

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bedah mulut merupakan salah satu bidang dalam ilmu kedokteran gigi. Dalam bidang kedokteran gigi gejala kecemasan sering ditemukan pada pasien tindakan pencabutan gigi. Kecemasan yang dialami pasien perlu mendapatkan perhatian, karena dapat memengaruhi kinerja dokter dan keberhasilan tindakan pencabutan gigi. Berdasarkan penelitian Nair MA, ditemukan prevalensi kecemasan *dental* yang disebabkan karena ketakutan akan prosedur penyuntikkan sebanyak 35,5%.¹ Pada pasien yang memiliki kecemasan *dental* merasa lebih nyeri pada saat penyuntikkan anestesi lokal dan durasi yang terasa lebih lama dibandingkan pasien dengan tingkat kecemasan yang lebih rendah.²

Prevalensi kecemasan dental berdasarkan skor DAS (*Dental Anxiety Scale*), pada penduduk Australia dilaporkan 14,9%, Jepang sekitar 4 hingga 7%, Indonesia, Brazil dan Argentina pasien dilaporkan mengalami kecemasan berat.³ Kecemasan *dental* umum terjadi dimana pasien yang cemas seringkali menunda perawatan, perawatan menjadi lebih lama dan kurang puas akan perawatan yang diberikan dan dapat membuat keberlangsungan prosedur perawatan terhambat. Armfield menyatakan adanya siklus dalam kecemasan *dental*, dimana individu dengan kecemasan *dental* akan menunda perawatan, akan menyebabkan masalah gigi yang lebih parah dan bergejala yang kemudian tidak melakukan perawatan atas permasalahan kesehatan gigi dan mulut yang

terjadi karena adanya ketakutan terhadap perawatan gigi. Pengalaman dan ekspektasi berperan penting dalam kecemasan *dental*, dimana pengalaman penting untuk menentukan perawatan yang diambil dalam bidang kesehatan.^{4,5,6}

Urbanisasi berkembang dengan cepat diseluruh dunia. Lebih dari setengah penduduk tinggal pada daerah perkotaan.⁷ Perpindahan dari pedesaan menuju perkotaan berhubungan dengan penurunan lingkungan yang alami.⁸ Tanaman selain berperan dalam penyediaan makanan, serat, bahan pembangunan, minyak, obat-obatan, juga berperan dalam peningkatan kesehatan individu, dimana berkontribusi dalam penjernihan udara, membuat udara lebih sehat untuk dihirup, membuat lingkungan sekitar terasa lebih menyenangkan dan menenangkan.⁹

Pada usaha untuk mengurangi stres dan kecemasan dan untuk meningkatkan kesehatan, dapat dilakukan peningkatan estetis desain lingkungan kesehatan.¹⁰ Efek tanaman di dalam ruangan dan pemandangan dari jendela terbukti mengurangi kecemasan.¹¹ Paparan terhadap lingkungan yang alami pada individu dapat melawan dampak dari lingkungan yang menekan dan perasaan yang negatif. Lingkungan yang alami dapat meningkatkan respon yang menenangkan lebih besar daripada lingkungan yang menekan.¹² Dalam penerapan secara visual, stimulus warna yang dikarakteristikan menjadi gelombang, kecerahan, saturasi dan respon emosional terhadap stimulus tersebut dapat berguna dalam menenangkan. Penelitian menurut Valdez dan Mehrabian, dimana gelombang pendek seperti biru lebih menenangkan dibandingkan gelombang panjang seperti merah dan kuning.¹³

Penelitian oleh Mehboob menyatakan bahwa tingkat kecemasan tertinggi dialami usia dewasa muda sebesar 94%. Hal ini mungkin dikarenakan oleh adanya peningkatan status mutu-rasional dan kemampuan individu untuk bersikap rasional terhadap pengalaman seiring bertambahnya usia.¹⁴ Pada dewasa muda terdapat perubahan kognitif dan perubahan fungsi otak dalam bagian frontolimbik, yang berperan dalam ingatan, perhatian dan pelaksanaan.¹⁵

