

Pengaruh pemberian aromaterapi terhadap kualitas tidur pada pasien kanker

Raddhesta Debby Ilma Nafia¹, Sri Setiyarini², Christantie Effendy³

¹Mahasiswa Program Studi Magister Keperawatan Universitas Gadjah Mada,

²Departemen Keperawatan Dasar dan Emergensi Universitas Gadjah Mada,

³Departemen Keperawatan Medikal Bedah, Universitas Gadjah Mada

INTISARI

Latar Belakang: Dampak yang ditimbulkan penyakit kanker dan pengobatannya dapat mempengaruhi kualitas tidur pasien kanker. Kualitas tidur yang buruk akan berdampak pada kualitas hidup pasien kanker. Aromaterapi merupakan salah satu dari *Complementary Alternative Medicine* (CAM) yang dapat meningkatkan kualitas tidur. Penelitian tentang pemberian aromaterapi pada pasien kanker belum banyak dilakukan di Indonesia.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi terhadap kualitas tidur pada pasien kanker.

Metode: Penelitian dilakukan Agustus-Oktober 2018 di salah satu rumah sakit rujukan di salah satu kota di Indonesia. Penelitian intervensi dengan desain *pre-post test with control group*, melibatkan 78 responden (39 kelompok intervensi dan 39 kelompok kontrol). Aromaterapi diberikan 1x sehari selama 3 malam, kelompok kontrol menerima perawatan standar ditambah relaksasi nafas dalam dan berdoa. Pengukuran outcome menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Uji hipotesis menggunakan uji *Mann Whitney*.

Hasil: Karakteristik responden kedua kelompok homogen ($p > 0,05$). Pemberian aromaterapi berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), $z = 6,14$ besar efek 0,69 (efek besar $> 0,5$). Sebanyak 28 responden pada kelompok intervensi, mengalami peningkatan kualitas tidur secara bermakna. Peningkatan kualitas tidur yang tidak bermakna terjadi pada kelompok kontrol, sebanyak 32 responden (bermakna jika penurunan skor PSQI ≥ 3 dan tidak bermakna jika < 3)

Kesimpulan: Pemberian aromaterapi berpengaruh besar terhadap peningkatan kualitas tidur pasien kanker

Kata kunci: pasien kanker, aromaterapi, kualitas tidur, Indonesia

The effect of aromatherapy on cancer patient's sleep quality

Raddhesta Debby Ilma Nafia¹, Sri Setiyarini², Christantie Effendy³

¹Student of Nursing Master's degree program of Universitas Gadjah Mada,

²Department of Basic Nursing and Emergency of Universitas Gadjah Mada,

³Department of Medical Surgical Nursing of Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

Background: The impact of cancer and its treatment may affect sleep quality of the patients. Poor sleep quality affect the overall quality of life. Aromatherapy is one of Complementary and Alternatif Medicine (CAM) that may improve sleep quality. The effect of aromatherapy and its benefit for cancer patients has not been well understood.

Objective: This study aimed to investigate the effect of aromatherapy on sleep quality among cancer patients.

Method: The research was conducted from Agustus-Oktober 2018 at one of referral hospitals in a city in Indonesia. It was a quasy experimental study pre-test and post-test with control group, involving 78 respondents devided into two group (39 intervention groups and 39 control group). Aromatherapy was given every night for 3 nights, while control group received standard care. Outcome measurements using Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Hypothesis test using Mann Whitney.

Results: The characteristic of respondents of both groups were homogeneous ($p > 0,05$). Aromatherapy had an effect to improve sleep quality with a value $p = 0,001$ ($p < 0,05$), $z = -6,14$, and the effect size = 0,69 (large effect if $> 0,5$). Twenty eight respondents in the intervention group experienced a significant improvement in sleep quality. There was no significant increase in sleep quality score among 32 respondents in control group (significant if the PSQI score decreased ≥ 3 and were not significant if < 3).

Conclusion: Aromatherapy is suggested to have a large effect in improving sleep quality of patients with cancer.

Keywords: aromatherapy, sleep quality, cancer, Indonesia