

PENGUNAAN AROMATERAPI LAVENDER (*Lavandula Angustifolia*) SEBAGAI PEREDA KECEMASAN INHALASI TERHADAP NYERI

Angga Ardhan Derryawan¹, Muhammad Yusuf Hisam²

¹Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia

²Departemen Anestesi, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia

E-Mail: 119711085@students.uii.ac.id

INTISARI

Latar Belakang: Nyeri merupakan masalah yang dialami 20% orang dewasa secara global. Nyeri memiliki hubungan timbal balik dengan kecemasan dan depresi. Dalam pengobatannya, dibutuhkan terapi komplementer untuk memberikan terapi secara menyeluruh. Aromaterapi memiliki kandungan linalool dan linalyl acetate yang berpotensi mampu meredakan nyeri dan kecemasan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan aromaterapi inhalasi ekstrak lavender sebagai pereda kecemasan terhadap nyeri.

Metode Penelitian: Penelitian ini berbentuk *randomized controlled trials* dengan *single-blind randomization*. Sebanyak 68 partisipan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol (uap air) dan kelompok intervensi (uap minyak esensial lavender). Minyak esensial ekstrak lavender diuji dengan instrumen GC-MS untuk mengetahui kandungan linaloolnya. Sebelum diberikan pemaparan, partisipan mengisi kuesioner NRS pretest terlebih dahulu. Kemudian diberikan paparan aromaterapi lavender dengan konsentrasi 2 ml minyak esensial dengan 40 ml air murni. Kemudian, partisipan mengisi kuesioner NRS posttest dan kuesioner STAI. Skor kecemasan dan skor nyeri kemudian dianalisis dengan uji Wilcoxon dan uji T berpasangan. Kemudian selisih skor pretest dan posttest diuji menggunakan uji Mann-Whitney.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan bermakna pada variabel nyeri ataupun kecemasan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Secara menyeluruh, penurunan rerata skor nyeri dan kecemasan kelompok intervensi jauh lebih baik dibandingkan kelompok kontrol.

Kesimpulan: Aromaterapi minyak esensial ekstrak lavender mampu memberikan efek pereda kecemasan atau bahkan pereda nyeri sehingga dapat dipilih sebagai terapi komplementer terhadap nyeri.

Kata Kunci: Lavender, *Lavandula Angustifolia*, Aromaterapi, Kecemasan