

PENELITIAN

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI MINYAK ATSIRI BUNGA MAWAR
TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA DALAM
MENGIKUTI PEMBELAJARAN KLINIK DI PSIK FK-UNAND
TAHAP PROFESI TAHUN 2012**

Penelitian Pendidikan dalam keperawatan



SRI WAHYUNI
BP.1010324010

**FAKULTAS PERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
TAHUN 2012**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan profesional keperawatan saat ini terdiri atas dua program, yaitu program akademik dan program profesi. Program akademik ini lebih diarahkan terutama pada penguasaan ilmu keperawatan dan pengembangannya, sedangkan program profesi yang merupakan kelanjutan dari program akademik diarahkan terutama pada penerapan keahlian sebagai perawat melalui proses pembelajaran klinik (Asmadi, 2008). Pembelajaran klinik merupakan salah satu bagian integral dari pendidikan keperawatan yang akan mempersiapkan mahasiswa untuk dapat melakukan serta mengetahui prinsip-prinsip dalam praktek klinik dan merangsang mahasiswa untuk menggunakan keterampilan berpikir kritis untuk memecahkan masalah (Tully, 2004).

Beberapa peneliti telah banyak meneliti stres yang terjadi pada mahasiswa keperawatan di awal praktek klinik. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa keperawatan tidak puas dengan komponen pembelajaran klinik dari pendidikan mereka. Kurangnya pengalaman klinik, daerah yang asing, pasien yang terkadang tidak bisa diajak kerja sama, takut membuat kesalahan, menerima instruksi yang berbeda di lapangan dengan apa yang telah mereka pelajari di kelas diungkapkan oleh mahasiswa sebagai faktor-faktor yang menyebabkan stres dalam praktek klinik keperawatan (Oerman & Sperling, 1999). Stres yang dialami mahasiswa keperawatan di klinik dapat menyebabkan kegagalan praktek klinik itu sendiri (Tully, 2004).

Stres adalah suatu kondisi dimana seseorang mengalami ketidakenakan oleh karena harus menyesuaikan diri dengan keadaan yang tidak dikehendaki (Yusuf, 2009). Stres pada mahasiswa terutama berasal dari kurangnya pengetahuan profesional dan juga keterampilan merawat pasien.

Gejala yang timbul pada mahasiswa adalah peningkatan denyut jantung, peningkatan tekanan darah, sakit kepala, rendah diri, marah, merokok, minum alkohol, penurunan berat badan dan penyalahgunaan narkoba (Sheu, Lin & Hwang, 2002).

Bentuk cara mengurangi stres adalah salah satunya dengan menggunakan aromaterapi yang dimulai dengan mencium bau yang wangi, sehingga segala yang membebani pikiran akan berkurang (Iman, 2009). Istilah aromaterapi muncul pertama kali pada tahun 1920 yang dipopulerkan oleh Gattefosse, seorang ahli kimia dari Perancis. Pada saat itu Gattefosse sedang melakukan penelitian pada minyak tumbuhan, tidak sengaja lengannya terbakar dan kejatuhan minyak lavender. Luka bakar Gattefosse tersebut sembuh dengan cepat dan tanpa bekas.

Aromaterapi adalah cara penyembuhan dengan menggunakan konsentrasi minyak atsiri atau minyak esensial yang aromatik dan diekstraksi dari tumbuh-tumbuhan (Vitahealth, 2007). Minyak atsiri yang digunakan merupakan cairan hasil sulingan dari berbagai jenis bunga, daun, kulit batang, biji dan akar yang tidak digunakan secara langsung ke kulit tetapi harus diencerkan terlebih dahulu yang biasanya bersifat mudah menguap saat terkena panas atau cahaya.

Efek aromaterapi positif karena aroma yang segar dan harum merangsang sensor dan akhirnya mempengaruhi organ lainnya sehingga dapat menimbulkan efek yang kuat terhadap emosi. Aromaterapi ditangkap oleh reseptor di hidung, kemudian memberikan informasi lebih jauh ke area di otak yang mengontrol emosi dan memori serta memberikan informasi ke hipotalamus yang merupakan pengatur sistem internal tubuh, sistem seksualitas, suhu tubuh, dan reaksi terhadap stres. Manfaat paling besar dari aromaterapi adalah untuk mengurangi ketegangan pikiran berlebihan dengan mencium bau yang wangi, segala yang membebani pikiran juga akan berkurang (Sudewo, 2009).

