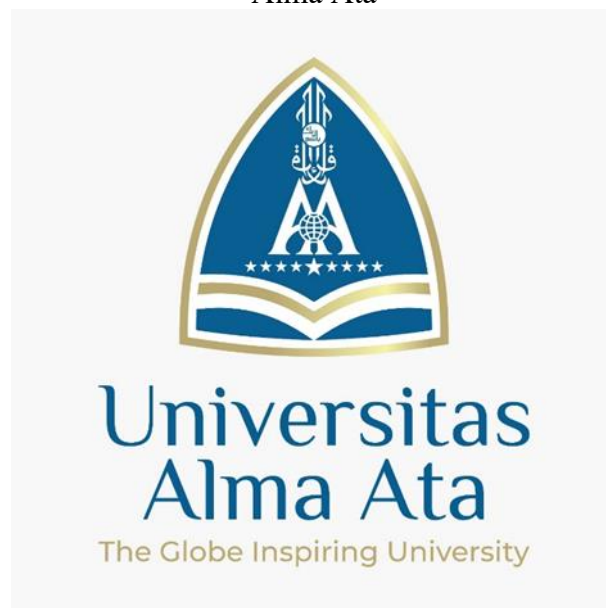


Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners

**PENERAPAN *AROMATHERAPY* LAVENDER UNTUK MENGURANGI
KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DI RUANG
HEMODIALISA RSUD WONOSARI**

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Profesi Ners di
Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas
Alma Ata



Oleh :

Rima Mauliddiana

240301157

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA**

2025

PENERAPAN *AROMATHERAPY* LAVENDER UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK DI RUANG HEMODIALISA RSUD WONOSARI

Rima Mauliddiana, Allama Zaki Almubarak
Program Studi Ners, Universitas Alma Ata

ABSTRAK

Latar Belakang: Pasien gagal ginjal kronik (GGK) yang menjalani hemodialisis sering mengalami kecemasan akibat terapi jangka panjang dan perubahan gaya hidup. Intervensi farmakologis memiliki keterbatasan pada pasien dengan gangguan fungsi ginjal. Aromatherapy lavender merupakan metode non-farmakologis yang efektif dan aman untuk mengurangi kecemasan, namun belum banyak diterapkan dalam praktik keperawatan.

Tujuan: Studi kasus ini bertujuan mengevaluasi penerapan aromatherapy lavender dalam menurunkan kecemasan pada pasien GGK di ruang hemodialisa RSUD Wonosari.

Metode: Rancangan karya tulis ilmiah ini menggunakan desain studi kasus. Subjek penelitian adalah dua pasien gagal ginjal kronik dengan kecemasan ringan–sedang yang menjalani hemodialisis di RSUD Wonosari. *Aromatherapy* diberikan selama 30 menit dengan teknik inhalasi sebanyak 3 kali saat hemodialisis. Penelitian berlangsung dari 7–16 April 2025. Tingkat kecemasan diukur dengan *pre-test* dan *post-test* menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dan lembar observasi. Analisa data dilakukan menggunakan analisis deskriptif.

Hasil: Penilaian kecemasan menggunakan HARS menunjukkan penurunan skor pada kedua subyek setelah intervensi *aromatherapy* lavender. Subyek 1 mengalami penurunan dari skor 25 (kecemasan sedang) menjadi 17 (kecemasan ringan), dan subyek 2 dari skor 27 menjadi 20 (keduanya turun ke kategori kecemasan ringan). Lavender memiliki keunggulan sebagai terapi non-farmakologis untuk mengatasi kecemasan berkat kandungan linalool dan linalyl acetate yang bekerja menstimulasi reseptor GABA dan serotonin, memberikan efek menenangkan tanpa sedasi berat.

Kesimpulan: *Aromatherapy* lavender efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis.

Kata Kunci: *Aromatherapy* Lavender, Kecemasan, Gagal Ginjal Kronik

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gagal ginjal kronis (*Chronic Renal Failure*) atau yang dikenal dengan CKD (*Chronic Kidney Disease*) merupakan kerusakan ginjal progresif yang dapat berakibat tubuh gagal mempertahankan proses metabolisme dan keseimbangan cairan serta elektrolit, sehingga terjadi azotemia, yaitu penumpukan urea dan zat sisa nitrogen dalam darah. Penyakit ini juga dikenal dengan penyakit ginjal tahap akhir (*End Stage Renal Disease*) (1). Fungsi ginjal akan menurun sehingga mengalami kerusakan ginjal yang akan berlangsung dalam waktu 3 bulan lebih (2).

