



VANILLA AROMATHERAPY REED DIFFUSER ON ANXIETY LEVEL IN FIXING MEASURES TEETH OF ADOLESCENT PATIENTS IN THE PANDEMI TIME COVID-19

Laela Meilasari¹, Culia Rahayu²

^{1,2}Jurusan Kesehatan Gigi, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
E-mail: meilalala2000@gmail.com

Received: 30 March 2023

Revised: 03 April 2023

Accepted: 05 April 2023

Available Online: 30 June 2023

ABSTRACT

Key word:

Relaxation
Reed Diffuser
Vanilla Aromatherapy
Anxiety Level
Adolescent

***Corresponding Author:**

Laela Meilasari,
Jurusan Kesehatan Gigi
Poltekkes Kemenkes
Tasikmalaya,
Meilalala2000@gmail.com

Background: Adolescent patients in terms of age are known to have the highest average level of anxiety among early, middle and late adults in dental treatment, especially for those who are doing dental treatment for the first time, especially in dental fillings. There are various ways to treat anxiety, one of which is by using relaxation therapy, namely using vanilla aromatherapy. Objective: To analyze the effect reed diffuser on the anxiety level of adolescent patients in dental fillings during the Covid-19 at the dental clinic of Jatibening Village, Bekasi City. Methods: research Quasy experimental design with non-randomizer control group pretest and posttest design. This type of research is accidental sampling and the analytical test used is the Wilcoxon because the results of normality test are not normally distributed in 120 adolescent patients with 60 experimental and control groups each. anxiety measuring instrument Face Image Scale Results: Most of the adolescent research respondents had a high level of anxiety in the category of very anxious as many as 44 people (36.7%). The results of the study that the level of anxiety in the experimental group which was categorized as very anxious from 29 people (48.3%) experienced a very significant decrease to 0 (0%). The results of the statistical test showed a p-value of $0.00 < 0.05$, so it can be concluded that there is an effect reed diffuser on the anxiety level of adolescent patients in dental fillings during the Covid-19 at the dental clinic of Jatibening Village, Bekasi City.

ABSTRAK

Kata kunci:

Relaksasi
Reed Diffuser

Latar Belakang: Pasien remaja dilihat dari segi usia diketahui memiliki tingkat kecemasan rata-rata paling tinggi diantara usia dewasa awal, tengah dan akhir dalam perawatan gigi terlebih untuk yang

Aromaterapi Vanila Tingkat Kecemasan Remaja	pertamakali melakukan perawatan gigi khususnya dalam tindakan penambalan gigi. Terapi kecemasan ada bermacam-macam cara, salah satunya dengan menggunakan terapi relaksasi yaitu menggunakan aromaterapi vanila. Tujuan: untuk menganalisis pengaruh <i>reed diffuser</i> aromaterapi vanila terhadap tingkat kecemasan pasien remaja dalam tindakan penambalan gigi pada masa pandemi <i>Covid-19</i> di klinik gigi Kelurahan Jatibening Kota Bekasi. Metode: Desain penelitian <i>quasy eksperimental</i> dengan rancangan <i>non randomized control group pretest and posttest</i> . Jenis penelitian ini adalah <i>accidental sampling</i> dan uji analisis yang digunakan adalah Uji <i>Wilcoxon</i> karena hasil uji normalitas berdistribusi tidak normal pada 120 orang pasien remaja dengan kelompok eksperimen dan kontrol masing-masing sebanyak 60 orang. Tingkat kecemasan diukur menggunakan alat ukur kecemasan <i>Face Image Scale</i> . Hasil: Sebagian besar responden penelitian usia remaja memiliki tingkat kecemasan dengan kategori sangat cemas sebanyak 44 orang (36,7%). Hasil penelitian tingkat kecemasan pada kelompok eksperimen yang berkategori sangat cemas dari 29 orang (48,3%) mengalami penurunan yang sangat signifikan menjadi 0 (0%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai <i>p-value</i> $0,00 < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh <i>reed diffuser</i> aromaterapi vanila terhadap tingkat kecemasan pasien remaja dalam tindakan penambalan gigi pada masa pandemi <i>Covid-19</i> di klinik gigi Kelurahan Jatibening Kota Bekasi.
---	--

