



## PENERAPAN AROMA TERAPI LEMON TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI SECTIO CAESAREA

Antonius Dwi Kristianto,<sup>1</sup> Witri Hastuti<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Profesi Ners Universitas Karya Husada Semarang

### SUBMISSION TRACK

Received: December 04, 2023

Final Revision: December 17, 2023

Available Online: December 19, 2023

### KEYWORDS

*Aromatherapy, anxiety, lemon*

### CORRESPONDENCE

E-mail:

[antoniusdwikristianto@gmail.com](mailto:antoniusdwikristianto@gmail.com)

### ABSTRACT

*Anxiety is one of the problems commonly experienced by mothers before SC surgery. If this anxiety is not addressed, it can have negative impacts such as increased blood pressure which can lead to the risk of bleeding during surgery. This study aims to determine the application of lemon aroma therapy to the anxiety level of pre-SC surgery patients. This research is a case study, where the research subjects were two pre-SC surgery mothers who experienced moderate anxiety who were given aromatherapy for 15 minutes. Measurement of anxiety levels was carried out before and after giving the intervention. The results of the study showed that providing aromatherapy was effective in reducing maternal anxiety levels before SC surgery.*

### PENDAHULUAN

Persalinan Sectio Caesarea (SC) telah meningkat dalam 30 tahun terakhir. International Health Community (IHC) menetapkan indikator untuk pengiriman SC 10%-15%. Data terakhir dari 150 negara, saat ini angka persalinan oleh SC mengalami peningkatan sebesar 18,6%. Wilayah Amerika Latin dan Karibia memiliki tingkat kelahiran sesar tertinggi (40,5%), diikuti oleh Amerika Utara (32,3%), Oceania (31,1%), Eropa (25%), Asia (19,2%) dan Afrika (7,3%) (WHO, 2018). Persalinan SC pada sembilan negara Asia mencapai 27%, di Amerika Latin 35%, dan Inggris 4,5%.

Hasil penelitian di beberapa rumah sakit di China dan Taiwan persalinan SC meningkat hingga 70%. Angka persalinan SC di Indonesia telah melewati batas maksimal standar WHO yaitu 5-15%. Persalinan dengan SC Di Indonesia mencapai 15,3% dengan proporsi tertinggi di DKI Jakarta (19,9%) dan terendah di Sulawesi Tenggara

(3,3%) dan secara umum pola persalinan dengan SC menurut karakteristik menunjukkan yang tertinggi. Proporsi dalam indeks kepemilikan teratas (18,9%), tinggal di perkotaan (13,8%), bekerja sebagaikaryawan (20,9%) dan berpendidikan tinggi (25,1%). Gambaran faktor risiko ibu selama persalinan dengan SC adalah 13,4% karena ketuban pecah dini, 5,49% preeklamsia, 5,14% pendarahan, 4,40% kelainan posisi janin, 4,25% jalan lahir tertutup, 2,3% rahim yang robek (Salahuddin et al., 2019).

Tindakan pembedahan atau operasi ini menjadi salah satu penyebab terjadinya kecemasan pada pasien yang hendak menjalani tindakan operasi. Kecemasan timbul bukan hanya pada tindakan pembedahan mayor namun juga pada tindakan pembedahan minor (Ji et al., 2022). Kecemasan ialah suatu perasaan yang tidak menentu atau tidak jelas berhubungan dengan ketidakberdayaan. Kecemasan juga

dapat diartikan sebagai suatu keadaan emosi tidak menentu terhadap suatu objek yang tidak spesifik (Andrade et al., 2019; Li et al., 2020).

Pada ibu pre operasi SC seringkali dijumpai ibu mengalami kecemasan berlebih dan tidak dapat mengontrolnya. Hal tersebut dapat terjadi akibat dikarenakan perasaan takut atau tidak menentu terhadap proses pembedahan, peralatan pembedahan dan petugas, proses penyakit yang sudah memburuk, nyeri setelah operasi atau kemungkinan terjadinya kematian. Kecemasan ini juga tidak hanya tentang dirinya dan tindakan pembedahan melainkan juga keselamatan calon bayinya. Beberapa studi terdahulu juga menjelaskan bahwa banyak faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan ibu pre operasi SC seperti faktor usia, dukungan orang terdekat (suami), komplikasi pasca pembedahan (Izzah et al., 2022; Ritonga et al., 2019).