Berdasarkan informasi dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, sekitar 15% dari populasi global menderita gagal ginjal kronis, yang berkontribusi pada 1,2 juta kematian. Sementara pada tahun 2021, jumlah kasus kematian akibat gagal ginjal kronis sebanyak 254.028 kasus. Data menunjukkan angka lebih dari 843,6 juta dan diperkirakan bahwa jumlah kematian akibat kondisi ini dapat meningkat hingga 41,5% pada tahun 2040. Angka kematian yang tinggi ini menunjukkan bahwa gagal ginjal kronis menduduki peringkat ke-12 sebagai penyebab kematian. Di sisi lain, jumlah pasien GGK yang menjalani hemodialisis di seluruh dunia diperkirakan mencapai 1,5 juta orang(3).

Menurut data *Survey Kesehatan Indonesia* (SKI) tahun 2023, prevalensi penyakit ginjal kronis pada penduduk umur > 15 tahun menurut diagnosis

dokter adalah sebesar 0,18%. Prevalensi penyakit ginjal kronis di DI Yogyakarta tahun 2023 adalah sebesar 0,23% (4). Berdasarkan data dari Ruang Hemodialisa RSUD Wonosari selama tahun 2024, terdapat sebanyak 125 pasien yang secara rutin menjalani hemodialisis (5).

Pasien dengan gagal ginjal kronik (GGK) yang menjalani hemodialisis sering mengalami kecemasan tinggi akibat proses pengobatan yang kompleks, prosedur medis yang berulang, serta perubahan signifikan dalam gaya hidup dan kondisi fisik mereka. Kecemasan ini dapat berupa kekhawatiran berlebihan terhadap jadwal hemodialisis, ketakutan akan komplikasi dan kematian, gangguan citra tubuh, hingga kecemasan sosial akibat ketergantungan pada orang lain. Faktor penyebabnya mencakup aspek fisik (efek samping pengobatan, ketidaknyamanan saat dialisis), psikologis (rasa tidak berdaya, stres kronis), sosial-ekonomi (biaya pengobatan, kehilangan pekerjaan), serta spiritual (kehilangan makna hidup dan harapan) (6); (7). Studi menunjukkan bahwa 61% pasien yang menjalani hemodialisis mengalami tingkat kecemasan sedang hingga berat (8). Kecemasan yang tidak dikelola dengan baik bisa memperburuk hidup pasien dan berdampak pada keteraturan mereka dalam mengikuti pengobatan. (9).

Salah satu cara non-obat yang dapat diterapkan untuk menurunkan kecemasan pada pasien GGK adalah melalui aromaterapi. Lavender (*Lavandula angustifolia*) dikenal memiliki sifat menenangkan dan telah dibuktikan efektif untuk meredakan kecemasan di berbagai kelompok, termasuk bagi pasien hemodialisis. Sebuah meta-analisis mengungkapkan bahwa aromaterapi

lavender secara substansial menurunkan kecemasan dan kelelahan pada pasien yang menjalani hemodialisis.(9).

Selain itu, studi yang dilakukan di Indonesia menunjukkan bahwa menghirup aroma lavender dapat berkontribusi pada pengurangan rasa cemas pada pasien hemodialisis (10). Intervensi ini tidak hanya simpel untuk dilakukan, tetapi juga aman tanpa tindakan invasif, dan bisa digabungkan dengan metode relaksasi lainnya seperti latihan pernapasan dalam (11).

Penerapan aromaterapi lavender dalam dunia keperawatan bisa menjadi elemen penting dari pendekatan menyeluruh untuk meningkatkan kenyamanan serta kualitas hidup pasien (12). Ini sejalan dengan tugas perawat dalam menyediakan perawatan yang menyeluruh dan terfokus pada kebutuhan pasien (12).