PENDAHULUAN

Coronavirus Disease 2019 atau disebut juga *Covid-19* saat ini menjadi pandemi hampir di seluruh negara di dunia. Wabah pandemi ini memiliki dampak negatif pada kesehatan fisik dan psikologis individu dan masyarakat (Vibriyanti, 2020). Provinsi Jawa Barat menduduki peringkat ke-3 tertinggi di Indonesia untuk kasus *Covid-19* khususnya varian *Omicron*. Kota Bekasi merupakan salah satu kota di provinsi Jawa Barat, yang juga berdasarkan letak teritorial sangat dekat dengan DKI Jakarta dan merupakan provinsi dengan penderita *Covid-19* paling banyak urutan pertama di Indonesia.

Pemberitaan yang mendadak dan hampir terus menerus mengenai pandemi akan membuat siapa pun menjadi cemas. Menilai tingkat bahaya akan *Covid-19* dan terus meningkatnya jumlah warga yang terpapar virus *Covid-19* ini melalui penyeleksian informasi yang diterima dan kebijakan menjadi kunci mengelola kecemasan. Informasi dan kebijakan dapat mempengaruhi penilaian seseorang terhadap ancaman (*Covid-19*) khususnya varian *Omicron* dan kemudian mempengaruhi respons kecemasan (Vibriyanti, 2020). Menurut data Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia sebanyak

69% masyarakat Indonesia dari 34 provinsi di Indonesia mengalami gangguan psikologis selama pandemi *Covid-19 varian Omicron* dan 67% diantaranya mengalami cemas.

Kecemasan ialah suatu keadaan psikologis seseorang yang penuh dengan rasa takut dan khawatir, yaitu perasaan takut dan khawatir akan sesuatu hal yang belum pasti akan terjadi. Kecemasan berasal dari bahasa Latin (*anxius*) dan dari bahasa Jerman (*anst*), yaitu suatu kata yang digunakan untuk menjelaskan efek kurang baik dan rangsangan fisiologis (Muyasaroh, dkk., 2020).

Menurut Sumitra, dkk., (2019) kecemasan merupakan ketegangan, rasa tidak aman, dan kekhawatiran yang timbul karena seseorang merasa akan terjadisesuatu yang tidak menyenangkan, tetapi sebagian besar sumber penyebab tidak diketahui dan manifestasi kecemasan dapat melibatkan somatik dan psikologis. Kegiatan yang menimbulkan kecemasan salah satunya yaitu tindakan pengobatan kedokteran gigi atau dikenal dengan istilah kecemasan dental.

Kecemasan dental merupakan respon kecemasan yang hampir identik dengan respon rasa takut, yang keduanya memiliki fisiologis, kognitif serta komponen perilaku. Kecemasan dental sendiri merupakan salah satu hal yang harus diperhatikan karena tidak hanya akan menyebabkan stres kepada pasien melainkan juga hambatan pada dokter gigi saat akan melakukan perawatan akan sukar dilakukan (Mathius, dkk., 2019). Kecemasan juga berkaitan dengan pengalaman yang pernah pasien rasakan pada perawatan gigi sebelumnya, sehingga pasien cemas apabila perawatan berikutnya akan lebih menyakitkan. Kecemasan merupakan keadaan yang sangat sering dirasakan oleh beberapa pasien yang akan melakukan prosedur dalam perawatan gigi (Bachri, dkk., 2017).

Faktor perawatan gigi spesifik telah ditetapkan sebagai penyebab langsung dari kecemasan dental, dua hal yang paling berperan membangkitkan kecemasan yaitu adanya injeksi dan bor. Faktor-faktor lain juga memainkan peranan seperti takut kritik oleh dokter gigi, sikap dokter gigi dan cara dan lingkungan kedokteran. Masyarakat pada umumnya cenderung memberi kesan bahwa praktek dokter gigi memiliki suasana dan peralatan yang menyeramkan (kursi gigi, alat diagnostik, tang cabut dan bor), dan terlebih lagi berhubungan dengan rasa nyeri. Ketakutan akan prosedur perawatan gigi khususnya penambalan gigi menyebabkan pasien menjadi cemas sehingga mempengaruhi kunjungan rutin pasien untuk berobat ke dokter gigi. Kecemasan dalam praktek dokter gigi merupakan halangan yang sering mempengaruhi perilaku pasien dalam perawatan gigi. Banyak pasien yang menjadi cemas sebelum dan sesudah penambalan gigi (Prasetyo & Priyo, 2005 *Cit.* Iskandar 2015).

