

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN TERAPI INHALASI AROMATERAPI
LAVENDER UNTUK MENGATASI TINGKAT KELELAHAN
(FATIGUE) PADA PASIEN CKD (CRONIC KIDNEY DISEASE)
SAAT HEMODIALISIS DI RUANG HEMODIALISIS RUMAH SAKIT
ARI CANTI**

Ni Wayan Sri Wahyuni¹, Yustina Ni Putu Yusniawati²,

I Komang Widianara³

nw.sriwahyuni@gmail.com¹, yustina.itekes@gmail.com²,

antarawidi1987@gmail.com³

Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

ABSTRAK

Latar Belakang: Kejadian Gagal Ginjal Kronis masih banyak ditemukan dengan komplikasi yang masih sering dirasakan akibat proses hemodialisis yang lama menyebabkan kelelahan pada pasien yang semakin meningkat sehingga perlu upaya penurunan tingkat kelelahan pada pasien saat melakukan hemodialisis. **Tujuan:** Untuk melakukan analisis implementasi terapi inhalasi aromaterapi lavender pada pasien fatigue selama menjalani hemodialisis di ruang hemodialisis Rumah Sakit Ari Canti. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah studi kasus Pengukuran tingkat kelelahan dilakukan selama proses hemodialysis, terapi dilakukan selama 2 kali pertemuan yaitu pada hari rabu dan sabtu pada saat pasien melakukan Hemodialisis. Subjek dalam studi kasus dalam penelitian ini adalah pasien yang menjalankan hemodialisis dengan menggunakan AV Shunt dan dipilih secara acak. Dalam studi kasus ini menggunakan 2 pasein yang akan dijadikan pasien kelolaan. **Hasil:** Setelah dilakukan terapi inhalasi aromaterapi lavender pada 2 pasien yang dijadikan sebagai sampel tersebut didapatkan hasil pada pertemuan pertama pasien mengatakan merasa nyaman saat diberikan terapi inhalasi aromaterapi lavender, lalu pada pertemuan kedua pasien mengatakan kelelahannya sudah berkurang dan pada pertemuan ketiga pasien mengatakan sudah tidak merasakan kelelahan seperti pada pertemuan pertama dan pasien juga mengatakan sering melakukan terapi inhalasi aromaterapi lavender di rumahnya. Berdasarkan dari uraian tersebut, didapatkan bahwa terapi inhalasi aromaterapi lavender efektif untuk menurunkan tingkat kelelahan pada pasien yang menjalani hemodialisis. **Kesimpulan:** Melakukan terapi inhalasi aromaterapi lavender selama hemodialisis efektif mengurangi fatigue atau kelelahan pada pasien. Yang mana terapi inhalasi aromaterapi lavender selama hemodialisis dapat meningkatkan aliran darah pada otot dan memperbesar jumlah kapiler serta memperbesar luas permukaan kapiler sehingga aliran darah melalui jaringan meningkat.

Kata Kunci: CKD, *Fatigue*, Hemodialisis, Terapi Inhalasi Aromaterapi Lavender.

PENDAHULUAN

Gagal ginjal kronis (GGK) adalah kondisi kronis yang mengakibatkan hilangnya fungsi ginjal yang membutuhkan manajemen medis dan keperawatan yang kompleks.

Di Indonesia, sesuai dengan hasil Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mengungkapkan, prevalensi GGK sebesar 0,38% atau sebanyak 713.783 jiwa, angka prevalensi ini meningkat jika dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2013 dengan prevalensi sebesar 0,2% (Riskesdas, 2018).

Angka kejadian gagal ginjal kronis di Provinsi Bali berdasarkan prevalensi penyakit gagal ginjal kronis yaitu 0,44% atau 12.092 jiwa dari jumlah penduduk 4.225.384 jiwa (Depkes, 2018). Data di Rumah Sakit Ari Canti periode bulan Mei 2023 pasien CKD yang menjalani hemodialisis sebanyak 108 orang dengan rata-rata jumlah pasien cuci darah adalah masing-masing setiap pagi dan sore sebanyak 18 orang dengan jadwal cuci darah senin kamis, selasa jumat, dan rabu sabtu (Data RS Ari Canti, 2023).

Hemodialisis masih sebagai terapi utama dalam penanganan gangguan ginjal kronik, namun memiliki dampak bervariasi, diantaranya komplikasi intradialisis, efek hemodialisis kronik berupa *fatigue*. Pasien yang sudah lama menjalani hemodialisis memiliki kadar ureum dan kreatinin yang tinggi.

Fatigue memiliki prevalensi yang tinggi pada populasi pasien dialisis. Pada pasien yang menjalani hemodialisis dalam waktu lama, simptom *fatigue* dialami 82% sampai 90% pasien (Bicer et al., 2017). *Fatigue* adalah perasaan subyektif yang tidak menyenangkan berupakelelahan, kelemahan, dan penurunan energi dan merupakan keluhan utama pasien dengan dialisis (prevalensinya mencapai 60-97%). Di ruang hemodialysis Rumah Sakit Ari Canti setelah dilakukan pengkajian ditemukan rata-rata pasien mengalami kelelahan dan merasa lemas baik saat menjalani cuci darah ataupun sesudah dilakukan cuci darah.