Di ruang hemodialisis RSUD Wonosari, terdapat 125 pasien dengan diagnosa gagal ginjal kronis selama dua minggu terakhir. Untuk pasien yang mengalami kondisi ini, biasanya diberikan pengobatan dengan obat ansiolitik seperti lorazepam atau alprazolam. Namun, harus dilakukan dengan sangat hati-hati karena ginjal yang tidak berfungsi dapat memengaruhi cara tubuh memproses obat-obatan. Terkadang, antidepresan golongan *Selective Serotonin Reuptake Inhibitors* (SSRI) seperti sertraline digunakan apabila kecemasan disertai dengan depresi, terutama jika pasien belum menjalani terapi tanpa obat, seperti terapi relaksasi menggunakan aromaterapi lavender yang dapat membantu mengurangi kecemasan pada pasien. Berdasarkan informasi di atas, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian studi kasus mengenai

“Penerapan *Aromatherapy* Lavender Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik di Ruang Hemodialisa RSUD Wonosari”.

B. Rumusan Masalah

Mendeskripsikan Penerapan *Aromatherapy* Lavender Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik di Ruang Hemodialisa RSUD Wonosari?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas penerapan aromaterapi lavender dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisa di RSUD Wonosari.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien gagal ginjal kronik sebelum diberikan aromaterapi lavender.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien setelah diberikan aromaterapi lavender.
- c. Menganalisis perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi aromaterapi lavender.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Karya tulis ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan ilmiah tentang penggunaan *aromatherapy* lavender sebagai

pendekatan non-farmakologis untuk mengurangi kecemasan, khususnya pada pasien gagal ginjal kronik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Profesi Ners

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi dalam memberikan asuhan keperawatan dan dapat menambah pengetahuan dalam penerapan terapi non-farmakologi berupa *aromatherapy* lavender pada pasien gagal ginjal kronik dengan kecemasan.

b. Rumah Sakit

Rumah sakit dapat memberikan layanan yang lebih holistik, dengan mengintegrasikan terapi non-farmakologis seperti *aromatherapy* lavender pada pasien dengan gagal ginjal kronik dengan kecemasan

c. Bagi Universitas Alma Ata

Karya tulis ini dapat digunakan sebagai salah satu sumber informasi dalam pengembangan ilmu di Program studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Alma Ata Yogyakarta terkait penerapan terapi non-farmakologi berupa *aromatherapy* lavender pada pasien gagal ginjal kronik dengan kecemasan.

d. Bagi Pasien

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta manfaat tentang penanganan kecemasan selain menggunakan terapi farmakologi (obat) yaitu dengan terapi non-farmakologis yakni *aromatherapy* lavender.

e. Bagi Peneliti

Penelitian ini sebagai proses pembelajaran melalui pemahaman tentang penerapan *aromatherapy* lavender dalam mengurangi kecemasan, peneliti dapat mengintegrasikan intervensi non-farmakologis ke dalam praktik keperawatan profesional.

f. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan intervensi keperawatan dengan *aromatherapy* lavender dan berpotensi mendukung penelitian tentang keperawatan untuk pasien dengan gagal ginjal kronik dengan kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yanti Rosalina Pasaribu, Sefti S.J. Rompas, Rina Margaretha Kundre. Perbedaan Tekanan Darah Pada Pasien Ckd Sebelum Dan Setelah Hemodialisis Di Ruang Hemodialisars Swasta Di Sulawesi Utara. J Keperawatan. 2021;Volume 9,(1).
2. Vaidya SR, Aeddula NR. Penyakit Ginjal Kronik. StatPearls Publishing; 2022.
3. WHO. The World Health Organization: Global kidney disease report. 2022.
4. Kemenkes BKPK. Suvery Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kemenkes BKPK; 2023.
5. RSUD Wonosari. Data jumlah pasien hemodialisa tahun 2023. Ruang Hemodialisa, RSUD Wonosari, Gunungkidul; 2024.
6. Nagy E, Tharwat S, Elsayed AM, Shabaka SAEG, Nassar MK. Anxiety and depression in maintenance hemodialysis patients: prevalence and their effects on health-related quality of life. Int Urol Nephrol [Internet]. 2023;55(11):2905–14. Available from: <https://doi.org/10.1007/s11255-023-03556-7>
7. Ubaidillah Z, Kurnia AD, Fiqri I. Factors Related to Anxiety in Hemodialysis Patients in Malang City, Indonesia. Nurse Heal J Keperawatan. 2023;12(1):36–42.
8. Gadia P, Awasthi A, Jain S, Koolwal GD. Depression and anxiety in patients of chronic kidney disease undergoing haemodialysis: A study from western Rajasthan. J Fam Med Prim Care [Internet]. 2020;9(8):4282–6. Available from: <http://www.jfmprc.com/article.asp?issn=2249-4863;year=2017;volume=6;issue=1;spage=169;epage=170;aulast=Faizi>
9. Firooz M, Shan GRM, Jouybari L, Yazdi K, Osuji J. Effect of Lavender Aromatherapy on Anxiety and Fatigue in Hemodialysis Patients: A Systematic Review and Meta-Analysis. Iran J Public Health. 2024;53(3):539–52.
10. Vivian Meika Arly, Uke Pemila BA. Pengaruh Terapi Kombinasi Inhalasi Aromaterapi Lavender Dan Musik Terhadap Kecemasan Pasien Hemodialisa. J Kesehat Ilm Indones (Indonesian Heal Sci J). 2024;9(1):178–92.
11. Retnaningsih D, Jumiati J, Prihati DR. The effect of lavender aromatherapy and deep breathing exercise on anxietas level in hemodialysis patients. Int J Public Heal Sci. 2024;13(3):1402.
12. Zuhro Muyassarotus Safaniah, Wachidah Yuniartika. Effect of Lavender aromatherapy on anxiety among Javanese elderly people with hypertension living in rural community. Malahayati Int J Nurs Heal Sci. 2024;7(1):31–8.

13. Smeltzer, S.C & Bare B. Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth, Volume 2. Edisi 8. Jakarta: EGC; 2018.
14. Muttaqin, A., & Sari K. Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan. Jakarta: Salemba Medika; 2020.
15. Kementerian Kesehatan RI. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/1634/2023 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Penyakit Ginjal Kronik. Jakarta: Kepala Biro Hukum Sekretariat Jenderal Kementrian Kesehatan; 2023.
16. Nurarif, A.H & Kusuma H. Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda NIC NOC (Jilid 3). Yogyakarta: Mediaction; 2015.
17. Anggraini D. Aspek Klinis Dan Pemeriksaan Laboratorium Penyakit Ginjal Kronik. An-Nadaa J Kesehat Masy. 2022;9(2):236.
18. Arifin Noor M, Riska WM, Suyanto S, Wahyuningsih IS. Pengaruh Kombinasi Ankle Pump Exercise Dan Elevasi Kaki 30° Terhadap Edema Kaki Pada Pasien Ckd. J Keperawatan Sisthana. 2023;8(1):25–36.
19. Bruner, Suddarth's. Textbook of medical-surgical Nursing 14th Edition. Philadelphia; 2018.
20. Jamila IN, Herlina S. Study Comparatif Kualitas Hidup Antara Pasien Hemodialisis Dengan Pasien Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis (Capd). J Islam Nurs. 2019;4(2):54.
21. Tiwouw IP, Robert O, Umboh H, Awaludin M. Gangguan cemas pada pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis : literatur review. J Kedokt Kom Trop. 2024;12(1):525–30.
22. Saragih NP, Sianipar TI, Naibaho RW, Halawa SD. Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Lamanya Hemodialisis pada Pasien Gagal Ginjal Kronik (GGK) yang Menjalani HD. J Penelit Perawat Prof. 2022;4(3):891–8.
23. Saraswati M, Hustrini NM, Purnama Y. Keterbatasan Metode Diagnostik Patologi Anatomi dalam bidang Transplantasi Ginjal di Indonesia. J Indones Med Assoc. 2022;72(4):151–6.
24. Rahmanti A, Haksara E, Cahyono A. Penerapan Aromatherapy Lavender untuk Mengurangi Kecemasan Pada Pasien yang Menjalani Hemodialisa di Rumkit TK II dr. Soedjono Magelang. J Fisioter Dan Ilmu Kesehat Sisthana. 2023;5(1):34–44.
25. Suriyati. Efektivitas Pemerian Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Panti Graha Kasih Bapa Kabupaten Kubu Raya. Universitas Tanjungpura Pontianak; 2016.