Kecemasan dapat diukur menggunakan pengukuran berdasarkan pada ekspresi yang ditunjukkan oleh pasien dengan sistem skoring 1-5 sesuai ekspresi wajah mulai dari

sangat senang sampai tidak senang. Kuesioner ini memiliki sifat psikometrik yang wajar, tidak banyak memerlukan instrument dan dapat diaplikasikan pada praktik gigi sehari-hari sebagai bantuan klinis dan skrining untuk melihat adanya kecemasan dental pada pasien (Hutami, 2020).

Menurut Bachri, dkk (2017) dalam tindakan perawatan gigi, dilihat dari segi usia diketahui bahwa pasien usia remaja memiliki tingkat kecemasan rata-rata paling tinggi diantara usia dewasa awal, dewasa tengah dan lansia. Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini dimulai sekitar pada usia 12 tahun dan berakhir pada usia 18 sampai 21 tahun. Remaja ialah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa, fase remaja tersebut mencerminkan cara berfikir remaja masih dalam koridor berpikir konkret, kondisi ini disebabkan pada masa ini terjadi suatu proses pendewasaan pada diri remaja sehingga masih banyak kecemasan yang dirasakan remaja khususnya dalam melakukan perawatan gigi terlebih di masa pandemi *COVID-19* varian *Omicron*. Maka dapat diketahui bahwa semakin bertambah usia pasien, maka semakin rendah tingkat kecemasannya (King, 2012).

Kecemasan dapat diatasi dengan 2 metode, metode yang dapat digunakan yaitu farmakologi dan non farmakologi. Cara non farmakologi untuk menurunkan kecemasan salah satunya adalah melalui pemberian aromaterapi (Syukrini, 2016). Aromaterapi merupakan suatu metode pengobatan alternatif berupa media bau-bauan yang berasal dari bahan tanaman mudah menguap (Yoshiko dan Yosef, 2016). Aromaterapi bekerja melalui minyak essensial yang masuk ke hidung dan berinteraksi dengan sel reseptor yaitu saraf kranial 1 (*Olfaktorius*) pada membran mukosa penciuman dalam hidung. Reseptor ini yang tugasnya mengidentifikasi bau dan menyampaikan pesan dari penciuman melalui saraf kranial ke sistem limbik otak yang mengakibatkan pelepasan hormon adrenalin dan kortisol yang berfungsi merileksasikan. Aromaterapi dapat memberikan dampak yang baik bagi pasien seperti efek relaksasi serta menenangkan, menurunkan kecemasan, depresi dan kelelahan, meningkatkan kekebalan tubuh, peredaran darah sehingga dapat digunakan sebagai terapi bagi orang yang mengalami gejala kecemasan. Penggunaan aromaterapi ada beberapa cara, salah satunya adalah difusi. Difusi merupakan metode dengan melalui udara yang berisi uap dari minyak essensial. Cara terbaru yang sedang tenar akhir-akhir ini adalah dengan menggunakan *reed diffuser* yaitu dengan menyebarkan aroma dengan cara menyerap cairan aromaterapi ke batang rotan (*reed*) lalu kemudian aromanya disebarkan ke seluruh ruangan.

Beberapa penelitian menunjukan bahwa dengan menghirup aromaterapi mampu menurunkan tingkat kecemasan seseorang. Aroma wangi seperti lavender, chamomile dan vanilla memiliki efek menenangkan (Nikmatul, 2015). Minyak atsiri vanilla mengandung vanilin berfungsi dalam menurunkan ketegangan saraf (Shoeb, 2013).

Minyak esensial vanila juga mengandung *planifolia fruit* yang menimbulkan efek menenangkan (Cahyasari, 2015). Aromaterapi vanila juga membawa unsur aromatik yang akan merangsang memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks saat dihirup (Azzahrah, 2021).

Hasil penelitian Azzahrah (2021) menunjukkan bahwa aromaterapi vanila berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah yang dalam hal ini tekanan darah juga merupakan indikator kecemasan. Hasil penelitian Azzahrah (2021) menunjukkan bahwa rata-rata *sistole* sebelum diberi aromaterapi vanilla adalah 140 dan setelah diberi aromaterapi vanila menurun menjadi 130,9, sedangkan *diastole* dari 90,95 menjadi 80,39.