Penelitian Walter terhadap gelombang otak menunjukkan bahan - bahan aromatik yang digunakan pada perawatan aromaterapi merangsang sistem saraf otonom yang mengontrol gerakan sistem pernafasan dan tekanan darah. Rangsangan ini bermanfaat untuk mencegah timbulnya kelelahan setelah bekerja berat serta stres fisiologis akibat kerja. Hasil penelitian Dember dan Warm tentang pengaruh aromaterapi akibat stres kerja menunjukkan hasil bahwa kesiapan pekerja meningkat secara drastis (Minyak Herbal, 2009).

Di Indonesia penelitian tentang pengaruh aromaterapi (lavender) terhadap perubahan tekanan darah, denyut nadi, pernafasan ibu persalinan tahap kala 1 menunjukkan bahwa terjadi peningkatan TD, HR, dan penurunan RR pada kelompok kontrol sedangkan pada kelompok perlakuan TD, HR, mengalami penurunan dan RR mengalami peningkatan (Sihotang, 2011). Aromaterapi yang menggunakan minyak atsiri Lavender dapat mempengaruhi suasana hati menjadi tenang, meningkatkan kewaspadaan, kemampuan berkonsentrasi dan menurunkan kecemasan seseorang (Bari, 2010). Hasil penelitian deskriptif korelatif dengan 55 responden tentang hubungan antara sumber stres dengan coping mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa pengajar dan staf perawat, tugas dan beban kerja dan lingkungan klinik adalah sumber stres yang paling dominan, sedangkan menyelesaikan masalah dan tetap optimis juga merupakan coping yang sering digunakan oleh mahasiswa yang sedang menjalani program pendidikan profesi (Nelwati, 2008).

Setiap bau aromaterapi memiliki ciri tersendiri, seperti aroma karbol yang menyengat dirumah sakit atau aroma bunga mawar yang membuat sejuk dan menyegarkan sehingga dapat menghilangkan rasa sedih dan takut atau sekedar rileksasi (Iman, 2009). Bunga mawar berkhasiat sebagai *cell rejuvenator* yang membuat sel muda kembali, antiseptic, dan anti radang

sehingga sering di gunakan dalam krim dan *lotion* untuk memperbaiki kondisi kulit. Baunya merupakan anti depresan, *sedative* dan meringankan stress (Koensoemardiyah, 2009).

Minyak atsiri bunga mawar yang digunakan melalui inhalasi/hirup dapat bermanfaat meningkatkan kewaspadaan, meningkatkan daya ingat, meningkatkan kecepatan dalam berhitung serta melegakan otot dan pikiran (Koensoermardiyah, 2009). Bunga mawar bersifat anti depresan sehinggalah dapat membuat jiwa menjadi tenang. Caranya bubuhkan 5-6 tetes minyak atsiri bunga mawar ketika stres diatas kertas tisu lembut atau sapu tangan lalu letakkan di dada, kemudian hirup wanginya 2-3 kali tarikan nafas dalam secara teratur selama 5 menit (Koensoemardiyah, 2009). Beberapa bahan kimia yang terkandung dalam minyak atsiri bunga mawar diantaranya sitral, sitronelol, geraniol, linalol, nerol, eugenol, feniletil, alhohol, farnesol, nonil, dan aldehida (Hariana, 2010).

Pada saat aromaterapi minyak atsiri bunga mawar dihirup molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang terkandung didalamnya (geraniol & linalool) ke puncak hidung dimana silia-silia muncul dari sel-sel reseptor. Apabila molekul-molekul menempel pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektrokimia akan ditranmisikan melalui saluran olfaktori kedalam sistem limbik. Hal ini akan merangsang memori dan respon emosional. Hipotalamus yang berperan sebagai regulator memunculkan pesan yang harus disampaikan ke otak. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan berupa senyawa elektrokimia yang menyebabkan perasaan tenang dan rilek (Koensomardiyah, 2009).

