

## PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI TERHADAP KECEMASAN HOSPITALISASI PADA ANAK

Lina Wati Nur Azizah<sup>1</sup>, Irdawati<sup>2\*</sup>, Rosalia Dian Arsita Putri<sup>3</sup>

<sup>1-2</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>3</sup>Rumah Sakit Indriati Solo Baru

Email Korespondensi: Irdawati@ums.ac.id

Disubmit: 08 Juli 2024

Diterima: 24 Oktober 2024

Diterbitkan: 01 November 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i11.16110>

### ABSTRACT

*Hospitalization is a crisis condition that requires sick children to undergo treatment. Children's anxiety responses during hospitalization mostly fall into three categories, namely a crying response when their parents leave them even for a short time, rebellion when given medical therapy, and refusal when an injection is given. Aromatherapy can stimulate the parasympathetic system, which can help reduce blood pressure and anxiety levels. To determine the effect of giving aromatherapy to reduce anxiety in children who are hospitalized. This case study uses a nursing care approach by applying aromatherapy therapy for 15 minutes given to five preschool-aged children who experienced anxiety due to hospitalization as measured using the Visual Anxiety Scale (VAS). Providing an aromatherapy intervention had an effect on reducing the anxiety scale in pre-school-aged children due to hospitalization. The intervention of giving aromatherapy for 15 minutes can reduce anxiety in children undergoing hospitalization.*

**Keywords:** Aromatherapy, Anxiety, Hospitalization, Children

### ABSTRAK

Hospitalisasi merupakan kondisi krisis yang mengharuskan anak sakit untuk menjalani perawatan. Respon kecemasan anak saat hospitalisasi paling banyak menunjukkan pada tiga kategori, yaitu respon menangis saat ditinggal orang tua walaupun dalam waktu singkat, memberontak saat diberikan terapi pengobatan, dan penolakan saat akan dilakukan injeksi. Aromaterapi dapat merangsang system parasimpatis yang dapat membantu mengurangi tekanan darah dan menurunkan tingkat kecemasan. Mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi untuk mengurangi kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi. Studi kasus ini menggunakan pendekatan asuhan keperawatan dengan menerapkan terapi pemberian aromaterapi selama 15 menit yang diberikan pada lima anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi yang diukur menggunakan *Visual Anxiety Scale* (VAS). Pemberian intervensi aromaterapi memberi pengaruh terhadap penurunan skala kecemasan pada anak usia pra sekolah akibat hospitalisasi. Intervensi pemberian aromaterapi selama 15 menit dapat menurunkan kecemasan pada anak yang menjalani hospitalisasi.

**Kata Kunci:** Aromaterapi, Kecemasan, Hospitalisasi, Anak

## PENDAHULUAN

Hospitalisasi merupakan kondisi krisis yang mengharuskan anak sakit untuk menjalani perawatan dan terapi hingga kondisi kesehatannya membaik untuk kembali pulang ke rumah (Fiteli et al., 2024). Hospitalisasi pada anak membuat anak dihadapkan dengan keadaan krisis, karena anak berada ditempat asing, bertemu dengan orang asing dan mendapat tindakan yang membuat anak tidak nyaman (Mariyam et al., 2022).

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2016-2018 anak usia 0-4 tahun yang menjalani perawatan di rumah sakit atau hospitalisasi pada tahun 2018 sebanyak 6,22%, dan di usia 5-9 tahun 2,89% dari jumlah total penduduk Indonesia. Sedangkan di provinsi Jawa Tengah sendiri hospitalisasi anak ada di presentase 4,1 % dari jumlah penduduk, dengan presentase anak yang di rawat inap tertinggi adalah di perkotaan dibandingkan di pedesaan (Vanny et al., 2020).

Reaksi negative yang muncul pada anak selama hospitalisasi muncul karena anak berusaha beradaptasi dengan lingkungan baru yang menjadi faktor stressor bagi anak. Anak usia 3 - 6 tahun menganggap sakit merupakan hal yang menakutkan serta menimbulkan kecemasan karena anak merasa kehilangan lingkungan yang penuh kasih sayang dan menyenangkan

Penelitian yang dilakukan oleh Patantan et al (2022) yang meneliti tentang presentase tingkat kecemasan anak di RS Benyamin Guluh Kolaka pada anak yang menjalani hospitalisasi 49% anak mengalami kecemasan sedang, 34% anak mengalami kecemasan berat dan 6% mengalami kecemasan sangat berat, hanya 11% anak yang mengalami kecemasan ringan.