Pengobatan komplementer dan alternatif CAM (*complementary and alternative medicine*) salah satunya adalah aromaterapi. Salah satu aromaterapi yang digunakan pada terapi komplementer untuk mengurangi kelelahan adalah aromaterapi minyak lavender (Ahmady et al., 2019). Minyak lavender dengan kandungan *linalool*-nya adalah salah satu minyak aromaterapi yang banyak digunakan saat ini, baik secara inhalasi (dihirup) ataupun dengan teknik pemijatan pada kulit (Cahyati, 2016). Lavender merupakan salah satu herbal yang digunakan dalam aromaterapi. Lavender termasuk dalam keluarga *lamiaceae* dengan nama ilmiah *lavandula angustifolia*. Aromaterapi lavender sebagai media relaksasi, menunjukkan bahwa minyak esensial dari bunga lavender dapat memberikan manfaat relaksasi (*carminative*), sedatif, mengurangi tingkat kecemasan, mampu memberikan kenyamanan dan relaksasi pada seseorang serta mampu memperbaiki mood seseorang. Selain itu, lavender tidak menyebabkan alergi atau toksik bagi kulit karena lavender bersifat antikonvulsan, antidepresi, *anxiolytic* dan bersifat menenangkan (Wibowo, 2020).

METODOLOGI

Desain penelitian yang digunakan adalah studi kasus Pengukuran tingkat kelelahan dilakukan selama proses hemodialysis, terapi dilakukan selama 2 kali pertemuan yaitu pada hari rabu dan sabtu pada saat pasien melakukan Hemodialisis. Subjek dalam studi kasus dalam penelitian ini adalah pasien yang menjalankan hemodialisis dengan menggunakan AV

Shunt dan dipilih secara acak. Dalam studi kasus ini menggunakan 2 pasien yang akan dijadikan pasien kelolaan.

HASIL

Setelah dilakukan terapi inhalasi aromaterapi lavender pada 2 pasien yang dijadikan sebagai sampel tersebut didapatkan hasil pada pertemuan pertama pasien mengatakan merasa nyaman saat diberikan terapi inhalasi aromaterapi lavender, lalu pada pertemuan kedua pasien mengatakan kelelahannya sudah berkurang dan pada pertemuan ketiga pasien mengatakan sudah tidak merasakan kelelahan seperti pada pertemuan pertama dan pasien juga mengatakan sering melakukan terapi inhalasi aromaterapi lavender di rumahnya. Berdasarkan dari uraian tersebut, didapatkan bahwa terapi inhalasi aromaterapi lavender efektif untuk menurunkan tingkat kelelahan pada pasien yang menjalani hemodialisis.

PEMBAHASAN

Aromaterapi yang digunakan melalui cara inhalasi atau dihirup akan masuk ke sistem limbik dimana nantinya akan diproses sehingga bau minyak esensial dapat tercium. Hipocampus bertanggung jawab sebagai tempat dimana bahan kimia pada aromaterapi merangsang gudang-gudang penyimpanan memori otak terhadap pengenalan bau. Penerapan aromaterapi secara inhalasi akan memperoleh dua efek penyembuhan sekaligus, yaitu penyembuhan secara psikis melalui sistem limbik dan penyembuhan keluhan fisik melalui endokrin dan sistem saraf (Ahmady et al., 2019). Setelah dilakukan implementasi terapi inhalasi aromaterapi lavender pada pasien selama 1x5 jam pertemuan saat pasien melakukan hemodialisis yaitu setiap hari rabu dan sabtu, yang mana pasien diberikan latihan diatas tempat tidur selama 15 menit. Dengan cara ambil 1-5 tetes minyak esensial lavender, teteskan pada tissue atau kapas, kemudian hirup selama 5-15menit. Setelah dilakukan terapi inhalasi aromaterapi lavender tersebut didapatkan hasil pada pertemuan pertama pasien mengatakan merasa nyaman saat diberikan terapi inhalasi aromaterapi lavender, lalu pada pertemuan kedua pasien mengatakan kelelahannya sudah berkurang dan mengatakan sudah tidak merasakan kelelahan seperti pada pertemuan pertama dan pasien juga mengatakan sering melakukan terapi inhalasi aromaterapi lavender di rumahnya. Berdasarkan dari uraian tersebut, didapatkan bahwa terapi inhalasi aromaterapi lavender efektif untuk menurunkan tingkat kelelahan pada pasien yang menjalani hemodialisis.

Implementasi ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Baglama, et al (2019), yang berjudul "*The Effect of Aromatherapy on Fatigue and Anxiety in Patients Undergoing Hemodialysis Treatment*" yang mana jurnal ini mendeskripsikan hasil Skor rata-rata kelelahan dan kecemasan menurun secara signifikan setelah aromaterapi dan juga tingkat kelelahan dan kecemasan menurun. Aromaterapi lavender dapat diterapkan sebagai intervensi keperawatan yang efektif untuk mengurangi kelelahan dan kecemasan pasien gagal ginjal kronik dan menjalani perawatan hemodialisis.

