

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan merupakan keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan atau keadaan khawatir dengan keluhan sesuatu yang buruk akan segera terjadi.¹ Kecemasan *dental* didefinisikan sebagai rasa takut abnormal yang dirasakan saat berkunjung ke dokter gigi untuk melakukan perawatan dan kecemasan yang tidak terjamin atas prosedur perawatan.² Menurut penelitian, 1 dari 6 orang dewasa mengalami kecemasan *dental*.³ Pada pasien anak sebanyak 5,7% hingga 19,5% mengalami kecemasan *dental*.⁴ Kecemasan *dental* diasosiasikan dengan rasa takut sesuatu yang buruk akan terjadi selama perawatan gigi.⁴ Pasien yang cemas akan membayangkan berbagai ketakutan terbesar mereka saat datang ke dokter gigi, seperti jarum suntik, suara bur, tang cabut gigi yang besar, perdarahan, rasa sakit dan linu, dan sebagainya. Menurut Eli, hubungan dokter gigi dan pasien yang didominasi oleh kecemasan *dental* seringkali menyebabkan perawatan menjadi sulit dilakukan.³

Seiring dengan berjalannya waktu, berbagai pengobatan berupa pendekatan farmakologis dan non farmakologis yang meliputi olahraga teratur, humor, nutrisi dan diet yang baik, istirahat yang cukup, dan teknik relaksasi telah dikembangkan guna mengurangi kecemasan pasien.⁵ Salah satu teknik relaksasi yang dapat mengatasi kecemasan adalah dengan menggunakan pengobatan aromaterapi.

Aromaterapi adalah seni dan pengetahuan penggunaan minyak esensial murni yang diekstrak dari bunga dan tumbuhan lainnya.⁶ Salah satu jenis aromaterapi yang sering digunakan saat ini adalah minyak esensial dari bunga Lavender. Lavender dikatakan mampu mengurangi rasa tertekan, stres, rasa sakit saat menstruasi, emosi yang tidak seimbang, histeria, rasa frustrasi, dan kepanikan. Aromaterapi juga terbukti memiliki pengaruh dalam menurunkan kecemasan ibu hamil trimester III dan kecemasan pasien sebelum operasi dengan anestesi spinal.^{7,8}

Pada tahun 1990, Hurlock mengatakan bahwa masa dewasa muda dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun, saat terdapat perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang disertai dengan berkurangnya kemampuan reproduktif.⁹ Menurut Santrock pada tahun 1999, orang dewasa muda termasuk dalam masa transisi dan seiring dengan penyesuaian terhadap masa transisi, usia dewasa muda menjadi tegang dalam hal emosi dan hal ini dinampakkan dalam berbagai ketakutan dan kekhawatiran.¹⁰

Sampai saat ini, belum ada penelitian yang membahas tentang efek aromaterapi lavender terhadap kecemasan *dental* pada pasien dewasa muda. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai efek aromaterapi lavender terhadap kecemasan pasien dewasa muda yang akan dilakukan pencabutan gigi.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, identifikasi masalah untuk penelitian ini adalah apakah aromaterapi lavender dapat menurunkan kecemasan pasien dewasa muda yang akan dilakukan pencabutan gigi.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan *dental* pada pasien dewasa muda yang akan dilakukan pencabutan gigi.

1.4 Manfaat Karya Tulis

1.4.1 Manfaat Akademis

Karya tulis ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai pengaruh aromaterapi lavender dalam menurunkan kecemasan *dental* pada pasien dewasa muda.

1.4.2 Manfaat Praktis

Karya tulis ini diharapkan dapat memberi masukan bagi tenaga kesehatan dalam memfasilitasi ruang tunggu rumah sakit atau klinik, serta memberikan informasi kepada masyarakat mengenai manfaat aromaterapi Lavender.