Kecemasan berlebih yang dialami tentu membawa dampak negatif pada ibu sebelum menjalani tindakan pembedahan. Kecemasan ini harus segera diatasi karena menyebabkan terjadinya perubahan-perubahan fisiologi tubuh sehingga menghambat terlaksananya tindakan pembedahan (Jiwanmall et al., 2020). Sebuah studi menggambarkan bahwa beberapa pasien yang hendak menjalani tindakan pembedahan ditunda dan dilakukan penjadwalan ulang tindakan pembedahan dikarenakan tindakan darah pasien meningkat karena kecemasan (Feleke et al., 2022). Hal tersebut sehingga perlunya sebuah penatalaksanaan untuk mengurangi kecemasan tersebut.

Salah satu penatalaksanaan nyeri non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah pemberian aromaterapi, dimana ibu yang mendapatkan terapi aromaterapi merasakan rasa nyaman, relaksasi, dan dapat menurunkan nyeri serta kecemasan. (Andriani et al., 2021; Mahbubeh Tabatabaeichehr & Hamed Mortazavi, 2020).

Beberapa studi terdahulu telah menjelaskan keefektifan aromaterapi lemon dalam menurunkan tingkat kecemasan. Pemberian aromaterapi lemon selama 30 pada ibu sebelum menjalani operasi SC dapat mengurangi kecemasan (Haryalchi et al., 2023). Sebuah studi literatur juga

menjelaskan bahwa aromaterapi lemon menjadi salah satu terapi komplementer yang terbukti efektif menurunkan stres dan kecemasan (Hedigan et al., 2023).

Hasil studi pendahuluan dilakukan di Rumah Sakit St. Elisabeth Semarang pada tanggal 18 Agustus 2023 bahwa rata-rata angka persalinan SC setiap bulannya mencapai 30 pasien. Hasil wawancara dengan seorang ibu pre operasi SC mengatakan bahwa merasa cemas dan khawatir menjelang tindakan operasi tersebut, dimana ibu merasa takut dengan tindakan pembedahan serta takut terjadi sesuatu pada calon bayinya. Hasil wawancara dengan salah satu petugas kesehatan yang bertugas di ruang tersebut bahwa selama ini untuk mengurangi kecemasan yang dirasakan pre operasi SC dengan cara memberikan pendidikan kesehatan tentang operasi yang akan dijalani pasien. Berdasarkan fenomena diatas, maka penulis tertarik mengambil judul "Penerapan Aromaterapi Lemon Pada Ibu Pre Operasi Sectio Caesarea di RS St. Elisabeth Semarang".

## METODE PENELITIAN

Karya Tulis Ilmiah merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengkaji atau mengetahui hubungan antar variabel (Sugiyono, 2014) dengan desain *case-control study*. Penelitian *case-control study* dilakukan identifikasi subjek atau kasus yang telah terjadi (efek), kemudian ditelusuri secara faktor yang diduga berperan (Riyanto, 2019). Penelitian ini dilakukan pada tanggal 20 Agustus 2023 dan 28 Oktober 2023 dengan subjek penelitian adalah dua pasien pre operasi SC di salah satu rumah sakit swasta di Kota Semarang. Pada penelitian ini, peneliti memberikan aroma terapi lemon selama 15 menit. Pengukuran Tingkat kecemasan dilakukan dua kali yaitu sebelum perlakuan dan setelah perlakuan. Pengukuran tingkat kecemasan menggunakan skala *Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale* (APAIS), dimana hasil pengukuran tingkat kecemasan dapat dikelompokkan menjadi yaitu skor 6 = tidak ada kecemasan, skor 7-12 = kecemasan ringan, skor 13-18 = kecemasan sedang, skor 19-24 = kecemasan berat dan skor 25-30 = kecemasan berat sekali/panik

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus ini disusun oleh penulis berdasarkan kasus yang dikelola pada saat melakukan praktik klinik keperawatan di RS St. Elisabeth Semarang. Penulis fokus pada dua pasien pre operasi SC dengan kecemasan sedang. Pelaksanaan asuhan keperawatan dilakukan pada tanggal 20 Agustus 2023 pada kasus 1 dan 28 Oktober pada kasus 2 untuk mengurangi kecemasan yang dialami oleh kedua pasien.

