, T.-Y., Klimenkov, I. V., Sudakov, N. P., Mai, F.-D., Chen, Y.-T., & Chang, H.-M. (2022). Olfactory Stimulation Successfully Modulates the Neurochemical, Biochemical and Behavioral Phenotypes of the Visceral Pain. *Molecules*, 27(21), 7659. <https://doi.org/10.3390/molecules27217659>
- Manuaba, I. B. (2016). *Ilmu Kebidanan Penyakit dan Kandungan dan Kb untuk Pendidikan Bidan*. EGC.
- Marrbun, A. S., Pardede, jek A., & Indah, S. (2019). Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(2), 92–99.
- Naidich, T. P., & Som, P. M. (2018). The Olfactory System: Part III: Central Processing of Olfaction and Central Olfactory Dysfunction. *Neurographics*, 8(4), 298–316. <https://doi.org/10.3174/ng.1800028>
- Nguyen, L., Lamarche, L., Lennox, R., Ramdyal, A., Patel, T., Black, M., & Mangin.
- Rachmawati, A., & Agustin, E. R. (2022). Hubungan Antara Rasa Takut Ibu Terhadap Efek Samping Pemasangan Kontrasepsi IUD. *IJMT: Indonesian Journal of Midwifery Today*, 2(1), 20–26
- Rusmini, dkk. 2017. *Pelayanan KB dan Kesehatan Reproduksi Berbasis Evidence Based*. Jakarta: Trans Info Media.

Setyorini, Anek, 2016. *Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana*. Bogor : in media bogor