Masa dewasa muda merupakan periode penyesuaian terhadap pola kehidupan dan ekspektasi sosial yang baru. Masa dewasa muda juga merupakan periode ketegangan emosional, dimana sering diekspresikan dalam kecemasan. Menurut Hurlock, masa dewasa muda dimulai dari usia 18 tahun hingga sekitar usia 40 tahun, ketika terjadi perubahan psikologis dan fisik yang disertai dengan awal dari kehilangan kemampuan reproduktif.¹⁶

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, belum ada penelitian yang membahas mengenai pengaruh tanaman bunga berwarna biru muda terhadap kecemasan *dental* pada pasien dewasa muda. Maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh tanaman bunga berwarna biru muda terhadap kecemasan pasien dewasa muda yang akan melakukan pencabutan gigi.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah diuraikan di atas, maka dapat dibuat identifikasi masalah yaitu apakah tanaman bunga berwarna biru

muda dapat mengurangi kecemasan pada pasien dewasa muda yang akan melakukan pencabutan gigi.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Untuk mengetahui keefektifan tanaman bunga berwarna biru muda dalam menurunkan tingkat kecemasan *dental* pada pasien dewasa muda yang akan melakukan pencabutan gigi.

1.3.2 Tujuan penelitian

Untuk mengetahui skor tingkat kecemasan setelah penempatan tanaman bunga berwarna biru muda pada pasien dewasa muda yang akan melakukan pencabutan gigi.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1 Manfaat Akademis

Karya tulis ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai pengaruh tanaman bunga berwarna biru muda terhadap penurunan tingkat kecemasan *dental* pada pasien dewasa muda.

1.4.2 Manfaat Praktis

Karya tulis ini diharapkan dapat memberi masukan bagi para tenaga kesehatan dalam memfasilitasi ruang tunggu rumah sakit atau klinik perawatan gigi, serta memberikan informasi kepada masyarakat mengenai manfaat lain dari tanaman bunga.

1.5 Kerangka Pemikiran

Kecemasan merupakan keadaan emosional umum dari ketidaktenangan atau stres yang berhubungan dengan cemas atau ketakutan mengenai ketidakpastian di masa mendatang.¹⁷ Kecemasan juga dapat didefinisikan dengan adanya rasa khawatir yang berlebih, dan ketakutan.¹⁸ Kecemasan dapat muncul ketika seseorang menghadapi atau berpikir mengenai suatu peristiwa di masa mendatang, dimana hal tersebut belum pasti. Beberapa faktor yang dapat memengaruhi kecemasan yaitu *stressor*, kepribadian, kedewasaan, pendidikan, status ekonomi, lingkungan, usia dan jenis kelamin.¹⁹

Gejala kecemasan dapat dibagi menjadi gejala fisik, berdasarkan tegangan gerakan, dan hiperaktifitas otonom, dan gejala psikologik. Gejala psikologik terdiri dari gelisah, konsentrasi yang berkurang, kelelahan, ketakutan, sering marah, sedangkan gejala fisik terdiri dari mual, kesulitan untuk menelan, mulut kering, kesulitan buang air besar, nafas pendek, nyeri dada, palpitasi, sakit kepala, nyeri otot, kepala terasa berat, lemah, dan berkeringat.²⁰

Kecemasan *dental* merupakan rasa takut abnormal yang terjadi pada saat berkunjung ke dokter gigi untuk melakukan perawatan dan kecemasan atas prosedur perawatan.²¹ Terdapat sejumlah faktor yang menyebabkan kecemasan *dental*, yaitu karakteristik personal, ketakutan akan nyeri, trauma terhadap pengalaman ke dokter gigi sebelumnya, pengaruh lingkungan berupa mendengarkan pengalaman melalui keluarga, kelompok pertemanan atau sosial (pengalaman orang lain).^{22,23}

