

## Kombinasi terapi totok wajah dan aroma terapi lavender menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi

Arizka Dwi Irawan\*, Ah Yusuf, Ika Nur Pratiwi  
Fakultas Keperawatan, Universitas Airlangga, Indonesia  
\*Corresponding Author: [arizkadwiirawan@gmail.com](mailto:arizkadwiirawan@gmail.com)

### Abstrak

**Pendahuluan:** Kecemasan pada pasien pra operasi dapat mengakibatkan operasi tidak terlaksana atau dibatalkan, selain itu kecemasan dapat meningkatkan tekanan darah pasien. Peran perawat penting dalam mengurangi kecemasan pasien di IBS salah satunya dengan terapi non farmakologis menggunakan terapi totok wajah dan aroma terapi lavender. **Metode:** Penelitian ini merupakan *quasy experimental* dengan rancangan penelitian menggunakan *one group pre test and post test design*, teknik pengambilan sample menggunakan teknik *purposive random sampling* dengan jumlah 26 responden. Sebelum diberikan Terapi totok wajah dan aroma terapi lavender pasien dikaji kecemasan menggunakan *Zung Self-Anxiety Rating Scale (Z-SAS)* kemudian diberikan Terapi totok wajah dan aroma terapi lavender selama 10-15 menit, kemudian setelah dilakukan pengkajian kecemasan ulang di akhir sesi. Uji normalitas menggunakan uji saphiro wilk dan uji analisis menggunakan *Dependen T-test* dengan tingkat kepercayaan 95 % ( $\alpha = 0.05$ ). **Hasil:** Hasil penelitian Uji normalitas menggunakan uji saphiro wilk dengan skor tingkat kecemasan sebelum nilai 0,307 dan sesudah 0,301 dan uji analisis menunjukkan nilai signifikansi P value (0,000) < (0,05) yang dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian terapi totok wajah dan aroma terapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan di ruang tunggu pasien (*holding room*). **Simpulan:** Terapi totok wajah dan aroma terapi lavender mampu menurunkan tingkat kecemasan pasien pre operasi.

**Kata kunci:** Totok wajah; aroma terapi lavender; kecemasan; pasien pre operasi

### ***The combination of facial acupressure therapy and lavender aroma therapy reduced anxiety in preoperative patients***

#### Abstract

**Introduction:** Anxiety in preoperative patients can result in operations not being carried out or cancelled, besides that anxiety can increase the patient's blood pressure. The role of nurses is important in reducing patient anxiety in IBS, one of which is non-pharmacological therapy using face acupressure therapy and lavender aromatherapy. **Methods:** This research is a *quasy experimental* research design using *one group pretest and posttest design*, the sampling technique using *purposive random sampling* technique with a total of 26 respondents. Prior to being given face acupressure therapy and lavender aromatherapy the patient was assessed for anxiety using the *Zung Self-Anxiety Rating Scale (Z-SAS)* and then given face acupressure therapy and lavender aromatherapy for 10-15 minutes, then after an anxiety assessment was repeated at the end of the session. The normality test uses the *Shapiro Wilk* test and the analytical test uses the *Dependent T-test* with a 95% confidence level ( $\alpha = 0.05$ ). **Results:** The results of the study The normality test used the *Shapiro Wilk* test with a score of anxiety levels before the value was 0.307 and after 0.301 and the analysis test showed a significance value of P value (0.000) < (0.05) which could be concluded that there was an effect of giving face acupressure therapy and lavender aromatherapy to reducing anxiety levels in the patient waiting room (*holding room*). **Conclusions:** Face acupressure therapy and lavender aromatherapy can reduce the anxiety level of preoperative patient.

**Keywords:** Facial acupressure therapy; lavender aroma therapy; preoperative patients

**How to Cite:** Irawan, A.D., Yusuf, A., & Pratiwi, I.N. (2023). Kombinasi terapi totok wajah dan aroma terapi lavender menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi. *NURSCOPE: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*, 9 (1), 1-12

---

## PENDAHULUAN

Operasi merupakan tindakan medis melalui pembedahan dengan tujuan menyelamatkan kondisi kesehatan pasien dari injury sampai deformitas organ tubuh yang akan berdampak secara fisik, ekonomi, dan psikologis (Anggraiani, 2018). Komplikasi yang paling sering adalah komplikasi mayor dengan jumlah 7 juta pasien dan juga 2 orang yang meninggal per tahunnya. Tindakan pembedahan akan memberikan dampak fisik, ekonomi dan psikologis. Menurut Darmawan & Rihiantoro, (2017) tindakan operasi merupakan salah satu pelayanan di rumah sakit dan memiliki tingkat komplikasi pada pasien sekitar 3-16% dengan jumlah kematian 0.4-0.8% di negara berkembang.

Lestianingsih, (2022) mengatakan tahapan operasi terbagi menjadi 3 tahapan, salah satunya proses pre operasi yang dimulai dari penandatanganan surat persetujuan keputusan untuk dilakukannya pembedahan dan berakhir saat klien dibawa ke meja operasi. Proses ini dapat menyebabkan pasien ketakutan dan cemas. Hal ini berkaitan dengan rasa nyeri, kemungkinan cacat yang ditimbulkan, bergantung pada orang lain dan bahkan kematian. Ketakutan dan kecemasan dapat dilihat dari tanda gejala seperti meningkatnya frekuensi jantung, gerakan tidak terkontrol, telapak tangan lembab, gelisah, serta menanyakan masalah secara berulang.