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh *reed diffuser* aromaterapi vanila terhadap tingkat kecemasan dalam tindakan penambalan gigi pada pasien remaja di masa pandemi *Covid-19* di Klinik Gigi Kelurahan Jatibening Kota Bekasi.

METODE

Desain penelitian *quasy eksperimental* dengan rancangan *non randomized control group pretest and posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien remaja di Klinik Gigi Kelurahan Jatibening Kota Bekasi 1 tahun periode berjumlah 150 orang, sampel sebanyak 120 orang pasien remaja dengan kelompok eksperimen dan kontrol masing-masing sebanyak 60 orang dengan teknik *accidental sampling*. Tingkat kecemasan diukur menggunakan alat ukur kecemasan *Face Image Scale*. Uji statistik menggunakan uji *uji Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah (Σn)	Persentase (%)
1	Laki-laki	48	40
2	Perempuan	72	60
Total		120	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden penelitian berjenis kelamin laki-laki yaitu 48 orang (40%). Jumlah responden perempuan lebih banyak dibanding jumlah responden laki-laki yaitu 72 orang (60%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi berdasarkan Tingkat Pendidikan

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah (Σn)	Persentase (%)
1	SMP	50	41,7
2	SMA	57	47,5
3	S1	13	10,8
Total		120	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden penelitian terdapat 3 kelompok tingkat pendidikan dengan hasil terbanyak yaitu dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 57 orang (47,5%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi berdasarkan Umur

No	Umur (tahun)	Jumlah (Σn)	Persentase (%)
1	13-15	49	40,8
2	16-18	41	34,2
3	19-21	30	25,0
Total		120	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden penelitian terdapat 3 kelompok rentang umur dengan hasil terbanyak yaitu rentang umur 13-15 tahun sebanyak 49 orang (40,8%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden Kelompok Kontrol berdasarkan Hasil *Pre-Test*

No	Tingkat Kecemasan	Jumlah (Σn)	Persentase (%)
1	Sangat tidak cemas	3	5,0
2	Tidak cemas	8	13,3
3	Netral	14	23,3
4	Cemas	20	33,3
5	Sangat Cemas	15	25,0
Total		60	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden kelompok kontrol berdasarkan hasil *pre-test* tingkat kecemasan terdapat 5 kategori dengan hasil terbanyak yaitu kategori cemas sebanyak 20 orang (33,3%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden Kelompok Kontrol berdasarkan Hasil *Post-Test*

No	Tingkat Kecemasan	Jumlah (Σn)	Persentase (%)
1	Sangat tidak cemas	4	6,7
2	Tidak cemas	8	13,3
3	Netral	15	25,0
4	Cemas	23	38,3
5	Sangat Cemas	10	16,7
Total		60	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden kelompok kontrol berdasarkan hasil *post-test* tingkat kecemasan terdapat 5 kategori dengan hasil terbanyak yaitu kategori cemas sebanyak 23 orang (38,3%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden Kelompok Eksperimen berdasarkan Hasil *Pre-Test*

No	Tingkat Kecemasan	Jumlah (Σn)	Persentase (%)
1	Sangat tidak cemas	0	0
2	Tidak cemas	9	15,0
3	Netral	9	15,0
4	Cemas	13	21,7
5	Sangat Cemas	29	48,3
Total		60	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden kelompok eksperimen berdasarkan hasil *pre-test* tingkat kecemasan terdapat 5 kategori dengan hasil terbanyak yaitu kategori sangat cemas sebanyak 29 orang (48,3%).

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Responden Kelompok Eksperimen berdasarkan Hasil *Post-Test*

No	Tingkat Kecemasan	Jumlah (Σn)	Persentase (%)
1	Sangat tidak cemas	40	66,7
2	Tidak cemas	18	30,0
3	Netral	2	3,3
4	Cemas	0	0
5	Sangat Cemas	0	0
Total		60	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden kelompok eksperimen berdasarkan hasil *post-test* tingkat kecemasan terdapat 5 kategori dengan hasil terbanyak yaitu kategori sangat tidak cemas sebanyak 40 orang (66,7%).