Individu yang mengalami stress serta kecemasan yang berkepanjangan dapat menimbulkan beberapa gejala fisik dan psikologis seperti sakit kepala, sakit lambung, jantung berdebar,

gangguan tidur, mudah lelah, gelisah, kurang konsentrasi, mudah marah dan menunjukkan sikap agresif. Aromaterapi bisa menjadi pilihan alternative yang dapat membantu mengurangi tingkat stress dan kecemasan pada pasien (Sundara et al., 2022).

Aromaterapi adalah salah satu metode non-farmakologis yang potensial, dengan menggunakan minyak aromatic atau essensial yang dapat memberi manfaat dalam aspek mental, psikologi, spiritual dan social (Motulo et al., 2023). Hal ini layak dan juga aman untuk anak-anak. Aromaterapi dapat merangsang system parasimpatis yang dapat membantu mengurangi tekanan darah dan menurunkan tingkat kecemasan (Arslan et al., 2020).

Dalam penelitian studi literature yang dilakukan oleh Sundara et al (2022) di Karawang. Hasil review menunjukkan bahwa aromaterapi dapat digunakan sebagai terapi non farmakologis untuk meredakan stress terhadap gangguan kecemasan pada pasien dengan kondisi tertentu. Penggunaan aromaterapi memberi manfaat efek relaksasi sehingga meningkatkan rasa nyaman, mengurangi nyeri, menenangkan dan menyejukkan bagi pasien terutama pada anak (Istiqomah et al., 2023).

Berdasarkan observasi di bangsal ruang perawatan anak menunjukkan adanya respon kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi, respon yang muncul pada anak beragam, mulai dari respon menangis, mengerutkan dahi, menolak diberikan tindakan hingga tantrum. Respon tersebut muncul terutama saat perawat masuk ke ruang rawat dan melakukan tindakan keperawatan, sehingga studi ini bertujuan untuk menerapkan *evidence based nursing* pengaruh pemberian aromaterapi terhadap kecemasan pada anak yang mengalami hospitalisasi.

## KAJIAN PUSTAKA

Aromaterapi merupakan suatu bentuk pengobatan alternatif menggunakan bahan tanaman volatil, banyak dikenal dalam bentuk minyak esensial dan berbagai macam bentuk lain yang bertujuan untuk mengatur fungsi kognitif, mood, dan kesehatan. Aromaterapi dibentuk dari berbagai jenis ekstrak tanaman seperti bunga, daun, kayu, akar tanaman, kulit kayu, dan bagianbagian lain dari tanaman dengan cara pembuatan yang berbeda-beda dengan cara penggunaan dan fungsinya masing-masing (Sari, 2021).

Aromaterapi mempunyai efek yang positif karena diketahui bahwa aroma yang segar, harum merangsang sensori, reseptor dan pada akhirnya mempengaruhi organ yang lainnya sehingga dapat menimbulkan efek kuat terhadap emosi. Aroma ditangkap oleh reseptor di hidung yang kemudian memberikan informasi lebih jauh ke area di otak yang mengontrol emosi dan memori maupun memberikan informasi juga ke hipotalamus yang merupakan pengatur system internal tubuh, termasuk sistem seksualitas, suhu tubuh, dan reaksi terhadap stress (Shinobi, 2008). Manfaat Aromaterapi menurut Shinobi (2008) adalah:

- a. Aromaterapi merupakan salah satu metoda perawatan yang tepat dan efisien dalam menjaga tubuh tetap sehat.
- b. Aromaterapi banyak dimanfaatkan dalam pengobatan, khususnya untuk membantu penyembuhan beragam penyakit, meskipun lebih ditujukan sebagai terapi pendukung (supporttherapy).
- c. Aromaterapi membantu meningkatkan stamina dan gairah seseorang, walaupun sebelumnya tidak atau kurang

memiliki gairah dan semangat hidup.

- d. Aromaterapi dapat menumbuhkan perasaan yang tenang pada jasmani, pikiran dan rohani (soothing the physical, mind and spiritual)
- e. Aromaterapi mampu menghadirkan rasa percaya diri, sikap yang berwibawa, jiwa pemberani, sifat familiar, perasaan gembira, damai, juga suasana romantis.
- f. Aromaterapi merupakan bahan antiseptic dan antibakteri alami yang dapat dijadikan makanan ataupun jasad renik menjadi lebih awet.