Kecemasan pasien sebelum tindakan operasi dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti dukungan keluarga, kepribadian dan mekanisme koping (Hartono & Trihadi, 2020). Menurut Soewito (2017), respon pasien yang cemas ditunjukkan melalui ekspresi marah, bingung, apatis atau mengajukan pertanyaan. Tantri (2017) mengatakan kecemasan pada pasien pra operasi dapat mengakibatkan operasi tidak terlaksana atau dibatalkan, selain itu kecemasan dapat meningkatkan tekanan darah pasien. Salah satu reaksi fisiologis dari pembedahan adalah kecemasan.

Selain penatalaksanaan farmakologis dalam menangani kecemasan pasca operasi, terdapat penatalaksanaan nonfarmakologis seperti yang dipaparkan oleh Milenia & Retnaningsih (2022) bahwa penatalaksanaan nonfarmakologis terdiri dari berbagai tindakan mencakup intervensi perilaku kognitif dan menggunakan agen-agen fisik meliputi stimulus elektrik saraf kulit, seperti akupunktur. Sedangkan, intervensi perilaku kognitif meliputi tindakan distraksi, teknik relaksasi, imajinasi terbimbing, umpan balik biologis (*biofeedback*), hipnosis, dan sentuhan terapeutik.

Berdasarkan data informasi operasi Instalasi Bedah Sentral (IBS) Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang pada tahun 2022 jumlah pasien yang dilakukan tindakan operasi sebanyak 3320 tindakan dan di Bulan Januari sampai Maret 2023 tindakan operasi sebanyak 940 kasus. Dalam kasus ini rata-rata dalam 1 bulan kurang lebih terdapat 313 kasus. Hasil pantauan penulis saat melakukan observasi dan pengukuran kecemasan menggunakan alat ukur *Zung – Self Anxiety Rating Scale* pada tanggal 28 Maret 2022 didapatkan hasil sebagai berikut: dari total 7 pasien yang akan dilakukan operasi terdapat 5 pasien (71%) pasien mengalami kecemasan, 2 pasien (29%) pasien mengatakan belum pernah menjalani operasi, dan 4 pasien (58%) terlihat mengalami peningkatan tekanan darah dan nadi dari batas normal pasien tersebut. Latifah (2021) menambahkan terkadang dokter memberikan terapi analgetik yang dikombinasikan dengan psikotropik, sehingga pasien kurang nyaman karena efek obatnya membuat pasien melayang.

Hurulean (2020) menjelaskan bahwa nyeri merupakan ungkapan individu dalam merasakan sensori dan emosional tidak menyenangkan yang disebabkan oleh kerusakan jaringan aktual maupun potensial. Respon nyeri terjadi ketika suatu jaringan mengalami cedera atau kerusakan yang menyebabkan terlepasnya senyawa perangsang nyeri yang membuat tubuh merasa tidak nyaman seperti serotonin, histamine, ion kalium, bradikinin, dan prostaglandin. Hartono & Trihadi (2020) mengatakan kecemasan pada pasien pre operasi akan berdampak pada proses tindakan pembedahan dan status kesehatan pasien post tindakan pembedahan. Kecemasan pasien sebelum tindakan operasi dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti dukungan keluarga, kepribadian dan mekanisme koping.

Salah satu tugas perawat adalah mampu mengatasi kecemasan pasien, yaitu kemampuan berkomunikasi. Menurut Handayani & Rahmayati (2018) pemberian informasi pre operatif merupakan prosedur rutin dan menjadi bagian dari standar prosedur operasional pasien pre operatif sehingga semua pasien yang akan dilakukan operasi wajib diberikan informasi dan diberi kesempatan meminta penjelasan sampai jelas oleh dokter penanggungjawab disaksikan oleh perawat. Namun pada kenyataannya, beberapa pasien belum mampu menghilangkan kecemasannya hanya dengan pemberian informasi pre operatif saja. Menurut Tarigan et al., (2022) salah satu penyebab munculnya kecemasan pasien pre operasi selain nyeri, adalah timbulnya keadaan tidak jelas yang mengakibatkan muncul perasaan yang tidak tenang, rasa khawatir, atau ketakutan. Selain itu, kecemasan merupakan perwujudan tingkah laku psikologis dan berbagai pola perilaku yang timbul dari perasaan khawatir subjektif dan ketegangan.

Pemberian aroma terapi minyak esensial lavender sangat efektif dan bermanfaat saat dihirup atau digunakan pada bagian luar tubuh, karena indra penciuman berhubungan dekat dengan emosional manusia. Saat aroma dari minyak esensial lavender dihirup, tubuh akan memberikan respon psikologis (Maifrisco, 2008). Penelitian yang dilakukan oleh Widyantari et al., (2021) tentang pengaruh tehnik relaksasi aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi di ruang operasi didapatkan ada pengaruh tingkat kecemasan antara sebelum dan setelah diberikan terapi dengan hasil tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi didapatkan skor 17,35 dan setelah diberikan terapi dengan skor 15,95, dari hasil ini ditemukan selisih penurunan skor sebanyak 1,4 dengan nilai  $p=0,000$  ( $\alpha=5\%$ ), sehingga ada pengaruh aromaterapi pada penurunan tingkat kecemasan pasien.