Dampak kecemasan *dental* dapat berupa menghindari perawatan gigi dalam jangka waktu yang lama, kesehatan mulut dan gigi yang memburuk, ketidakpastian akan perawatan, sehingga berpengaruh pada kualitas hidup individu dengan kecemasan *dental*.²⁴ Penelitian oleh Wardle menunjukkan bahwa prosedur pencabutan gigi merupakan pencetus pertama kecemasan *dental*. Kecemasan terhadap prosedur pencabutan gigi sering disebabkan oleh penggunaan benda-benda tajam, seperti jarum suntik, tang, elevator, yang dimasukkan secara bertahap maupun bergantian ke dalam mulut.²⁵

Penanganan farmakologis dapat berupa penggunaan sedasi, pada penanganan secara non-farmakologis pasien dengan kecemasan *dental* dapat bermacam-macam, dapat berupa membangun kepercayaan antara dokter gigi dengan pekerja serta dengan pasien melalui komunikasi yang baik, pemberian informasi, kontrol seperti *tell-show-do* (memberikan penjelasan mengenai apa yang terjadi, instrumen yang dipakai, diikuti dengan prosedur yang didemonstrasikan), istirahat (dokter gigi harus melakukan istirahat saat prosedur untuk menenangkan pasien), memberi sinyal (dapat berupa mengangkat tangan untuk menghentikan prosedur), dan pendekatan psikologis lain seperti distraksi (stimulus visual atau audio dapat menguntungkan bagi pasien dengan tingkat kecemasan ringan sampai sedang), relaksasi dalam pernafasan, relaksasi otot.^{26,27}

Tanaman dapat digunakan sebagai faktor penurun kecemasan sebagai respon terhadap stimulus visual yang estetik, sehingga dapat menurunkan ketegangan. Estetik merupakan bagian penting yang menggambarkan kealamian, seperti

kompleksitas, warna, perspektif maupun keseimbangan.²⁸ Park dan Mattson menjelaskan bahwa pasien yang berada di dalam ruangan dengan adanya tanaman menunjukkan respon psikologis yang positif, terdapat penurunan kecemasan dan kelelahan serta tingkat kepuasan yang tinggi.²⁹

Tanaman dalam ruangan termasuk tanaman bunga, memiliki warna yang menarik dan pola yang beragam. Warna dari bunga dapat menarik perhatian individu, serta ukuran dan bentuk dari bunga.³⁰ Penelitian juga menunjukkan tanaman bunga memiliki pengaruh yang baik terhadap individu untuk peningkatan respon positif dalam perilaku, emosi, kognisi dan psikologi.³¹ Secara umum, kecemasan berhubungan dengan gelombang alfa yang rendah, dimana pada individu yang melihat pemandangan atau tanaman bunga memiliki aktivitas elektrik otak alfa yang tinggi, dan lebih rileks.³² Efek positif dari kealamian atau tanaman secara fisiologi juga berpengaruh pada tekanan darah, denyut jantung, gelombang otak, ketegangan otot dan tingkat hormon serta sistem imun.^{33,34}

Lingkungan yang alami secara signifikan menurunkan konsentrasi hormon kortisol, menurunkan denyut nadi dan tekanan darah, serta menurunkan aktivitas saraf simpatetik (berhubungan dengan respon "*fight or flight*") serta meningkatkan aktivitas saraf parasimpatetik (berhubungan dengan relaksasi, respon saat istirahat dan aktivasi pencernaan, dimana mengembalikan ke keadaan sebelum kondisi yang menekan).³⁴ Terdapatnya penurunan tingkat adrenalin dan noradrenalin (hormon yang berkaitan dengan saraf simpatetik).³⁵ Dalam pengukuran fisiologis mengindikasikan perubahan dalam waktu 10

menit, dimana tampak respon parasimpatetik yang meningkat pada lingkungan yang alami.¹²

Warna ditemukan dapat memengaruhi individu secara psikologis, dan dapat meningkatkan kegairahan seseorang.³⁶ Warna bermakna dalam penglihatan seseorang serta memberikan pengaruh psikologis yang kuat, dimana dapat menarik perhatian tanpa disadari, dimana masing-masing warna memiliki arti tersendiri tergantung budaya maupun keadaan.