Pada saat pengkajian kasus 1 didapatkan Ny. F merupakan pasien pre operasi SC dengan indikasi ketuban pecah dini kurang lebih 6 jam lalu (01.00 WIB). Hasil pengkajian didapatkan pasien mengalami kecemasan sedang ditandai dengan score APAIS 15. Pasien juga sering mengungkapkan kekwatirannya menjalani operasi SC serta sering bertanya tentang prosedur operasi SC termasuk nyeri jika menjalani operasi SC tersebut. Hasil pemeriksaan lainnya berupa TD: 135/83 mmHg, Nadi: 90x/menit, RR: 24x/menit dan suhu 36 C. Pada saat pengkajian kasus 2 didapatkan Ny.R merupakan pasien pre operasi SC dengan indikasi pecahnya air ketuban, usia kehamilan mencapai 37 minggu, dan mengalami malposisi janin (lintang ). Hasil pengkajian juga ditemukan pasien mengalami kecemasan sedang ditandai dengan score APAIS 14. Hal tersebut ditandai dengan pasien yang tampak gelisah, berkeringat dan TTV yang meningkat (TD: 140/90 mmHg, Nadi: 92 x/menit, RR: 24 x/menit dan suhu: 36,8 °C).

Diagnosa yang muncul baik pada kasus Ny. F dan Ny.R yaitu ansietas dan defisit pengetahuan. Adapun data yang mendukung diagnosa meliputi pasien mengatakan takut dengan tindakan operasi yang akan dilakukan, susah tidur, pasien tampak gelisah, cemas dan score APAIS 15 dan 14 (kecemasan sedang) mendukung perumusan diagnosa keperawatan ansietas dan pasien sering bertanya-tanya tentang prosedur operasi yang akan dijalannya, sering bertanya apakah akan terasa sakit saat pembedahan dan wajah pasien tampak cemas mendukung perumusan diagnosa keperawatan defisit pengetahuan.

Pada perencanaan intervensi, penulis merencanakan beberapa intervensi untuk mengatasi diagnosa keperawatan yang telah

dirumuskan sebelumnya. Adapun intervensi yang direncanakan yaitu reduksi ansietas dan terapi relaksasi untuk mengatasi diagnosa ansietas dengan tujuan yaitu ansietas ibu akan berkurang atau hilang, sedangkan intervensi edukasi preoperatif untuk mengatasi diagnosa defisit pengetahuan dengan tujuan pengetahuan ibu tentang tindakan operasi SC dapat meningkat.

Pada tahap implementasi, semua intervensi yang dilakukan penulis dapat diikuti/dijalani dengan baik oleh Ny. F dan Ny. R. Hal tersebut terlihat dari ibu yang dapat kooperatif saat diajak berbicara dan mampu mengidentifikasi penyebab kecemasan yang dialami. Ibu juga dapat menyebutkan motivasi positif/ penyemangat harus tetap kuat dan tidak takut untuk menjalani operasi yaitu semua untuk kebaikan dan keselamatan calon bayinya. Pada saat pemberian aromaterapi lemon terlihat ibu menikmati aromaterapi yang tercium sambil menutup mata dan mengikuti sampai sesi terapi selesai. Hal serupa juga terjadi ketika penulis memberikan intervensi edukasi preoperatif kepada ibu, dimana ibu sangat kooperatif dan menyimak dengan tenang semua informasi yang penulis sampaikan. Evaluasi formatif yang dilakukan pada setiap sesi implementasi menunjukkan terjadi perubahan positif dimana ibu mengalami penurunan kecemasan ditandai dengan nilai tekanan darah, nadi, frekuensi pernapasan, tidak gelisah dan score APAIS yang semakin membaik, disamping itu ibu juga menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu akan operasi SC ditandai ibu dapat mengulangi informasi yang telah diterima.