Setyowati (2018) menjelaskan bahwa terapi totok wajah atau tusuk jari merupakan salah satu metode fisioterapi berasal dari tiangkong yang pelaksanaannya dilakukan dengan pemijatan atau menstimulasi dan penekanan pada titik tertentu pada tubuh yang disebut dengan area meridian tubuh. Manfaat dari pemberian totok wajah ini selain mencegah/menyembuhkan penyakit, juga bermanfaat untuk menghilangkan nyeri, dan menurunkan kecemasan. Totok wajah merupakan cara yang proaktif untuk merangsang untuk merilekskan otot dan saraf bawah kulit sehingga otot dapat beristirahat, terbebas dari keletihan, mengurangi rasa nyeri dan ketegangan otot serta membuat mental penuh vitalitas, sehingga kecemasan pasien menurun.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mohamed et al., (2020) yang mengatakan pemberian akupresur/terapi totok mampu menurunkan skor intensitas nyeri yang berpengaruh terhadap kecemasan pasien. Penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2022) terdapat penurunan kadar kortisol, nyeri, depresi, kecemasan dan stress saat diberikan totok wajah pada responden. Pada penelitian yang dilakukan oleh Sulistyorini, dkk (2020) didapatkan hasil bahwa pemberian kombinasi terapi totok wajah dengan aromaterapi lavender efektif menurunkan skor kecemasan, dari hasil uji *paired t-test* diperoleh  $p<0.05$  menggunakan kuesioner S-AI (*State Anxiety Inventory*) dengan satu kali intervensi dengan durasi 15-20 menit memperlihatkan adanya perbedaan yang bermakna rata-rata skor kecemasan pada pasien sebelum dan sesudah kombinasi terapi totok wajah dengan aromaterapi lavender.

Pratiwi et al., (2021) menjelaskan bahwa penurunan kecemasan pada pasien disebabkan oleh hormon kortisol yang mempengaruhi stress, dihambat produksinya dikarenakan aktivasi syaraf parasimpatis sehingga memproduksi hormon endorpin. Penelitian yang dilakukan oleh Kianpour et al., (2016) perbedaan rata-rata pada skor stres, dan kecemasan berbeda antara kelompok studi dan kontrol. Oleh karena itu, meskipun tingkat kecemasan pasien menurun dengan seiringnya waktu, tingkat penurunan kecemasan ini lebih tinggi dengan aromaterapi lavender, yang mencegah atau mengurangi komplikasi akibat stres, kecemasan, dan depresi pasien. Efek dari pemberian aromaterapi lavender dan totok wajah adalah pengeluaran hormone serotonin. Menurut Edge (2016) salah satu peran penting

serotonin adalah mengatur status mood yang merupakan hormon untuk menenangkan diri serta membuat seseorang merasa senang. Adapun hormon lain yang dirangsang oleh hipotalamus adalah oksitosin. Oksitosin dapat menginduksi anti stress serta memberikan efek dalam penurunan tekanan darah dan kadar kortisol. Tingkat oksitosin berhubungan dengan kecemasan dan stres secara dua arah, yaitu oksitosin memberikan efek ansiolitik dan juga dirilis dalam respon terhadap stres

Dari penjelasan di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul pengaruh terapi totok wajah dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien preoperasi di ruang Instalasi Bedah Sentral (IBS). Kombinasi terapi totok wajah dan aroma terapi lavender ini dilakukan peneliti untuk mengetahui seberapa besar tingkat pengaruh yang terjadi pada pasien yang akan dilakukan tindakan operasi. Perbedaan penelitian kali ini terletak pada penggabungan terapi dan kombinasi antara Terapi totok wajah dan aroma terapi lavender yg dilakukan dalam 1 waktu. disamping itu perbedaan juga terletak pada tempat penelitian yang sebelumnya belum pernah dilakukan di kamar bedah atau Instalasi Bedah Sentral

## METODE

Penelitian ini merupakan *quassy experiment* dengan desain *one group pre test and post test design*, dimana melibatkan satu kelompok subyek pre and post untuk kelompok intervensi tanpa adanya kelompok pembanding atau kelompok dengan teknik pengambilan purposive random sampling dengan jumlah 26 responden. Adapun kriteria inklusi sample adalah sebagai berikut; (1) Pasien yang berusia 19-60 tahun; (2) Mampu membaca dan mendengar dengan baik; (3) Direncanakan operasi elektif; (4) Pasien dengan kriteria ASA 1 dan 2; (5) Bersedia menjadi responden; (6) Status kecemasan ringan dan sedang. Adapun kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah sebagai berikut; (1) Pasien yang mengalami gangguan indra penciuman; (2) Pasien yang mengalami fraktur di area wajah; (3) Pasien yang tidak menyukai aroma lavender. Sebelum diberikan terapi totok wajah dan aroma terapi lavender pasien dikaji kecemasan menggunakan *Zung Self-Anxiety Rating Scale (Z-SAS)* kemudian setelah itu diberikan Terapi totok wajah dan aroma terapi lavender selama 10-15 menit, kemudian setelah dilakukan pengkajian kecemasan ulang di akhir. Uji normalitas menggunakan uji saphiro wilk dan uji analiss menggunakan uji Dependen *T-test* dengan tingkat kepercayaan 95 % ( $\alpha = 0.05$ ). Etik penelitian pada penelitian ini diterbitkan oleh KEPK Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang dengan Nomor : 127/KEPK-RSISA/VI/2023.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik umur Responden, n=26 responden**

Umur	Mean	Median	Min	Max
	35,00	34,50	22	50

Tabel 1 menunjukkan rata-rata usia responden 35,00%, dengan usia minimal 22 tahun dan usia maksimal 50 tahun.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik pendidikan dan pekerjaan Responden, n=26 responden**

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
<b>Pendidikan</b>		
SMP	2	7.7
SMA	14	53.8
D3	8	30.8
S1	2	7.7
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak bekerja	16	61.5
Bekerja	10	38.5
<b>Total</b>	<b>26</b>	<b>100,0</b>

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 10 (55,6%), dan bekerja sebanyak 16 (88,9%).

