PENGARUH AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PERAWAT DI MASA PANDEMI COVID 19

Desi Nurseha Meirita[1], Widia Astuti[2]
[1]Wijaya Husada Bogor
[2]Wijaya Husada Bogor
Email: wijayahusada@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2), merupakan penyebab penyakit coronavirus (COVID-19), telah mencapai status pandemi. Kecemasan merupakan respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan dapat menjadi abnormal apabila tingkatannya tidak sesuai dengan porsi ancamannya ataupun datang tanpa adanya sebab tertentu. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh aromaterapi *pepermint* pada perawat di masa pandemi covid 19 di RS PMI Kota Bogor Tahun 2020. **Metode penelitian:** Rancangan penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah Quasi eksperimental dengajun desain *OneGroup pretest posttest*, jumlah sampel dalam penilitan ini berjumlah 32 responden dengan teknik sampel *purposive sampling.* Pengumpulan data diperoleh melalui penyebaran kuesioner. **Hasil:** berdasarkan hasil stattistik Uji T, from 32; respondents, didapatkan hasil P Value 0,000 <α (0,05) artinya ada pengaruh Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Tingkat Kecemasan Perawat Di Masa Pandemi Covid 19 **Kesimpulan:** Ada efek diantara keduanya Aromaterapi Peppermint Terhadap Tingkat Kecemasan Perawat Di Masa Pandemi Covid 19

Kata Kunci: Aromaterapi, Tingkat kecemasan

The effect of Peppermint Aromatherapy on Nurses 'Anxiety Levels during the Covid Pandemic 19

ABSTRACT

Background: Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) is the cause of Coronavirus (COVID-19), which has reached pandemic status. Anxiety is an appropriate response to a threat, but it cannot be concluded that it is abnormal whose level does not match the portion of the threat or what it is. **Purpose:** This study aims to influence peppermint aromatherapy on nurses during the Covid 19 pandemic at PMI Hospital, Bogor City in 2020 **Method:** The research design used in this study was Quasi experimental with OneGroup pretest posttest design, the number of samples in this study involved 32 respondents with purposive sampling technique. Data collection was obtained through distributing questionnaires. **Results:** based on the results of the T test statistics, from 32; respondents, getting the P Value 0.000 <α (0.05) means that there is an effect of Peppermint Aromatherapy on Nurses 'Anxiety Levels during the Covid Pandemic 19 **Conclusion:** There is an effect of Peppermint Aromatherapy on Nurses' Anxiety Levels during the Covid Pandemic 19

Keywords: Aromatherapy, anxiety level

LATAR BELAKANG

Kecemasan adalah suatu kejadian yang mudah terjadi pada seseorang karena suatu faktor tertentu tidak spesifik (Annisa and Ifdil, 2016). Anxietas/kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.(Elis Nurhayati Agustina, Desi Nurseha Meirita and Siti Hanifatun Fajria, 2020) Kecemasan merupakan respon yang

tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan dapat menjadi abnormal apabila tingkatannya tidak sesuai dengan porsi ancamannya ataupun datang tanpa adanya sebab tertentu (Tisna Yanti and Retno Dwi Shanti, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di RS PMI Kota Bogor dari 9 responden yang mengalami kecemasan di masa pandemi covid 19 didapatkan 5 responden dengan kriteria kecemasan berat terkontrol dan 4 responden dengan kecemasan sedang. Ke 9 responden tersebut setelah diberikan aromaterapi peppermint didapatkan hasil dari 5 responden dengan kriteria kecemasan berat terkontrol, mengalami perubahan tingkat kecemasan menjadi kecemasan sedang. Sedangkan 4 responden lainnya dengan kriteria kecemasan sedang mengalami perubahan 3 diantaranya kecemasan ringan dan 1 responden lainnya tetap. Dari data tersebut maka kemungkinan adanya perbedaan tingkat kecemasan sebelum pemberian aromaterapi peppermint dan sesudah pemberian aromaterapi peppermint (Kaplan, Sadock and Grebb, 2010).