Pada tahap evaluasi sumatif yang dilakukan peneliti juga menunjukkan perbaikan kecemasan dan pengetahuan ibu. Adapun data evaluasi pada kasus 1 yang didapatkan pada diagnosa ansietas meliputi ibu mengatakan senang menghirup aromaterapi lemon, tidak terlalu cemas lagi, kayaknya bisa tidur nyeyak nanti malam ,berjuang untuk bayinya, tampak tenang, tampak tidak gelisah/ tegang, tidak bertanya tentang operasi SC, score APAIS 8 (kecemasan ringan), TD: 125/80 mmHg, RR: 21x/ menit dan nadi: 86x/ menit sedangkan pada diagnosa defisit pengetahuan meliputi data ibu mengerti tentang operasi SC, tidak

takut lagi, mampu mengulangi prosedur operasi SC mulai dari pembiusan, pembedahan dan fase pemulihan dan tidak bertanya lagi tentang operasi SC. Data evaluasi pada kasus 2 yang didapatkan pada diagnosa ansietas meliputi ibu mengatakan senang menghirup aromaterapi lemon, saya tidak terlalu cemas lagi, kayaknya bisa tidur nyeyak nanti malam dan pasti kuat, sedangkan data objektifnya meliputi tampak tenang, tampak tidak gelisah/ tegang, tidak bertanya tentang pembiusan dan operasi SC score APAIS 9 (kecemasan ringan) dan TTV (TD: 130/85 mmHg, RR: 22x/ menit dan nadi: 82x/ menit).

Hasil penelitian ini didukung oleh studi terdahulu bahwa pemberian aroma terapi lemon dapat mengurangi tingkat kecemasan yang dirasakan ibu pre SC (Tsai et al., 2020). Studi lainnya juga menjelaskan hal serupa dimana pemberian aroma terapi lemon selama 30 menit yang diberikan kepada ibu pre operasi SC terbukti dapat membuat ibu menjadi lebih tenang dan menurunkan Tingkat kecemasan (Haryalchi et al., 2023). Aroma lemon memiliki komposisi utama gula dan asam sitrat. Lemon mengandung flavonoid (flavanon), limonene, asam folat, tanin, vitamin (C, A, B1, dan P), dan mineral (kalium, magnesium) (Klimek-Szczykutowicz et al., 2020; Tan et al., 2023). Aroma terapi lemon juga yang mengandung linalool dapat menstimulasi sistem saraf dengan memberikan efek menenangkan sehingga kecemasan menurun (Tan et al., 2023).

## SIMPULAN DAN SARAN

Kecemasan yang dialami oleh ibu pre operasi SC dapat membawa efek negatif jika tidak diatasi, sehingga perlu adanya tata cara untuk mengatasi hal tersebut. pemberian aroma terapi dapat menjadi salah satu terapi alternatif yang dapat dilakukan untuk membantu ibu dalam mengatasi kecemasan pre operasi SC. Hasil penelitian diharapkan menjadi masukan bagi petugas kesehatan untuk dapat menggunakan terapi-terapi komplementer dalam penatalaksanaan kasus serupa.

## DAFTAR PUSTAKA

Andrade, D. de M., Amaral, J. F., Trevizan, P. F., Toschi-Dias, E., Silva, L. P. da, Laterza, M. C., & Martinez, D. G. (2019). Anxiety increases the blood pressure response during exercise. *Motriz: Revista de Educação Física*, 25(3), e101948. <https://doi.org/10.1590/s1980-6574201900030016>

Andriani, Y., Amalia, E., & Primal, D. (2021). Guided imagery technique implementation reducing primigravida pregnancy anxiety before childbirth delivery. *JOSING: Journal of Nursing and Health*, 1(2), 75–82. <https://doi.org/10.31539/josing.v1i2.2324>

Feleke, M. G., Chichiabellu, T. Y., & Ayalew, T. L. (2022). Magnitude and reasons of surgery cancellation among elective surgical cases in Wolaita Sodo University Comprehensive Specialized Hospital, Southern Ethiopia, 2021. *BMC Surgery*, 22(1), 300. <https://doi.org/10.1186/s12893-022-01749-y>