**Tabel 3. Deskripsi Skor Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sebelum Terapi Di Ruang Tunggu Pasien (*Holding Room*) RSI Sultan Agung Semarang, n=26**

	Mean	Median	Min	Max
Skor Kecemasan sebelum	49.23	50.50	34	65

Tabel 3 menunjukkan rata-rata skor kecemasan sebelum terapi adalah 49.23, dengan skor minimal 34 dan skor maksimal 65.

**Tabel 4. Deskripsi Skor Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sesudah Terapi Di Ruang Tunggu Pasien (*Holding Room*) RSI Sultan Agung Semarang, n=26**

	Mean	Median	Min	Max
Skor Kecemasan sesudah	40.31	41.00	29	58

Tabel 4 menunjukkan rata-rata skor kecemasan sesudah terapi adalah 40.31, dengan skor minimal 29 dan skor maksimal 58.

**Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Skor Tingkat Kecemasan Menggunakan Uji Shapiro Wilk Sebelum Dan Sesudah Pemberian Pemberian Terapi Totok Wajah Dan Aroma Terapi Lavender**

Variabel	Nilai Uji Normalitas (Shapiro Wilk)	Keterangan
Skor Tingkat Kecemasan Sebelum	0,307	Nilai <i>p value</i> > 0,05 menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.
Sesudah	0,301	

Tabel 5 menunjukkan Hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro wilk* skor tingkat kecemasan sebelum nilai 0,307 dan sesudah 0,301 sehingga data berdistribusi normal dan uji statistik yang digunakan adalah menggunakan uji Dependent T-Test.

**Tabel 6. Distribusi Pengaruh Pemberian Terapi Totok Wajah Dan Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Di Ruang Tunggu Pasien (*Holding Room*) RSI Sultan Agung Semarang**

Variabel	P value
Skor tingkat kecemasan sebelum	0,000
Skor tingkat kecemasan sesudah	

Tabel 6 menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh pemberian terapi totok wajah dan aroma terapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan di ruang tunggu pasien (*holding room*) dengan nilai *p value* 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat perubahan skor tingkat kecemasan yang bermakna antara sebelum dan sesudah terapi totok wajah dan aroma terapi lavender

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata usia responden 35,00%, dengan usia minimal 22 tahun dan usia maksimal 50 tahun. Usia merupakan salah satu faktor internal yang berkontribusi terhadap timbulnya kecemasan pada pasien pre operasi. Bahkan ada yang berpendapat bahwa faktor usia muda

lebih muda mengalami cemas daripada usia tua. Tetapi ada juga yang berpendapat sebaliknya. Menurut Lukman, (2019) pasien yang dikategorikan dewasa lanjut lebih dapat merespon sebelum tindakan operasi dengan coping individu yang baik dibandingkan kelompok umur dibawahnya.

Haryanto (2018) umur menunjukkan ukuran waktu pertumbuhan dan perkembangan seorang individu. Umur berkorelasi dengan pengalaman, pengalaman berkorelasi dengan pengetahuan, pemahaman dan pandangan terhadap suatu penyakit atau kejadian sehingga akan membentuk persepsi dan sikap. Kematangan dalam proses berpikir pada individu yang berumur dewasa lebih memungkinkannya untuk menggunakan mekanisme coping yang baik dibandingkan kelompok umur anak-anak, ditemukan sebagian besar kelompok umur anak yang akan dilakukan operasi cenderung lebih mengalami respon cemas yang berat dibandingkan kelompok umur yang dewasa.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 14 (53,8%), Pendidikan adalah aktivitas dan usaha manusia untuk meningkatkan kepribadiannya dengan jalan membina potensi-potensi pribadi, yaitu rohani (pikir, rasa, karsa, cipta dan budi nurani) (Juliansyah & Rizal, 2017). Pendidikan Menurut kamus besar Bahasa Indonesia bahwa pendidikan merupakan proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang dalam usaha mendewasakan diri manusia melalui upaya pengajaran dan latihan.

Hasil Riset yang dilakukan Stuarth and Sundden (2019) menunjukkan responden yang berpendidikan tinggi lebih mampu menggunakan pemahaman mereka dalam merespon tindakan sebelum operasi secara adaptif dibandingkan kelompok responden yang berpendidikan rendah. Kondisi ini menunjukkan respon cemas berat cenderung dapat kita temukan pada responden yang berpendidikan rendah karena rendahnya pemahaman mereka terhadap cemas sebelum operasi sehingga membentuk persepsi yang menakutkan bagi mereka dalam merespon tindakan sebelum operasi. Tingkat pendidikan berbanding dengan tingkat pengetahuan seseorang (Soim, 2022).