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Rata-rata Tingkat Kecemasan Responden Kelompok Kontrol

	N	Range	Min	Max	Mean	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std.
<i>Pre-Test</i>	60	4	1	5	3,60	1,153
Kelompok Kontrol						
<i>Post-Test</i>	60	4	1	5	3,45	1,126
Kelompok Kontrol						

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil distribusi frekuensi rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pada remaja kelompok kontrol terjadi penurunan yang tidak signifikan dari 3,60 (cemas) menjadi 3,45 (netral) dengan selisih rata-rata 0,15.

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Rata-rata Tingkat Kecemasan Responden Kelompok Eksperimen

	N	Range	Min	Max	Mean	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std.
<i>Pre-Test</i>	60	3	2	5	4,03	1,119
Kelompok Eksperimen						
<i>Post-Test</i>	60	2	1	3	1,37	0,551
Kelompok Eksperimen						

Tabel di atas menunjukkan hasil distribusi frekuensi rata-rata tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pada remaja kelompok eksperimen terjadi penurunan yang sangat signifikan dari 4,03 (cemas) menjadi 1,37 (sangat tidak cemas) dengan selisih rata-rata sebesar 2,66.

Tabel 10. Selisih Uji Statistik *Wilcoxon* Tingkat Kecemasan Responden Kelompok Kontrol berdasarkan *Pre-test* dan *Post-Test*

Sikap	Penggunaan APD						Jumlah	
	Patuh		Kurang Patuh		Tidak Patuh			
	n	%	N	%	n	%	n	%
Positif	23	82,1	5	17,9	0	0	28	100
Netral	0	0	2	66,7	1	33,3	3	100
Negatif	0	0	0	0	1	100	1	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa selisih uji statistik *Wilcoxon pre-test* dan *post-test* pada responden kelompok kontrol untuk hasil *negative ranks* atau selisih negatif N=9 yang artinya terdapat penurunan tingkat kecemasan sejumlah 9 orang responden dengan nilai *mean ranks* atau rata-rata penurunan tingkat kecemasan 5,00 dan *sum of ranks* atau ranking negatif 45,00. Hasil *positive ranks* atau selisih positif N=0 yang artinya tidak terdapat peningkatan tingkat kecemasan dengan nilai *mean ranks* atau rata-rata peningkatan tingkat kecemasan dan *sum of ranks* atau ranking positif 0,00. Hasil *ties* atau kesamaan nilai *pre-test* dan *post-test* 51 yang artinya terdapat 51 responden yang memiliki nilai *pre-test* dan *post-test* yang sama.

Tabel 11. Hasil Uji Statistik *Wilcoxon* Tingkat Kecemasan Kelompok Kontrol berdasarkan *Pre-test* dan *Post-test*

Hasil Uji Statistika	Kelompok Kontrol
Z	-3,000
Sig. (2-tailed)	0,03
Artinya	Terdapat Pengaruh

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan menggunakan *Wilcoxon* diperoleh *p-value* 0,003 sig. (2-tailed) < 0,05 yang berarti H1 diterima, sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh tingkat kecemasan pada kelompok tanpa diberi perlakuan *reed diffuser* aromaterapi vanila.

Tabel 12. Selisih Uji Statistik Wilcoxon Tingkat Kecemasan Responden Kelompok Eksperimen berdasarkan Pre-test dan Post-Test

	<i>N</i>	<i>Mean Ranks</i>	<i>Sum of Ranks</i>
	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>	<i>Statistic</i>
<i>Negative ranks</i>	60	30,50	1830,00
<i>Positive ranks</i>	0	0,00	0,00
<i>Ties</i>	0		
<i>Total</i>	60		

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil uji statistik Wilcoxon pre-test dan post-test pada responden kelompok eksperimen untuk hasil *negative ranks* atau selisih negatif N=60 yang artinya terdapat penurunan tingkat kecemasan terhadap seluruh responden dengan nilai *mean ranks* atau rata-rata penurunan tingkat kecemasan 30,50 dan *sum of ranks* atau ranking negatif 1830,00. Hasil *positive ranks* atau selisih positif N=0 yang artinya tidak terdapat peningkatan tingkat kecemasan dengan nilai *mean ranks* atau rata-rata peningkatan tingkat kecemasan dan *sum of ranks* atau ranking positif 0,00. Hasil Ties atau kesamaan nilai pre-test dan post-test 0 yang artinya tidak ada responden yang memiliki nilai pre-test dan post-test yang sama.