METODE

Jenis penelitian menggunakan penelitian eksperimen atau percobaan (*experimental research*) dengan desain *Quasi eksperimen* menggunakan instrument *Non randomited pretest and posttest control group design (*Presti, H.O dan Warih, Andan Puspitosari. 2010*)*. Penelitian akan dilaksanakan di RS PMI Bogor pada bulan agustus-september 2020 dengan populasi perawat di masa pandemi covid 19 yang mengalami kecemasan sebanyak 70 responden, Rancangan penelitian ini terdapat kelompok pembanding (kontrol), dan tidak dilakukan perlakuan aromaterapi *peppermint*. Teknik pengambilan sempel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yang teknik penentuan sampel dangan pertimbangan tertentu

Peneliti mengajukan izin penelitian yang dikeluarkan oleh STIKes Wijaya Husada Bogor dan diserahkan kepada Kepala Rumah Sakit Pendidikan dan Pelatihan PMI Bogor. Kepala Bidang Pendidikan dan Pelatihan RSUD PMI Bogor memberikan izin kepada peneliti untuk penelitian. Setelah mendapatkan ijin penelitian, peneliti menemui kepala ruang rawat inap penyakit dalam untuk meminta ijin dan menjelaskan instrumen yang akan digunakan untuk penelitian dan meminta izin kepada kepala ruang penyakit dalam untuk menggunakan perawat sebagai responden dan menjawab kuesioner melalui Pengaruh Aromaterapi Peppermint Terhadap Tingkat Kecemasan Perawat Di Masa Pandemi Covid 19. Saat melakukan tes pengukuran skala ketakutan pada partisipan saat covid-19, peneliti menggunakan kuesioner SPSS 10. Setiap data yang telah diperoleh kemudian ditabulasikan untuk dianalisis. Setelah data terkumpul dilakukan pengolahan data dan analisis data

HASIL

Penelitian ini dilakukan pada bulan agustus-september 2020 selama 5 hari melalui kuesioner yaitu responden yang digunakan perawat yang berjaga pagi di ruang internis 30 orang (100%)

Tabel 1. Hasil Distribusi Frekuensi Kecemasan Perawat Sebelum Diberikan Perlakuan (Pretest)

No	Interval nilai	Frekuensi	Presentase
1	20-44	0	0%

	(normal)		
2	45-59 (ringan)	20	67%
3	60-69 (sedang)	9	3%
4	>70 (berat)	1	0,3%
	Jumlah	30	100%

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa kecemasan pada responden sebelum diberikan perlakuan terapi pappermint yaitu pada 30 responden, sebagian besar menunjukan kecemasan ringan sebanyak 20 responden (67%).

Tabel 2. Hasil Distribusi Frekuensi Kecemasan Perawat sesudah Diberikan Perlakuan (Posttest).

No	Interval nilai	Frekuensi	Presentase
1	20-44 (normal)	11	37%
2	45-59 (ringan)	18	60%
3	60-69 (sedang)	1	0,3%
4	>70 (berat)	0	0%
	Jumlah	30	100%

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa kecemasan pada responden sesudah diberikan perlakuan terapi pappermint yaitu pada 30 responden, sebagian besar menunjukan kecemasan ringan sebanyak 18 responden (60%).

Tabel 3. Hasil analisis pengaruh tingkat kecemasan pada responden sebelum dan sesudah diberikan perlakuan terapi pappermint pada perawat dalam menghadapi covid 19

No	Kecemasan	N	Mean±s.d	p-value
1	Pre test	30	56,50±1,39	
2	Post test	30	46,57±1,18	0.000

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa rerata tingkat kecemasa sebelum diberikan terapi pappermint sebesar 56,50±1,39 sedangkan sesudah diberikan terapi pappermint mengalami penurunan menjadi 46,57±1,18. Berdasarkan uji T-test diperoleh nilai p value sebesar 0.000 ($p < 0.05$) yang berarti ada pengaruh antara kecemasan perawat sebelum dan sesudah diberikan terapi pappermint.

DISKUSI

a. Tingkat kecemasan sebelum dilakukan terapi pappermint (pre test)

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa kecemasan pada responden sebelum diberikan perlakuan terapi pappermint yaitu pada 30 responden, sebagian besar menunjukan kecemasan ringan sebanyak 20 responden (67%)

Hasil Penelitian ini sesuai dengan penelitian Rosyanti bahwa tenaga kesehatan beresiko mengalami gangguan psikologis dalam mengobati pasien Covid-19, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 50,4% responden memiliki gejala depresi dan 44,6% memiliki gejala kecemasan karena perasaan tertekan (Rosyanti and Hadi, 2020).

b. Tingkat kecemasan sesudah dilakukan terapi pappermint (post test)