Tingkat pengetahuan yang tinggi cenderung akan memberikan pemahaman dan kesadaran seseorang untuk menjaga kesehatannya (Notoadmodjo, 2012). Secara umum tindakan operasi memberikan rasa cemas pada responden. Penelitian yang dilakukan oleh Huda (2017) pada pasien yang akan menjalankan operasi katarak mengungkapkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan berat. Responden mengungkapkan cemas akan prosedur dan efek samping dari operasi seperti efek anestesi dan kesalahan prosedur pembedahan.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden bekerja sebanyak 16 (61,5%). Pekerjaan mengadakan kesalahan molekuler yang menguasai kehalusan pengidap bagian dalam mengerjakan pemulihan, umumnya dikarenakan asyik tambah pekerjaannya sehingga tidak mengerjakan pemulihan atau mengerjakan otoritas terhadap penyakitnya (Nursyahidah, 2015).

Pekerjaan menjadikan suatu kalender atau gerak laku seseorang kepada menyabet uang lelah masalah mengiyakan keinginan hidupnya sehari-hari. Pekerjaan adalah keinginan yang harus dilakukan terutama kepada menahan kehidupannya dan keluarganya. Pekerjaan bukanlah kausa kesenangan, tetapi lebih berlebihan menjadikan sifat mengejar tunjangan yang boyak berulang dan berlebihan tantangan (Soim, 2022).

Pekerjaan adalah mencari jalan yang berkerja hadirat marga lain atau institusi, kantor, perusahaan pakai honorarium dan uang jaga tunduk bercorak mal maupun barang. Pekerjaan juga bisa memungut seseorang merapai suka duka kehidupan dan opini, tunduk secara lanjut maupun tidak lanjut. Pekerjaan juga menguasai fase opini seseorang, berbunga imbalanced analisis menyinggir mayoritas opini hadirat keaktifan peladang rendah. Pekerjaan adalah perkakas yang harus dilakukan menjelang mencagak kehidupannya dan denyut keluarganya. Pekerjaan bukanlah dasar kesenangan, tetapi lebih



berlebihan menemukan resam mengejar uang jaga yang membosankan, berulang dan berlebihan tantangan. Sedangkan berjalan umumnya menemukan program yang merampok waktu (Wawan, 2016).

Hasil penelitian menunjukkan skor kecemasan pasien sebelum operasi mayoritas memiliki tingkat kecemasan sedang dengan kategori skor antara 51 – 65 sebanyak 13 (50,0%). Penelitian ini sejalan yang dilakukan oleh Sugiarta et al., (2021) bahwa semua responden yang akan menjalani prosedur operasi di RSUD Buleleng memiliki tingkat kecemasan ringan sampai dengan sedang. Artinya sebagian besar responden yang akan melakukan tindakan operasi memiliki tingkat kecemasan ringan sampai sedang sebelum menjalankan prosedur operasi. Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan Tarigan et al., (2022) bahwa mayoritas responden di Murni Teguh Memorial Hospital Medan mengalami kecemasan sedang yaitu sebanyak 11 orang.

Operasi dapat menyebabkan kecemasan pada pasien pre proses operasi dimulai. Hal ini dapat menyebabkan meningkatnya tekanan darah, pernapasan hingga denyut nadi yang bahkan dapat menjadi alasan dilakukannya penundaan prosedur operasi. Setiap prosedur operasi memiliki ancaman potensial dan faktual pada integritas seseorang dan yang dapat membangkitkan reaksi stress fisiologis maupun psikologis dan merupakan pengalaman yang sulit bagi semua orang. Kecemasan pada pasien pra operasi dapat mengakibatkan operasi tidak terlaksana atau dibatalkan, selain itu kecemasan dapat meningkatkan tekanan darah pasien Tantri (2017).

Kecemasan berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti terhadap objek yang tidak spesifik. Kondisi ini dialami secara subjektif dengan rasa takut, yang merupakan penilaian intelektual terhadap sesuatu yang berbahaya. Kecemasan merupakan respon psikologis terhadap penilaian tersebut (Simamora et al., 2018). Kecemasan yang dialami oleh responden berpengaruh besar pada tekanan darah responden. Pada keadaan stress atau cemas, medula kelenjar adrenal akan mensekresikan norepinefrin dan epinefrin, yang keduanya akan menyebabkan vasokonstriksi sehingga meningkatkan tekanan darah (Rubai, 2018).

Peningkatan tekanan darah dan denyut jantung tidak terlepas dari rasa cemas yang dialami oleh responden Dalam keadaan cemas, tubuh akan memproduksi hormon kortisol secara berlebihan yang akan berakibat meningkatkan tekanan darah, dada sesak serta emosi tidak stabil. Beberapa orang kadang tidak mampu mengontrol kecemasan yang dihadapi, sehingga terjadi disharmoni dalam tubuh. Pembedahan yang akan dilaksanakan dapat menimbulkan respons stres fisiologis (Soim, 2022).

Hasil penelitian menunjukkan hasil skor kecemasan pasien sebelum operasi mayoritas memiliki tingkat kecemasan ringan dengan kategori skor antara 36-50 sebanyak 16 (61,5 %). Penurunan nilai skor kecemasan terjadi pada sebagian besar responden. Penelitian ini sejalan dengan Tarigan et al., (2022) bahwa skala cemas yang dialami oleh pasien pre operasi setelah diberi aroma terapi lavender adalah ringan, dimana sebanyak 13 orang pasien yang mengalami nyeri ringan, sedangkan 2 pasien berada pada skala sedang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan skala cemas dari sedang menjadi ringan.