Tabel 13. Hasil Uji Statistik Wilcoxon Tingkat Kecemasan Kelompok Eksperimen berdasarkan Pre-test dan Post-test

Hasil Uji Statistika	Kelompok Eksperimen
<i>Z</i>	-6,801
<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,00
<i>Artinya</i>	Terdapat Pengaruh

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan menggunakan Wilcoxon diperoleh *p-value* 0,00 sig. (2-tailed) < 0,05 yang berarti H1 diterima, sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh tingkat kecemasan pada kelompok yang diberi perlakuan *reed diffuser* aromaterapi vanila.

B. Pembahasan

Sampel penelitian berdasarkan jenis kelamin responden remaja terlihat perempuan sebanyak 72 orang (60%) lebih banyak dari laki-laki sebanyak 48 orang (40%). Berdasarkan tingkat pendidikan responden remaja terlihat terbanyak adalah tingkat pendidikan SMA sebanyak 57 orang (47,5%), SMP

sebanyak 50 orang (41,7%) dan yang terendah adalah S1 sebanyak 13 orang (10,8%). Berdasarkan umur responden remaja terlihat kelompok remaja terbanayak adalah remaja awal dengan rentang umur 13-15 tahun sebanyak 49 orang (40,8%), kelompok remaja tengah dengan rentang usia 16-18 tahun sebanyak 41 orang (34,2%), dan remaja akhir dengan rentang umur 19-21 tahun sebanyak 30 orang (25,0%) artinya rentang umur pada sampel pasien remaja adalah 13-21 tahun.

Remaja usia tersebut adalah periode perubahan atau transisi menuju ke dewasa dimana masih banyak kecemasan-kecemasan dan kekhawatiran yang dirasakan oleh remaja terutama komentar orang lain seperti dokter gigi, perawat gigi dan teman sebayanya. Remaja mulai mendekati terbentuknya kebiasaan untuk dapat mengatasi rasa takut terhadap penambalan atau perawatan gigi karena dokter gigi, dapat menggunakan alasan dan menerangkan mengenai apa yang akan dilakukan dan remaja juga belajar toleransi terhadap situasi yang tidak enak dan mempunyai keinginan untuk menjadi patuh (Sariningsih, 2012). Tingkat kecemasan tindakan penambalan gigi pasien remaja pada penelitian ini menggunakan lembar observasi *Face Image Scale (FIS)* dimana skala kecemasan ini memiliki rentang 1-5 yang dapat diobservasi secara sederhana mengenai tingkat kecemasan mulai dari sangat tidak cemas sampai sangat cemas (Buchanan & Niven, 2002 *Cit.* Lubis, dkk., 2021).

Kecemasan saat dilakukan penambalan gigi pada remaja yang telah dilakukan pengambilan data dibagi menjadi 5 kategori yaitu sangat tidak cemas, tidak cemas, netral, cemas dan sangat cemas. Distribusi frekuensi tingkat kecemasan responden kelompok kontrol berdasarkan hasil *pre-test* didapatkan hasil terbanyak yaitu kategori cemas sebanyak 20 orang (33,3%) dan distribusi frekuensi tingkat kecemasan responden kelompok eksperimen berdasarkan hasil *pre-test* didapatkan hasil terbanyak yaitu kategori sangat cemas sebanyak 29 orang (48,3%). Rasa cemas tersebut telah diteliti, kemungkinan factor penyebab rasa cemas adalah takutnya remaja akan hal yang belum diketahuinya, seperti ketakutan akan rasa sakit, ketakutan akan komentar dari dokter gigi dan perawat gigi serta ketakutan akan tindakan perawatan penambalan gigi dan suara alat gigi seperti *handpiece bor* dan *suction* (Sariningsih, 2012). Ketakutan itu dikarenakan keseluruhan pasien remaja klinik gigi Upright Dental dan Griya Denta Kelurahan Jatibening Kota Bekasi yang menjadi responden dalam penelitian ini belum pernah dilakukan perawatan gigi sebelumnya sehingga mempengaruhi kecemasan remaja saat dilakukan penambalan gigi untuk