Haryalchi, K., Kazemi Aski, S., Mansour Ghanaie, M., Fotouhi, M., Mansoori, R., Sadraei, S. M., Yaghobi, Y., & Olangian-Tehrani, S. (2023). Effects of the aroma of lemon verbena (*Aloysia citriodora* Paláu) essential oil on anxiety and the hemodynamic profile before cesarean section: A randomized clinical trial. *Health Science Reports*, 6(5), e1282. <https://doi.org/10.1002/hsr2.1282>

Hedigan, F., Sheridan, H., & Sasse, A. (2023). Benefit of inhalation aromatherapy as a complementary treatment for stress and anxiety in a clinical setting – A systematic review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 52, 101750. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2023.101750>

Izzah, U., Hariani, W. F., Winarna, N. B. A., & Kusumawati, D. (2022). Beberapa faktor yang dapat berpengaruh pada kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan sectio caesarea (SC) di RSI Fatimah Banyuwangi. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 8(2), 146–153. <https://doi.org/10.32660/jpk.v8i2.621>

Ji, W., Sang, C., Zhang, X., Zhu, K., & Bo, L. (2022). Personality, preoperative anxiety, and postoperative outcomes: A review.

- International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12162. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912162>
- Jiwanmall, M., Jiwanmall, S. A., Williams, A., Kamakshi, S., Sugirtharaj, L., Poornima, K., & Jacob, K. S. (2020). Preoperative anxiety in adult patients undergoing day care surgery: Prevalence and associated factors. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 42(1), 87–92. [https://doi.org/10.4103/IJPSYM.IJPSYM\\_180\\_19](https://doi.org/10.4103/IJPSYM.IJPSYM_180_19)
- Klimek-Szczykutowicz, Szopa, & Ekiert. (2020). Citrus limon (Lemon) Phenomenon—A Review of the Chemistry, Pharmacological Properties, Applications in the Modern Pharmaceutical, Food, and Cosmetics Industries, and Biotechnological Studies. *Plants*, 9(1), 119. <https://doi.org/10.3390/plants9010119>
- Li, J., Xia, Y., Cheng, X., & Li, S. (2020). Fear of uncertainty makes you more anxious? Effect of intolerance of uncertainty on college students' social anxiety: a moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 11, 565107. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.565107>
- Mahbubeh Tabatabaeichehr & Hamed Mortazavi. (2020). The Effectiveness of Aromatherapy in the Management of Labor Pain and Anxiety: A Systematic Review. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 30(3). <https://doi.org/10.4314/ejhs.v30i3.16>
- Ritonga, N. A., Rozalina, & Putri, E. A. (2019). Hubungan antara usia ibu terhadap tingkat kecemasan pada pasien preoperasi sectio caesarea (SC) yang pertama di Rumah Sakit Bersalin Nabasa, Mulia, dan Anugrah. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 5(1).
- Riyanto, A. (2019). *Statistik Deskriptif Untuk Kesehatan*. Nuha Medika.
- Salahuddin, M., Mandell, D. J., Lakey, D. L., Eppes, C. S., & Patel, D. A. (2019). Maternal risk factor index and cesarean delivery among women with nulliparous, term, singleton, vertex deliveries, Texas, 2015. *Birth*, 46(1), 182–192. <https://doi.org/10.1111/birt.12392>
- Sugiyono. (2014). *Memahami Penelitian Kuantitatif*.
- Tan, L., Liao, F., Long, L., Ma, X., Peng, Y., Lu, J., Qu, H., & Fu, C. (2023). Essential oils for treating anxiety: A systematic review of randomized controlled trials and network meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 11, 1144404. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1144404>
- Tsai, S.-S., Wang, H.-H., & Chou, F.-H. (2020). The Effects of Aromatherapy on Postpartum Women: A Systematic Review. *Journal of Nursing Research*, 28(3), e96. <https://doi.org/10.1097/jnr.0000000000000331>
- WHO. (2018). *Global action plan on physical activity 2018–2030: More active people for a healthier world*. <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789241514187>