Penelitian terdahulu menyatakan bahwa aroma terapi memberikan efek keharuman yang menguntungkan baik melalui metode inhalasi atau penghisapan atau melalui metode oles melalui kulit. Penghisapan aroma harum dapat menyebabkan perubahan psikologis dan fisiologis manusia. Aroma terapi lavender dapat meningkatkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks (Maifirisco 2019; Yamada 2015). Penurunan jumlah pasien yang mengalami kecemasan setelah diberikan intervensi aromaterapi Lavender disebabkan karena Lavender, memiliki zat aktif berupa linaloolacetate dan linalylacetate yang dapat berefek sebagai analgesik. Kelebihan minyak lavender dibandingkan minyak esensial

lainnya adalah kandungan racunnya yang relatif sangat rendah, jarang menimbulkan alergi (Widyantari et al., 2021).

Penelitian ini juga sejalan dengan Sulistyorini, (2020) bahwa dengan jumlah responden 20 dengan hasil signifikan 0,000 ( $p < 0,05$ ) dimana terdapat perubahan rerata skor kecemasan yang bermakna sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi totok wajah dengan aromaterapi lavender. Intervensi Totok wajah merupakan penekanan pada titik-titik akupressur pada wajah bertujuan untuk mengirim sinyal yang menyeimbangkan sistem saraf atau melepaskan bahan kimia seperti endorfin yang mengurangi rasa cemas dan stress. Terapi totok wajah mampu menimbulkan relaksasi untuk mengaktifkan otot parasimpatis dan mengkombinasikannya dengan aromaterapi lavender yang merupakan salah satu terapi komplementer yang berguna untuk mengurangi stress dan kecemasan (Sulistyorini, 2020). Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya perubahan pada nilai post intervensi yang menunjukkan bahwa skor kecemasan yang dialami oleh pasien mengalami penurunan setelah diberikan intervensi terapi totok wajah dan aroma terapi lavender pada pasien pre operasi di RSI Sultan Agung Semarang.

Pada penelitian ini didapatkan hasil uji normalitas menggunakan *Shapiro wilk* skor tingkat kecemasan sebelum nilai 0,307 dan sesudah 0,301 sehingga data berdistribusi normal sehingga uji statistik yang digunakan adalah menggunakan uji *Paired T-Test*, didapatkan hasil nilai p value 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang artinya terdapat perubahan skor tingkat kecemasan yang bermakna antara sebelum dan sesudah terapi totok wajah dan aroma terapi lavender. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian terapi totok wajah dan aroma terapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan di ruang tunggu pasien (*holding room*).

Tindakan operasi merupakan pengalaman yang sulit bagi hampir semua pasien. Sebelum menjalani pembedahan pasien akan terpapar dengan berbagai stimulus yang dapat memicu kecemasan hingga dapat menyebabkan stress hingga pasca pembedahan. Kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi dapat berefek pada depresi setelah operasi, proses penyembuhan luka pasca operasi yang lama, serta meningkatnya nyeri pasca operasi. Pasien di ruang operasi merasa cemas, dan takut jika operasinya gagal dan tidak berhasil (Potter & Perry, 2016).

Penelitian ini sejalan dengan Sulistyorini, (2020) bahwa dengan jumlah responden 20 dengan hasil signifikan 0,000 ( $p < 0,05$ ) dimana terdapat perubahan rerata skor kecemasan yang bermakna sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi totok wajah dengan aromaterapi lavender. Intervensi Totok wajah merupakan penekanan pada titik-titik akupressur pada wajah bertujuan untuk mengirim sinyal yang menyeimbangkan sistem saraf atau melepaskan bahan kimia seperti endorfin yang mengurangi rasa cemas dan stress. penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sumantri, et al (2014), bahwa dalam penelitiannya beliau mendapatkan hasil kecemasan 30 menit sebelum totok wajah mayoritas kecemasan ringan sebanyak 58,79%. Penilaian 24 jam setelah di totok wajah mayoritas tidak ada kecemasan sebanyak 33 reponden 84,61%. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan yang signifikan terhadap skor kecemasan setelah diberikan intervensi terapi totok wajah (Sumantri, et al, 2014).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyantari et al., (2021) menyebutkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada pemberian Relaksasi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pra Operasi di Ruang Operasi RSU X Nusa Dua dengan nilai  $p = 0.000$  dengan hasil analisis tingkat kecemasan pretest rata-rata skor 17,35 dan posttest dengan skor 15,95 sehingga ditemukan selisih penurunan skor sebanyak 1,4. Nilai z table dengan kemaknaan  $\alpha = 5\%$  1,96 dan Z hitung -5,380. Dari hasil tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa tingkat keberhasilan pada treatment aromaterapi adalah sangat tinggi dengan rata-rata keberhasilan 80,69%.



Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prastiwi, Hendarsih, & Prabowo (2017), yang bertujuan mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi Lavender terhadap kecemasan pada pasien pre operasi dengan general anestesi, sebanyak 35 responden didapatkan secara statistik aromaterapi Lavender menurunkan kecemasan pasien pre operatif dengan general anestesi ( $p$  value = 0,000 / < 0,05).