## Konsep Kecemasan

Kecemasan adalah munculnya perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi. Ketika cemas, individu akan merasa tidak nyaman takut/memiliki firasat/takut akan ditimpa malapetaka padahal individu tersebut tidak mengerti mengapa emosi yang mengancam tersebut terjadi (Sheila, 2018).

Menurut Sarwono (2016) mengemukakan beberapa penyebab dari kecemasan yaitu:

1. Rasa cemas yang timbul akibat melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas didalam pikiran
2. Cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan mental, yang kadang-kadang terlihat dalam bentuk yang umum.
3. Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak

jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya (Windarwati, 2020).

#### METODE PENELITIAN

Karya ilmiah ini merupakan studi kasus (*case study*) menggunakan pendekatan asuhan keperawatan dengan mengaplikasikan *Evidence Based Practice Nursing* pemberian aromaterapi untuk menurunkan kecemasan hospitalisasi pada anak. Pemberian intervensi dilakukan di RS Indriati Solo Baru pada bulan November-Desember 2023. Pasien yang dijadikan objek dalam studi kasus ini berjumlah 5 pasien yang masuk dalam

kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam pemberian aromaterapi ini adalah pasien yang sedang menjalani hospitalisasi, pasien anak, pasien yang bersedia diberikan terapi dan mendapat izin dari orang tua dengan menandatangani *informed consent*, pasien dengan tingkat kecemasan ringan hingga sedang, pasien rawat inap selama 2 hari, dan pasien yang kesadarannya stabil.

Untuk kriteria eksklusi pada pemberian aromaterapi ini adalah pasien dengan *total care*, pasien yang tidak bersedia diberikan terapi, pasien yang tidak mendapatkan izin dari orang tua. Instrument yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan menggunakan VAS (*Visual Analog Scale*) dengan hasil ukur Tidak cemas : 1-3, Ringan 4-6, Sedang : 7-9, Panik : 10.

#### HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aromaterapi

No	Hari/ Tanggal	Responden	Tingkat Kecemasan (VAS)		
			Sebelum Terapi	Sesudah Terapi	Keterangan
1	Selasa, 28 November 2023	An. Y	8	4	Skala kecemasan menurun 4 tingkat
2	Selasa, 28 November 2023	An. F	6	0	Skala kecemasan menurun 6 tingkat
3	Rabu, 29 November 2023	An. Q	6	0	Skala kecemasan menurun 6 tingkat
4	Kamis, 30 November 2023	An.A	6	0	Skala kecemasan menurun 6 tingkat
5	Selasa, 6 Desember 2023	An.D	8	4	Skala kecemasan menurun 4 tingkat

Berdasarkan isi table diketahui bahwa paling tinggi tingkat kecemasan

sebelum terapi 8 dan sesudah terapi menurun menjadi 4 tingkat.

## PEMBAHASAN

Hasil pengkajian kecemasan yang dilakukan pada kelima pasien sebagai subjek yang diberikan intervensi pemberian aromaterapi, ditemukan hasil pada kedua pasien mengalami kecemasan sedang yang berupa anak tegang dan menangis saat melihat perawat dan rewel saat ditinggal oleh ibunya. Sedangkan pada ketiga pasien lainnya mengalami kecemasan ringan yang berupa anak menunjukkan ekspresi datar dan ekspresi tegang saat diberikan terapi oleh perawat, anak terus memegang orang tuanya saat diberikan tindakan oleh perawat.

Hasil yang didapat dari pengkajian pada penerapan ini sejalan dengan penelitian oleh Apriani & Putri (2021) yang dilakukan di Ruang Anggrek BRSU Tabanan didapatkan data bahwa dari 30 responden yang diteliti ditemukan 63,3% anak yang memiliki dampak tinggi hospitalisasi. Perilaku yang ditunjukkan adalah anak berespon menangis saat ditinggal oleh orang tuanya dalam waktu yang tidak lama, anak berontak saat diberikan obat, dan anak tidak mau diberikan tindakan injeksi. Respon tersebut juga ditunjukkan dari lima pasien yang dijadikan subjek dalam penelitian ini, anak rewel saat ditinggal oleh orang tuanya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fiteli et al (2024) respon Hospitalisasi pada anak yang cemas karena faktor perpisahan dengan orang tua, presentasinya mencapai 76,7%.