yang pertama kalinya. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Domer, dkk., (1980) dalam Iskandar (2015) yang menyatakan bahwa pasien merasa cemas ketika akan berkunjung ke dokter gigi terutama untuk pasien yang baru pertama kali berkunjung ke dokter gigi. Penyebab lainnya disebabkan karena rasa khawatir lubang yang ditambal perlu di lakukan perawatan saluran akar yang mana harus berkali-kali datang dan berdasarkan pengalaman orang lain atau teman sebayanya mengungkapkan bahwa perawatan saluran akar itu rasanya sangat sakit apalagi jika baru kunjungan awal-awal. Kekhawatiran akan pandemi *Covid-19* juga menjadi salah satu penyebab kenaikan tingkat kecemasan pasien remaja. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi tingkat kecemasan pasien remaja pada saat dilakukan pemeriksaan gigi perlu adanya metode-metode tertentu.

Metode yang dapat digunakan yaitu non farmakologi untuk menurunkan kecemasan salah satunya adalah melalui pemberian aromaterapi (Syukrini, 2016). Aromaterapi merupakan suatu metode pengobatan alternatif berupa media bau-bauan yang berasal dari bahan tanaman mudah menguap (Yoshiko dan Yosef, 2016). Aromaterapi yang digunakan dalam penelitian ini adalah aromaterapi vanila yang disalurkan melalui media batang *reed*/rotan dengan metode difusi yang diberikan pada saat tindakan penambalan gigi pada pasien remaja kelompok eksperimen.

Hasil penelitian memperlihatkan adanya perubahan tingkat kecemasan pasien remaja sebelum dan sesudah dilakukan penambalan gigi baik pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Hasil observasi tingkat kecemasan pada pasien remaja sebelum dan sesudah diperiksa gigi tanpa diberi perlakuan *reed diffuser* aromaterapi vanila yang memiliki kategori sangat tidak cemas dari 3 orang (5,0%) menjadi 4 orang (6,7%), memiliki kategori tidak cemas sebelum dan sesudah diberi perlakuan masing-masing 8 orang (13,3%), kategori cemas dari 20 orang (33,3%) menjadi 23 orang (38,3%) peningkatan tingkat kecemasan ini disebabkan karena responden yang memiliki kategori sangat cemas dari 15 orang (25,0%) mengalami penurunan menjadi 10 orang (16,7%).

Hasil observasi tingkat kecemasan pada pasien remaja sebelum dan sesudah diberi perlakuan *reed diffuser* aromaterapi vanila yang memiliki kategori sangat cemas dari 29 orang (48,3%) menjadi 0 (0%), kategori cemas dari 13 orang (21,7) menjadi 0 (0%), kategori netral dari 9 orang (15,0%) menjadi 2 orang (3,3%), kategori tidak cemas

dari 9 orang (15,0%) menjadi 18 orang (30,0%) dan kategori sangat tidak cemas dari 0 (0%) menjadi 40 orang (66,7%).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang sangat signifikan pada kelompok yang diberi perlakuan *reed diffuser* aromaterapi vanila dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberi perlakuan *reed diffuser* aromaterapi vanila karena pada kelompok yang tidak diberi perlakuan *reed diffuser* aromaterapi vanila hanya mengalami sedikit penurunan dengan kategori sangat cemas dari 15 orang (25,0%) menjadi 10 orang (16,7%), sedangkan pada kelompok yang diberi perlakuan *reed diffuser* aromaterapi vanila mengalami penurunan tingkat kecemasan yang sangat signifikan dengan kriteria sangat cemas dari 29 orang (48,3%) menjadi 0 (0%).