Penelitian yang dilakukan oleh Sumantri et al., (2016) tentang Pengaruh Totok Wajah Terhadap Penurunan Kecemasan pasien didapatkan hasil nilai  $p$ -value 0,001 dengan nilai  $x$  sebelum dilakukan intervensi adalah 16,20 dan nilai  $x$  setelah dilakukan intervensi adalah 8,45. Sehingga dapat disimpulkan bahwa totok wajah efektif untuk responden dengan kecemasan ringan. Dapat diketahui bahwa sebelum totok wajah didominasi oleh kecemasan ringan, setelah totok wajah didominasi oleh tidak ada kecemasan. Dengan demikian dapat disimpulkan ada perubahan hasil penilaian kecemasan yaitu penurunan penilaian kecemasan. Hasil penelitian ini ditegaskan oleh Kwan (2010). Dalam teorinya dijelaskan bahwa penurunan kecemasan yang dialami responden setelah totok wajah terjadi karena pijatan pada meridian (pembuluh darah sekunder) pada wajah bisa melancarkan sirkulasi darah. Respon dari responden setelah dilakukan totok wajah beragam. Dari 39 responden, 2 responden mengaku merasa mengantuk saat totok wajah sehingga responden bisa tertidur sejenak. Hal itu membuat responden senang karena beberapa hari yang lalu responden sering mengalami susah tidur. 3 orang responden juga mengaku merasa lebih segar setelah totok wajah. 2 orang lainnya juga mengatakan kepala menjadi terasa ringan sehingga tidak merasakan sakit kepala lagi. Secara keseluruhan responden berespon positif dan nyaman setelah totok wajah

#### **SIMPULAN DAN SARAN**

Terapi totok wajah dan Aroma terapi Lavender terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi di ruang tunggu klien ( *Holding Room* ) Instalasi Bedah Sentral RSI Sultan Agung Semarang, diharapkan penelitian selanjutnya dapat menggali lebih dalam untuk menghasilkan data yang lebih empiris serta adanya pengembangan inovasi dalam tatalaksana kecemasan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmad Rubai. (2018). pengaruh pemberian terapi murotal Al Quran terhadap tekanan darah dan denyut jantung pada pasien pre operasi di ruang tunggu pasien di ruang kamar bedah. *Jurnal Keperawatan*.
- Andria, A. (2014). *Aromaterapi Cara Sehat Dengan Wewangian Alami*. Penebar Swadaya.
- Anggraiani. (2018). Pengaruh Penyuluhan Manfaat Mobilisasi Dini Terhadap Pelaksanaan Mobilisasi Dini Pada Pasien Pasca Pembedahan Laparatomi. *Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia*, 3(2).
- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Asmadi. (2018). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Salemba Medika.
- Darmawan, & Rihiantoro. (2017). Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Mobilisasi Dini Pasien Post Operasi Laparatomi. *Jurnal Keperawatan*, 8(1).
- Edge, K. J. (2003). Wall Color of Patient's Room: Effect on Recovery. *University Of Florida*, 1(2), 1–15.
- Ekawati, I. S. (2022). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Pasien yang terpasang Vacuum Drainage Hari Pertama*, (p. 78).
- Faridah, V. (2020). Terapi Murottal (Al-qur'an) Mampu Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Pasien

Pre Operasi Laparatomi. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 138720.

Handayani, R. S., & Rahmayati, E. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lavender, Relaksasi Otot Progresif dan Guided Imagery terhadap Kecemasan Pasien Pre Operatif. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 319. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i2.984>

Hartono, R. I. (2012). *Akupresur Untuk Berbagai Penyakit*. Rapha Publishing.

Hartono, & Trihadi, D. (2020). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di RSUD Banyumas. *Adi Husada Nursing Journal*, 6(2), 79. <https://doi.org/https://doi.org/10.37036/ahnj/v6i2.168>

Hawari, D. (2012). *Manajemen stres, cemas, dan depresi* (1 Cetakan). FKUI.

Hidayat. (2014). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Salemba Medika.

Huda, A. M. (2017). *Pengaruh Pemberian Terapi Murrotal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Katarak di RSD dr. Soebandi Jember*.

Hurulean, C. M. (2020). *Literatur Review : Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Akut Pasien Infark Miokard Akut*. 1–54.

Indrawati, E. D. (2015). *Tampil Cantik dan Sehat Dengan Totok*. Flashbook.

Juliansyah, E., & Rizal, A. (2017). Faktor Umur , Pendidikan , dan Pengetahuan dengan Perilaku. *VISIKES: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(01), 92–107.

Kianpour, M., Mansouri, A., Mehrabi, T., & Asghari, G. (2016). Effect of Lavender Scent Inhalation on Prevention of Stress, Anxiety, And Depression in The Postpartum Period. *Iran Journal of Nursing and Midwifery Research*, 21(2), 197.

Kuraesin, N. D. (2009). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Tingkat Kecemasan Pasien yang akan Menghadapi Operasi di RSUP Fatmawati Tahun 2009. *UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*.

Latifah, H. (2021). *Efektifitas Teknik Relaksasi Slow Deep Breathing( Sdb) Dan Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Operasi Modifikasi Radikal Mastektomi ( Mrm )*.

Lestianingsih, R. (2022). ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN PRE OPERASI DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA AMAN. *Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta*, 24.

Maharani, P. S. (2018). Pengaruh Pemberian Treatment Totok Wajah Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Nifas. *Repository Poltekkes Semarang, Skripsi DI*.