Hitam merupakan warna yang menunjukkan kekuasaan, kekuatan dan melambangkan tidak terdapatnya cahaya, karena tidak memiliki gelombang warna, tampak mengancam, dan banyak individu takut akan kegelapan. Putih melambangkan warna yang berhubungan dengan kemurnian, dan netralitas. Warna abu berhubungan dengan abadi, dan kadang berhubungan dengan depresi atau adanya kekurangan percaya diri. Merah merupakan warna dengan gelombang terpanjang yang tampak kuat dan merupakan warna dasar, dapat meningkatkan respon "*fight or flight*".

Hijau merupakan warna yang menggambarkan pertumbuhan, harmoni, dan mengingatkan akan kealamian. Warna kuning merupakan warna yang melambangkan matahari, berhubungan dengan kebahagiaan serta waktu yang menyenangkan, dimana warna kuning dapat menenangkan juga dapat menyenangkan. Oranye merupakan warna yang melambangkan kehangatan dan frustrasi. Warna ungu dapat menstimulasi aktivitas otak saat memecahkan masalah, dimana menggambarkan kerahasiaan, hormat, dan kekayaan.

Cokelat merupakan warna yang berhubungan dengan pertemanan, reliabilitas, serta stabilitas, dimana lebih hangat dan lebih lembut dibandingkan hitam. Merah muda merupakan warna yang melambangkan kasih sayang, cinta, serta adanya kelembutan.³⁷ Warna biru sering dihubungkan dengan keadaan yang menenangkan. Biru yang terlalu berlebihan dapat memberikan kesan dingin dan penyampaian sikap seseorang yang tidak perhatian, sehingga biru muda lebih banyak digunakan untuk memberikan kesan menenangkan, mengurangi tingkat kecemasan dan sikap agresif.^{37,38}

Warna biru dapat menurunkan tekanan darah, dimana warna biru tua menstimulasi pikiran yang jernih sedangkan biru muda menenangkan pikiran dan memberikan konsentrasi.³⁹ Ketika cahaya mengenai objek yang berwarna akan masuk pada mata sebagai input visual, mengenai retina dan diterima oleh amigdala (bagian dari sistem limbik yang menerima informasi sensoris dimana berhubungan dengan insula yang memungkinkan perubahan respon fisiologis seperti denyut nadi atau tekanan darah) dan diubah menjadi impuls elektrik yang kemudian ditransmisikan pada hipotalamus yang mengatur kelenjar endokrin dimana akan memproduksi dan mensekresi hormon.^{40,41}

1.6 Hipotesis

Tanaman bunga berwarna biru muda menurunkan tingkat kecemasan pasien dewasa muda yang akan melakukan pencabutan gigi.

1.7 Metodologi

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimental semu/ kuasi eksperimental yang dilakukan dengan memberikan perlakuan terhadap manusia menggunakan desain *pre-test* dan *post-test*. Data primer yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tingkat penurunan kecemasan pada subjek. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *sampling* konsekutif, dimana semua sampel yang ada apabila memenuhi kriteria subjek dalam penelitian, akan dimasukkan ke dalam penelitian sampai jumlah sampel yang dibutuhkan terpenuhi. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 32 subjek.

1.8 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di Rumah Sakit Gigi dan Mulut Universitas Kristen Maranatha, Jl. Prof. drg. Soeria Soemantri No.65, Bandung 40164, Jawa Barat. Waktu penelitian dilakukan pada bulan November 2016 sampai dengan Maret 2017 .