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa kecemasan pada responden sesudah diberikan perlakuan terapi pappermint yaitu pada 30 responden, sebagian besar menunjukan kecemasan ringan sebanyak 18 responden (60%)

Hal ini telah dibuktikan dalam penelitian sebelumnya oleh Suwanti (2018) menyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan dari intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan latihan teknik relaksasi pernafasan menggunakan aromaterapi lavender dengan P value = 0,000 taraf signifikan < 0,05. (Suwanti, Wahyuningsih and Liliana, 2018). Anwar (2018) menyatakan bahwa ada Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Paska Operasi Sectio Caesarea dengan P Value = 0,000.(Anwar, Astuti and Bangsawan, 2018)

c. Pengaruh tingkat kecemasan pada responden sebelum dan sesudah diberikan perlakuan terapi pappermint pada perawat dalam menghadapi covid 19

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa rerata tingkat kecemasa sebelum diberikan terapi pappermint sebesar 56,50±1,39 sedangkan sesudah diberikan terapi pappermint mengalami penurunan menjadi 46,57±1,18. Berdasarkan uji T-test diperoleh nilai p value sebesar 0.000 (p < 0.05) yang berarti ada pengaruh antara kecemasan perawat sebelum dan sesudah diberikan terapi pappermint.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Verawati dengan judul pengaruh Aromaterapi Inhalasi Lavender Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa Di RST Dr.Reksodiwiryo Padang . Penelitian ini menggunakan desain quasi-elsperiment dengan dengan menggunakan pendekatan pendekatan pre and post test tanpa kontrol. Penelitian dilakukan di ruang Hemodialisa RST Dr. Reksodiwiryo dari tanggal 16 januari - 6 februari 2019 dengan menggunakan aroma terapi lavender dan ZSAS (Zung Self Rating Anxiety Scale). Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik Nonprobability Sampling yaitu purposive sampling yang menggunakan rumus Federer dengan sampel 18 responden Hasil penelitian yang menggunakan uji statistik wilcoxon nilai p= 0,004, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap tingkat kecemasan pasien hemodialisa karena p < 0.05 (Verawati, 2019)

SIMPULAN

Terdapat pengaruh pemberian terapi pappermint dengan tingkat kecemasan perawat dalam menghadapi covid 19 di RS PMI Bogor.

DAFTAR PUSTAKA

Annisa, D. F. and Ifdil, I. (2016) ‘Konsep Kecemasan (Anxiety)’, *Konselor*.

Anwar, M., Astuti, T. and Bangsawan, M. (2018) ‘Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Paska Operasi Sectio Caesarea’, *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*. doi: 10.26630/jkep.v14i1.1013.

Elis Nurhayati Agustina, E., Desi Nurseha Meirita, D. and Siti Hanifatun Fajria, H.

(2020) ‘The Effect Of Peppermint Aromatherapy On Reducing Pain In Post Operating Sectio Caesarea Patients At Leuwiliang Hospital, Bogor’, *Jurnal Ilmiah Wijaya*. doi: 10.46508/jiw.v11i2.53.

Kaplan, H. I., Sadock, B. J. and Grebb, J. A. (2010) ‘Sinopsis Psikiatri Klinis Jilid 1’, in *Kaplan - Sadock Sinopsis Psikiatro*.

Rosyanti, L. and Hadi, I. (2020) ‘Dampak Psikologis dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien COVID-19 pada Tenaga Profesional Kesehatan’, *Health Information : Jurnal Penelitian*. doi: 10.36990/hijp.vi.191.

Suwanti, S., Wahyuningsih, M. and Liliana, A. (2018) ‘Pengaruh Aromaterapi Lemon (Cytrus) Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi di Universitas Respati Yogyakarta’, *Jurnal Keperawatan Respati*.

Tisna Yanti, T. and Retno Dwi Shanti, R. (2020) ‘The Effect Of Al-Qur’an Murottal Therapy On Changes Preoperative Patients Anxiety Levels At Rsud Kota Bogor’, *Jurnal Ilmiah Wijaya*. doi: 10.46508/jiw.v11i2.55.

Verawati, V. (2019) ‘Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Lavender Terhadap Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Sebelum Menjalani Hemodialisa Di Rst Dr. Reksodiwiryo Padang (Doctoral Dissertation, Universitas Andalas).’, *Statistical Field Theor*.