Maifrisco, O. (2008). *Pengaruh Aromaterapi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa*.

Manurung. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah Jilid 1*. Trans Info Media.

Milenia, A., & Retnaningsih, D. (2022). Penerapan Terapi Guided Imagery pada Pasien Dengan Kanker Payudara Dengan Nyeri Sedang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 6(1), 35–42. <https://doi.org/10.33655/mak.v6i1.129>

- Mohamed, S. A., El-kosery, S. M., Elainin, M. F. abo, & Osman, D. A. (2020). Effect of acupressure on prostaglandin f2a in primary dysmenorrhea: A randomized controlled trial. *European Journal of Applied Sciences*, 12(3), 74–80. <https://doi.org/10.5829/idosi.ejas.2020.74.80>
- Notoadmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan. In *Jakarta: EGC*.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (3rd ed.). Salemba Medika.
- Nursyahidah, F. (2015). Penelitian Eksperimen. *Penelitian Ekserimen*.
- Potter, P., & Perry, A. (2016). *Buku ajar fundamental keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik* (D. Renata Komalasari (ed.); Edisi 4). EGC.
- Pratiwi, D. M., Rejeki, S., & Juniarto, A. Z. (2021). Intervention to Reduce Anxiety in Postpartum Mother. *Media Keperawatan Indonesia*, 4(1), 62. <https://doi.org/10.26714/mki.4.1.2021.62-71>
- Purwana, E. R. (2016). *Keperawatan Komplementer Terapi totok wajah*. 1–23.
- Santosa, S. (2014). *Statistik Parametrik Edisi Revisi*. Elex Media Komputindo.
- Setyowati, H. (2018). *AKUPRESUR Untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian* (K. Wijayanti (ed.)). UNIMMA PRESS.
- Simamora, F. A., Daulay, N. M., & Lubis, S. M. (2018). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 3(2), 22–28.
- Soewito, B. (2017). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Apendisitis Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Siti Aisyah Kota Lubuklinggau Tahun 2017. *Masker Medika*, 5(2), 581.
- Soim, M. (2022). Pengaruh Pemberian Murottal “Wirid Kitab Munajat” terhadap Tekanan Darah dan Frekuensi Denyut Jantung Pasien Pre Operasi di Ruang Tunggu Pasien (Holding Room) RSI Sultan Agung Semarang, *Jurnal Keperawatan*.
- Stuart, G. W. (2017). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. EGC.
- Sugiartha, P. A., Juniartha, I. G. N., & Kamayani, M. O. A. (2021). Gambaran Kecemasan Pada Pasien Pra-Operasi Di Rsud Buleleng. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(3), 305. <https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i03.p09>
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta.
- Sukanta, P. O. (2013). *Pijat Akupresur Untuk Kesehatan*. Penebar Plus.
- Sulistiyorini, C. (2020). Efektivitas Kombinasi Terapi Totok Wajah Dengan Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Post Partum Dalam Perawatan Bayi. *Jurnal Medika : Karya Ilmiah Kesehatan*, 5(1). <https://doi.org/10.35728/jmkik.v5i1.116>

- Sulistiyorini, C., Wardani, D. A., & Argiriani. (2020). Efektivitas kombinasi terapi totok wajah dengan aroma terapi lavender terhadap kecemasan ibu postpartum dalam perawatan bayi. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 1–8.
- Sumantri, S., Susilowati, D., & Wati, D. K. (2016). Penurunan Kecemasan Ibu Nifas Menggunakan Totok Wajah Di Fasilitas Pelayanan Persalinan. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 1(1), 34–39. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v1i1.25>
- Tantri, D. (2017). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi di RS PKU Muhammadiyah Gombong*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Gombong.
- Tarigan, E. R., Simanullang, R. H., Wahyu, A., Ginting, L., & Hutahaean, M. M. (2022). Pre-Post Pemberian Aromaterapi Bunga Lavender Terhadap Skala Ansietas Pada Pasien Pre-Mastektomi. *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.51544/keperawatan.v5i1.2509>
- Virginia Mason, F. (2022). *Types of Surgery*.
- Wang, N. W. B. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Kepala Penderita Migren. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Seri Ke3: Strategi Kebijakan Pemerintah Dalam Mendukung Revolusi Industri 4.0 Di Bidang Kesehatan Menuju Pencapaian SDG's*, 351–358.
- Wawan, A. & M., D. (2016). Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia. In *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*.
- Widyantari, N. P., Wijaya, I. P. A., & Pradiptha, I. D. A. G. F. (2021a). Pengaruh Tehnik Relaksasi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Pasien Pra Operasi Sectio Caesarea Di Ruang Operasi. *Jurnal Media Keperawatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), 2021. [http://journal.poltekkes-mks.ac.id/ojs2/index.php/mediakeperawatan/article/view/2063/pdf\\_1](http://journal.poltekkes-mks.ac.id/ojs2/index.php/mediakeperawatan/article/view/2063/pdf_1)
- Widyantari, N. P., Wijaya, I. P. A., & Pradiptha, I. D. A. G. F. (2021b). Pengaruh Tehnik Relaksasi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan pada Pasien Pra Operasi Sectio Caesarea di Ruang Operasi. *Jurnal Media Keperawatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), 2021.
- Yao, L. Z. (2016). *Akupresur Mandiri Estetika Wajah dan Tubuh*. PT. Legacy Utama Kreasindo.