Gangguan kecemasan pada dasarnya adalah hal yang mungkin terjadi pada siapapun, namun jika kecemasan terjadi terus menerus dapat menyebabkan masalah yang serius (Sundara et al., 2022). Kecemasan adalah kondisi yang menimbulkan rasa tidak kenyamanan, respon kecemasan anak yang mengalami hospitalisasi sering di ekspresikan sikap permusuhan, perasaan marah,

kemudian akan muncul agresi terhadap orang tua serta menarik diri dari petugas kesehatan (Fitra Herayeni et al., 2022).

Penanganan kecemasan pada anak menjadi tantangan bagi tenaga kesehatan, penatalaksanaan yang dapat diterapkan untuk mengatasi kecemasan pada anak adalah dengan melakukan manajemen farmakologis dan non farmakologis (Tripathy et al., 2023). Pada manajemen non farmakologi dengan menggunakan obat-obatan untuk menurunkan kecemasan dapat menimbulkan efek yang kurang baik, efek yang ditimbulkan adalah ketergantungan serta menimbulkan efek samping seperti sedasi yang berkepanjangan (Arslan et al., 2020).

Sedangkan pada manajemen non farmakologis, salah satunya adalah dengan memilih aromaterapi sebagai pereda kecemasan. Molekul bau aromaterapi dikirim ke pusat vital yang berada di belakang hidung yang menjadi tempat berbagai sel saraf memodifikasi bau dan mengirimkannya ke sistem limbik otak. Sistem limbik otak merupakan pusat yang menyimpan ingatan dan mengendalikan emosi, suasana hati, kesenangan, kepribadian, perilaku, dan orientasi seksual. Di dalam sistem limbik inilah faktor pelepas kortikotropin (CRF) diproduksi, yang meningkatkan produksi enkhephalin oleh medula adrenal. Selain itu, kelenjar pituitari juga memproduksi endorfin, yaitu neurotransmitter yang mempengaruhi suasana hati dan membuat merasa rileks (Wulandari, 2020).

Dalam hal ini pada kelima objek yang dilakukan penerapan pemberian aromaterapi selama 15 menit membuktikan adanya penurunan tingkat kecemasan yang cukup signifikan. Pada tiga pasien menunjukkan tingkat kecemasan dari kecemasan ringan yaitu pada

skala 6 menjadi skala 0 atau tidak mengalami, dan pada dua pasien lainnya yang mengalami kecemasan sedang pada skala 8 menurun menjadi skala 4 atau kecemasan ringan.

Efek inhalasi dari aromaterapi terjadi saat penyerapan molekul bau yang mudah menguap yang diubah menjadi sinyal kimia di bulbus olfaktorius, amigdala, dan system limbik, merangsang sekresi hormon tertentu seperti ensefalin, endorfin, dan serotonin, sehingga menimbulkan perasaan menyenangkan (Arslan et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Yogi Triana et al (2020) menunjukkan adanya penurunan kecemasan pada anak yang masuk dalam kelompok intervensi yang diberikan aromaterapi saat pemberian imunisasi. Penggunaan aromaterapi diyakini memiliki efek anti mikroba, efek pengawet, efek anti stress, anti depresi, dan dapat meningkatkan imunitas tubuh serta meredakan nyeri (Yogi Triana et al., 2020). Efek pemberian aromaterapi menunjukkan hasil yang baik, selain itu aromaterapi cocok dipilih sebagai terapi non farmakologis dalam meredakan nyeri akibat hospitalisasi pada anak karena terapi ini tergolong mudah, murah, aman dan non invasive (Yoo & Park, 2023).

Berdasarkan hasil penerapan dan dari literasi yang ada, menunjukkan adanya pengaruh pemberian intervensi aromaterapi dalam menurunkan kecemasan anak yang menjalani hospitalisasi. Hasil penerapan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Istiqomah et al (2023) didapatkan hasil penelitian adanya pengaruh inhalasi aromaterapi terapi lavender dalam menurunkan kecemasan pada anak.