Jurnal kedua yang sejalan dengan implementasi ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Yulanda (2020) yang berjudul "*The Effect of Intradialysis Exercise and Aromatherapy Lavender to Scores Fatigue Patient Hemodialysis in RSU Yarsi Pontianak*" yang mana jurnal ini mendeskripsikan hasil Minyak esensial lavender berperan dalam menurunkan tingkat kelelahan, selain itu dengan kandunga *linalool* nya dapat berperan pada efek relaksasi (Dewi, 2013).

Menghirup minyak esensial dapat meredakan gejala pernafasan, sedangkan aplikasi local minyak yang diencerkan dapat membantu kondisi tertentu. Pijat di kombinasikan

dengan minyak esensial memberikan relaksasi, serta bantuan dari rasa nyeri, kekuatan otot dan kejang. Beberapa minyak esensial yang diterapkan pada kulit dapat menjadi anti mikroba, antiseptik, anti jamur, atau anti inflamasi (Hongratanaworakit, 2014).

Selama melakukan implementasi terapi inhalasi aromaterapi lavender kepada pasien, penulis tidak menemukan hambatan yang signifikan, karena saat dilakukan implementasi pasien sangat kooperatif sehingga mudah untuk penulis mendemonstrasikan sampai pada akhirnya dapat menerapkan terapi inhalasi aromaterapi lavender tersebut kepada pasien, dan pasien pun mencoba terapi inhalasi aromaterapi lavender tersebut di rumah.

KESIMPULAN

1. Dua pasien kelolaan yaitu Tn. R dan Tn. D yang telah menjalani terapi hemodialisis 7 tahun dan 11 tahun lalu. Keluhan utama saat pengkajian adalah pasien mengatakan merasa merasa lesu dan merasa tidak memiliki tenaga pada saat menjalani cuci darah berjam-jam.
2. Berdasarkan pengkajian yang dilakukan didapatkan dua diagnosa keperawatan yaitu kelebihan volume cairan dan kelelahan, dengan memfokuskan pada masalah keperawatan kelelahan yang mana untuk diagnosa keperawatan kelebihan volume cairan sudah diatasi dengan melakukan terapi hemodialisis.
3. Intervensi yang diberikan pada karya ilmiah ini disesuaikan dengan panduan SDKI, SIKI dan SLKI.
4. Implementasi yang diberikan yaitu difokuskan pada intervensi pemberian terapi inhalasi aromaterapi lavender pada pasien untuk menurunkan tingkat kelelahan.
5. Melakukan terapi inhalasi aromaterapi lavender selama hemodialisis efektif mengurangi *fatigue* atau kelelahan pada pasien. Yang mana terapi inhalasi aromaterapi lavender selama hemodialisis dapat meningkatkan aliran darah pada otot dan memperbesar jumlah kapiler serta memperbesar luas permukaan kapiler sehingga aliran darah melalui jaringan meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmady, Sharare., Mansour Rezaei., & Alireza Khatony. (2019). Comparing effects of aromatherapy with lavender essential oil and orange essential oil on fatigue of hemodialysis patients: A randomized trial. Elseiver, 36, 64-68. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.05.005>
- Baglama. 2021. The Effect of Aromatherapy on Fatigue and Anxiety in Patient Undergoing Hemodialysis Treatment.
- Bicer, E.K. et al. (2017). Evaluation of the risk factors for acute occupational hand injuries. *Chirurgie de la main*, 30 (5), pp.340-344. Available at: <http://dx.doi.org/10.1016/j.main.2011.04.003>
- Dewi, VNL. 2013. Asuhan Neonatus Bayi Dan Anak Balita. Jakarta: Salemba Medika
- Hutagaol EV.(2017). Peningkatan Kualitas Hidup pada Penderita Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Terapi Hemodialisis Melalui Psychological Intervention Di Unit Hemodialisis Rumah Sakit Royal Prima Medan Tahun 2016. *Jurnal Jumantik*, 2(1).
- Kemenkes RI. 2018. Balitbangkes : Hasil Utama RISKESDAS 2018. Diakses tanggal 06 Oktober 2019. Tersedia pada www.depkes.go.id
- Mafuri, Dewi.(2021). Inhalasi aromaterapi lavender terhadap komplikasi hemodialysis pada pasien gagal ginjal kronis. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1).
- Maesaroh, A. W. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Fatigue Pada Pasien Hemodialisis. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 111-118.

- Smeltzer, S. C. and Bare, B. G. 2015. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth. Edisi 8 Volume 2. Alih Bahasa H. Y. Kuncara, Monica Ester, Yasmin Asih, Jakarta: EGC.
- Yulanda, Herman, Wibowo. 2022. Pengaruh Latihan Fisik Intradialisis Dan Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Skor Fatigue Pasien Yang Menjalani Hemodialisis Di Rsu Yarsi Pontianak.