Survei awal yang di lakukan tanggal 2-7 September 2011 di wahana praktek klinik PSIK FK- UNAND pada mahasiswa tahap profesi, 7 dari 10 orang mahasiswa yang diwawancarai mengatakan mengalami stres pada saat mengikuti pembelajaran klinik keperawatan. Gejala yang timbul seperti: pusing-pusing/sakit kepala, kelelahan, Ingin mengerjakan segalanya dengan

cepat, ingatan melemah, tidak mampu berkonsentrasi, tidak sanggup melaksanakan tugas yang sudah dimulai, kehilangan semangat. Berdasarkan hal diatas peneliti ingin mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi minyak atsiri bunga mawar terhadap tingkat stres mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran klinik di PSIK FK-UNAND tahap profesi karena bunga mawar merupakan jenis aromaterapi yang biasa digunakan untuk melegakan otot dan pikiran (Hariana, 2010).

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, perlu dilakukan penelitian “Apakah terdapat pengaruh pemberian aromaterapi minyak atsiri bunga mawar terhadap tingkat stres mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran klinik di PSIK FK-UNAND tahap profesi tahun 2012”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi minyak atsiri bunga mawar terhadap tingkat stres mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran klinik di PSIK FK-UNAND tahap profesi tahun 2012.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat stres mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran klinik di PSIK FK-UNAND tahap profesi tahun 2012 sebelum diberikan aromaterapi minyak atsiri bunga mawar.

- b. Mengidentifikasi tingkat stres mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran klinik di PSIK FK-UNAND tahap profesi tahun 2012 setelah diberikan aromaterapi minyak atsiri bunga mawar.
- c. Menganalisis pengaruh pemberian aromaterapi minyak atsiri bunga mawar terhadap tingkat stres mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran klinik di PSIK FK-UNAND tahap profesi tahun 2012 dengan membandingkan tingkat stres mahasiswa sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi minyak atsiri bunga mawar.

D. Manfaat Penelitian

- a. Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai pengaruh pemberian aromaterapi minyak atsiri bunga mawar terhadap tingkat stres mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran klinik di PSIK FK-UNAND tahap profesi tahun 2012.
- b. Memberikan alternatif cara dalam upaya untuk mengurangi tingkat stres mahasiswa tahap profesi dalam mengikuti pembelajaran klinik keperawatan melalui penggunaan aromaterapi minyak atsiri bunga mawar.
- c. Memberikan kontribusi pada peningkatan kenyamanan mahasiswa tahap profesi dalam mengikuti pembelajaran klinik keperawat

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh pemberian aromaterapi minyak atsiri bunga mawar terhadap tingkat stres mahasiswa pada pembelajaran klinik PSIK FK UNAND tahap profesi tahun 2012, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- 1). Sebelum pemberian terapi wewangian minyak atsiri bunga mawar terhadap tingkat stres mahasiswa PSIK FK UNAND dalam pembelajaran klinik tahap profesi dengan hasil semua responden mengalami stres tingkat sedang yaitu berjumlah 20 orang (100%) .
- 2). Sesudah pemberian aromaterapi minyak atsiri bunga mawar terhadap tingkat stres mahasiswa PSIK FK UNAND dalam pembelajaran klinik tahap profesi dengan hasil responden mengalami stres tingkat ringan yaitu berjumlah 20 orang (100 %) .
- 3). Terdapat pengaruh aromaterapi minyak atsiri bunga mawar terhadap tingkat stres mahasiswa (yaitu sedang ke ringan) PSIK FK-UNAND dalam pembelajaran klinik tahap profesi dengan signifikasi p value 0,000 ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Institusi Instansi Pendidikan

Mahasiswa dapat berperan aktif dalam menggunakan aromaterapi minyak atsiri bunga mawar saat pembelajaran klinik tahap profesi yang mengalami stres dan secara tidak langsung dapat membantu meningkatkan konsentrasi mahasiswa.

2. Penelitian selanjutnya

Disarankan peneliti selanjutnya menyamakan waktu pemberian intervensi. Selain itu, disarankan peneliti selanjutnya melakukan penelitian tentang perbedaan tingkat stres mahasiswa menggunakan aromaterapi minyak atsiri bunga mawar dengan terapi jenis minyak essensial lainnya dan variasi sampel untuk mengetahui tingkat yang lebih jauh dari pengaruh aromaterapi minyak atsiri bunga mawar seperti dengan menggunakan sampel dengan stres berat – stres ringan.