## KESIMPULAN

Hasil penerapan intervensi pemberian aromaterapi selama 15 menit yang dilakukan pada lima anak di ruang perawatan anak RS Indriati Solo Baru menunjukkan terapi ini dapat menurunkan kecemasan pada anak yang menjalani hospitalisasi. Ketika kecemasan menurun anak akan lebih siap dan kooperatif menerima tindakan keperawatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriani, D. G. Y., & Putri, D. M. F. S. (2021). Dampak Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah Di Ruang Anggrek Badan Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Tabanan. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 7(2), 74-83. <https://doi.org/10.47859/Jmu.V7i02.32>
- Arslan, I., Aydinoglu, S., & Karan, N. B. (2020). Can Lavender Oil Inhalation Help To Overcome Dental Anxiety And Pain In Children? A Randomized Clinical Trial. *European Journal Of Pediatrics*, 179(6), 985992. <https://doi.org/10.1007/S00431-020-03595-7>
- Fiteli, I., Nurchayati, S., & Muthia Zuhra, R. (2024). Gambaran Respon Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah Yang Pertama Kali Dirawat Inap Di Rumah Sakit. *Jurnal Keperawatan Profesional (Jkp)*, 12.
- Fitra Herayeni, D., Immawati, & Nurhayati, S. (2022). Penerapan Terapi Mewarnai Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Anak Prasekolah (3-6 Tahun) Yang Mengalami Hospitalisasi Di Rsud Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1), 59-65.
- Mariyam, M., Sulistyawati, E., & Pohan, V. Y. (2022).



- Optimalisasi Pelaksanaan Program Terapi Bermain Pada Anak Di Rumah Sakit. *Saluta: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 1. <https://doi.org/10.26714/Sjpkm.V2i2.10975>
- Motulo, F. K. M., J. Kepel, B., & Mariati, N. W. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Tindakan Pencabutan Gigi. *12*, 17-25.
- Patantan, R. I., Romantika, I. W., Narmawan, N., & Andas, A. M. (2022). Hubungan Pengalaman Dan Lama Rawat Dengan Kecemasan Pada Anak Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruang Rawat Inap Rs Benyamin Guluh Kolaka. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 263-267. <https://doi.org/10.33084/Jsm.V8i3.4520>
- Sundara, A. K., Larasati, B., Meli, D. S., Wibowo, D. M., Utami, F. N., Maulina, S., Latifah, Y., & Gunarti, N. S. (2022). Review Article: Aromaterapi Sebagai Terapi Stres Dan Gangguan Kecemasan. *Jurnal Buana Farma*, 2(2), 7884. <https://doi.org/10.36805/Jbf.V2i2.396>
- Tripathy, S., Kohli, A., Sharma, K., Katyayan, R., Bhatnagar, P., & Sahar, N. (2023). Comparative Evaluation Between Lavender Essential Oil And Patchouli Essential Oil In Aromatherapy And Its Effect On Dental Anxiety In Children. *International Journal Of Clinical Pediatric Dentistry*, 16(5), 681-685. <https://doi.org/10.5005/Jp-Journals-10005-2674>
- Sari, R. N. (2021). *Formulasi Sediaan Lilin Aromaterapi Kombinasi Minyak Kopi (Coffea Sp.) Dan Minyak Peppermint (Mentha Piperita L.)* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).
- Vanny, T. N. P., Agustin, W. R., & Rizqiea, N. S. (2020). Gambaran Ketakutan Anak Usia Prasekolah Akibat Hospitalisasi. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah'*, 7(2), 1317. <https://doi.org/10.33867/Jka.V7i2.209>
- Windarwati, H. D. (2020). "Fear Of Loss" Causing Family Anxiety Who Treats Children With Hospitalization In Hospitals. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 197-202.
- Wulandari, S. (2020). Pengaruh Aroma Mawar Terapi Terhadap Kualitas Tidur Anak Yang Menjalani Hospitalisasi (Literatur Review). *Keperawatan Anak*, 2(1), 258-266. <http://ejournal.stikesjayc.id/index.php/plt/article/view/4550ahttp://ejournal.stikesjayc.id/index.php/plt/article/download/45/52>
- Yogi Triana, K., Pande Lilik Lestari, M., & Nyoman Pande Suyasa, I. (2020). The Effect Of Aromatherapy Lavender Inhalation On Anxiety And Pain In Age School Children During Immunization. *Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(02), 20872122. <https://journal.poltekkesmks.ac.id/ojs2/index.php/mediakeperawatan/article/view/1731>
- Yoo, O., & Park, S. A. (2023). Anxiety-Reducing Effects Of Lavender Essential Oil Inhalation: A Systematic Review. *Healthcare (Switzerland)*, 11(22), 1-12. <https://doi.org/10.3390/healthcare11222978>