26. Setyawan A, Oktavianto E. Efektifitas Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Osce pada Mahasiswa Keperawatan. *J Berk Kesehat*. 2020;6(1):9.
27. Pratiwi F, Subarnas A. Aromaterapi Sebagai Media Relaksasi. *Farmaka* [Internet]. 2020;18(3):66–75. Available from: <https://jurnal.unpad.ac.id/farmaka/article/view/27910>
28. Alya SP, Pranata S, Armiyati Y, Chanif. Lavender Aromatherapy for Fatigue and Anxiety in CKD Patients Undergoing Hemodialysis: A Case Study. *J Vocat Nurs*. 2023;4(2):102–10.
29. Simanjuntak E, Sarumaha P, Waruwu Y, Hareva NPT, Hulu F, Nababan T. Pengaruh Aroma Terapi Lavender terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Gagal Ginjal Kronik Sebelum Menjalani Hemodialisa di RS Royal Prima. *MAHESA Malahayati Heal Student J*. 2023;3(3):691–9.
30. Sunito. *Aroma Alam Untuk Kehidupan*. Jakarta: PT Raketindo Primamdeia Mandiri; 2020.
31. Stuart G. *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Edisi Indo. Singapura: Elsevier; 2023.
32. Yusuf A, P.K.R F, Nihayati H. *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika; 2015.
33. Ramaiah S. *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Masalahnya*. Jakarta: Pustaka Obor Populer; 2021.
34. Chand SP, Marwaha R. *Anxiety*. Nih.gov: StatPearls Publishing; 2023.
35. Handayuni TS, Ifdil I. The concept of anxiety in practice exam among vocational school students. *Educ Soc Sci Rev*. 2020;1(1):23.
36. Stuart GW, Sundeen. *Principle and Practice of Psychiatric Nursing*. 1st Editio. Singapore: Elsevier; 2016.
37. Romlah S, Pramono JS, Suryani H. The Effect of Classic Music Therapy and Lavender Aromatherapy Candles on Anxiety Levels of Trimester III Pregnant Women. *J Pharm Heal Res*. 2023;4(3):396–403.
38. Sriati A, Hernawaty T, Sundari M, Bakti SK. Penggunaan Minyak Lavender dalam Menurunkan Kecemasan pada Pasien Hemodialisis. *J Keperawatan Silampari*. 2022;6(1):601–8.
39. Hawari D. *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI; 2021.
40. Álvarez-Villarreal M, Velarde-García JF, García-Bravo C, Carrasco-Garrido P, Jimenez-Antona C, Moro-Lopez-Menchero P, et al. The experience of being a mother with end stage renal disease: A qualitative study of women receiving treatment at an ambulatory dialysis unit. *PLoS One*. 2021;16(9

September):1–14.

41. Alfikrie F, Sari L, Akbar A. Factors Associated With Anxiety in Patients With Chronic Kidney Disease Undergoing Hemodialysis: a Crossectional Study. *Int J Nursing, Heal Med* [Internet]. 2020;2(2):1–6. Available from: <https://journal.stkipsingkawang.ac.id/index.php/ijnhm/article/view/1631>
42. Koensoemardiyah. *A-Z Aromaterapi untuk Kesehatan, Kebugaran, dan. Kecantikan*. Yogyakarta: Lily Publisher; 2018.
43. Kasper S, Gastpar M, Müller WE, Volz HP, Möller HJ, Schläfke S, et al. Lavender oil preparation Silexan is effective in generalized anxiety disorder - A randomized, double-blind comparison to placebo and paroxetine. *Int J Neuropsychopharmacol*. 2014;17(6):859–69.
44. Donelli D, Firenzuoli F, Antonelli M, Bellinazzi C, Gensini GF. Phytomedicine Effects of lavender on anxiety : A systematic review and meta-analysis. *Phytomedicine* [Internet]. 2019;65(July):153099. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.phymed.2019.153099>
45. Pardede JA, Simanjuntak GV, Manalu N. Effectiveness of Deep Breath Relaxation and Lavender Aromatherapy Against Preoperative Patient Anxiety. *Res Artic Divers Equal Heal Care*. 2020;17(4):168–73.