1.5 Kerangka Pemikiran

Menurut Hurlock, kecemasan digambarkan sebagai suatu kekhawatiran umum mengenai suatu peristiwa yang tidak jelas, tidak pasti terhadap peristiwa yang

akan datang.⁹ Kecemasan muncul ketika seseorang menghadapi atau berpikir mengenai suatu peristiwa yang akan datang, dimana hal tersebut masih merupakan bayangan yang belum pasti. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan adalah potensi *stressor*, maturitas, pendidikan dan status ekonomi, tipe kepribadian, lingkungan dan situasi lingkungan, usia, dan jenis kelamin.¹¹

Manifestasi dan akibat yang ditimbulkan oleh kecemasan ada bermacam-macam. Seorang individu yang mengalami kecemasan dapat mengalami gangguan diare, kehilangan nafsu makan, lemas, pening, gemetar, sering buang air kecil, merasakan perasaan seperti tidak berdaya, gugup, sukar berkonsentrasi, mudah lelah, dan sensitif. Kecemasan juga dapat mempengaruhi suasana hati (mudah marah, tegang), pikiran (khawatir, sukar berkonsentrasi, pikiran kosong, merasa tidak berdaya, melebih-lebihkan ancaman), dan motivasi (menghindari situasi, ketergantungan tinggi, ingin melarikan diri). Semua pengaruh ini dapat terlihat dalam gejala biologis seperti meningkatnya denyut nadi, tekanan darah, serta gerakan otomatis seperti berdebar-debar, berkeringat, gemetar, pusing, mual, dan mulut kering.¹² Perawatan gigi tentunya tidak lepas dari kecemasan yang dialami oleh pasien. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan *dental* yang berlebih dapat mempengaruhi kelangsungan perawatan gigi yang dilakukan.

Terapi non-farmakologis seperti aromaterapi dapat diaplikasikan melalui berbagai cara, antara lain adalah dengan aplikasi langsung ke kulit (pijatan), dihirup (penguapan atau semprotan untuk ruangan), atau dengan menambahkan

minyak aromaterapi ke dalam air yang digunakan untuk mandi berendam. Berdasarkan penelitian, akses yang paling efektif dalam penggunaan aromaterapi adalah akses melewati hidung karena hidung mempunyai hubungan langsung dengan otak yang mengendalikan emosi, perasaan, kreativitas, dan psikologi.¹³

Pada tahun 2007 di Jepang, peneliti mendemonstrasikan bahwa menghirup minyak lavender dan *rosemary* selama 5 menit dapat menurunkan hormon stres dan kortisol yang melindungi tubuh dari stres.¹⁴ Studi lain yang serupa juga menunjukkan kadar kortisol mengalami penurunan setelah menghirup lavender selama 10 menit.¹⁵ Lavender memiliki kandungan utama berupa linalool dan linalyl asetat, dimana *linalool* merupakan kandungan aktif utama dalam minyak lavender yang berperan dalam memberikan efek anti cemas. *Linalool* bekerja dengan menurunkan kortisol yang berperan dalam mempertahankan diri pada saat tubuh mengalami stres, baik stres fisik maupun emosional.¹⁶

Ketika aroma minyak lavender yang dihirup, molekul-molekul dalam minyak tersebut akan terbawa oleh arus turbulen ke hidung dan menempel pada silia.¹⁷ Hal ini mengakibatkan terjadinya transmisi impuls melewati bulbus *olfactorius* dan traktus *olfactorius* ke dalam sistem limbik. Proses ini akan memicu *amygdala* yang berperan dalam respon memori emosional, serta memicu sistem limbik untuk melepaskan *brain-affecting chemicals* yang dikenal sebagai neurotransmitter, seperti serotonin, endorfin, enfekalin, dan dopamin.¹⁸ Serotonin merupakan senyawa neurotransmitter yang berperan pada sistem saraf pusat dan bertugas memberikan efek berupa perubahan *mood* sehingga memberikan efek relaksasi, perasaan nyaman, dan menurunkan stres.¹⁹

1.6 Hipotesis

Aromaterapi lavender menurunkan kecemasan *dental* pada pasien dewasa muda yang akan dilakukan pencabutan gigi.

1.7 Metodologi

Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimental / eksperimental semu yang dilakukan dengan memberi perlakuan terhadap manusia menggunakan rancangan Desain *Pre-Test* dan *Post-Test*. Data primer dalam penelitian ini adalah penurunan kecemasan subjek. Data sekunder dalam penelitian ini adalah penurunan tekanan darah dan denyut nadi (data diambil dari rekam medis subjek). Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 31 subjek. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *sampling* konsekutif yaitu semua sampel yang ada bila memenuhi kriteria penelitian, dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah sampel yang diperlukan terpenuhi.

1.8 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian di Ruang Konferensi 3 Lantai 5 Rumah Sakit Gigi dan Mulut Maranatha, Jl. Prof. drg. Soeria Soemantri No. 65, Bandung 40164, Jawa Barat. Waktu penelitian adalah dari bulan Oktober 2015 hingga Februari 2016.