Penurunan tingkat kecemasan pada kelompok kontrol disebabkan karena kelompok umur pada kelompok kontrol dibanding kelompok eksperimen terdapat perbedaan lebih banyak 1 orang responden remaja tengah sedangkan pada kelompok eksperimen lebih banyak responden remaja awal dimana sejalan dengan pernyataan Savitri (2003) dalam Muyasaroh, dkk., (2020) bahwa usia sangat berkaitan dengan tingkat perkembangan seseorang dan kemampuan coping terhadap stres. Seseorang yang mempunyai usia lebih muda ternyata lebih mudah mengalami gangguan kecemasan. Penyebab penurunan lainnya adalah lebih banyak responden laki-laki dibanding responden perempuan yang mana hal ini juga sejalan dengan Savitri (2003) dalam Muyasaroh, dkk., (2020) yang menyatakan bahwa tingkat kecemasan dipengaruhi oleh jenis kelamin. Perempuan dan laki-laki, keduanya dapat mengalami gangguan psikis. Kemampuan dan ketahanan dalam menghadapi kecemasan dan mekanisme coping secara luas lebih tinggi pada laki-laki. Kemampuan dan ketahanan menghadapi kecemasan laki-laki inilah yang menyebabkan laki-laki memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah daripada perempuan dikarenakan bahwa perempuan lebih peka dengan emosinya yang pada akhirnya peka juga terhadap perasaan cemasnya. Faktor terakhir yang menjadi pengaruh menurunnya tingkat kecemasan kelompok kontrol adalah karena lingkungan sekitar atau di klinik yang nyaman dengan staff dan dokter yang ramah dan selalu mengajak pasiennya berkomunikasi. Penyebab ini sejalan dengan Savitri (2003) dalam Muyasaroh, dkk., (2020) yang menyatakan bahwa komunikasi staf-pasien dengan pasien sangat berperan penting dalam mengurangi kecemasan

Rata-rata tingkat kecemasan pada pasien remaja sebelum dan sesudah diberikan perlakuan *reed diffuser* aromaterapi vanila mengalami penurunan yang sangat signifikan dimana hasil rata-rata observasi tingkat kecemasan pada pasien remaja yang melakukan penambalan gigi sebelum diberikan *reed diffuser* aromaterapi vanila dari 4,03 (cemas) sedangkan hasil rata-rata tingkat kecemasan pada pasien remaja sesudah diberikan perlakuan *reed diffuser* aromaterapi vanila menjadi 1,37 (sangat tidak cemas) dengan selisih rata-rata sebesar 2,66. Penurunan tingkat kecemasan yang sangat signifikan ini dapat terjadi disebabkan karena pemberian *reed diffuser* aromaterapi vanila.

Aromaterapi dapat memberikan dampak yang baik bagi pasien seperti efek relaksasi serta menenangkan, menurunkan kecemasan, depresi dan kelelahan, meningkatkan kekebalan tubuh, peredaran darah sehingga dapat digunakan sebagai terapi bagi orang yang mengalami gejala kecemasan. Minyak atsiri vanila mengandung vanilin berfungsi dalam menurunkan ketegangan saraf (Shoeb, 2013). Minyak esensial vanila juga mengandung *planifolia fruit* yang menimbulkan efek menenangkan (Cahyasari, 2015).

Aromaterapi vanila juga membawa unsur aromatik yang akan merangsang memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks saat dihirup (Azzahrah, 2021). Aromaterapi vanila mengandung *Vanillin* juga telah terbukti memiliki sifat *antinocioptive* dalam model nyeri peradangan viseral yang diinduksi asam asetat (dosis analgesik *vanillin*). Bahan ini telah dikaitkan dengan adrenergik dan tindakan yang dimediasi reseptor opioid yang dapat menenangkan syaraf dan menjadi antidepresan. *Vanillin* senyawa alami yang memiliki banyak sifat mungkin juga memiliki efek seperti antidepresan. Essensial aromaterapi vanila mengandung bahan *planifolia fruit*. Aromaterapi vanilla pada saat dihirup maka molekul yang mudah menguap akan mengubah unsur aromatik yang terkandung didalamnya ke puncak hidung di mana silia-silia muncul dari sel-sel reseptor (Hongratanaworakit, 2016 *Cit. Azzahra*, 2019).

Hasil penelitian dianalisis dengan dilakukan uji statistik *Wilcoxon* yang menghasilkan adanya pengaruh *reed diffuser* aromaterapi vanila terhadap tingkat kecemasan pasien remaja dalam tindakan penambalan gigi pada masa pandemi *Covid-19* di klinik gigi Kelurahan Jatibening Kota Bekasi dengan diperolehnya *p-value* 0,00 *sig.(2-tailed)* < 0.05 yang berarti *H1* diterima sehingga

terdapat pengaruh *reed diffuser* aromaterapi vanila terhadap tingkat kecemasan pasien remaja dalam tindakan penambalan gigi pada masa pandemi *Covid-19* di klinik gigi Kelurahan Jatibening Kota Bekasi sebagai metode untuk mengurangi tingkat kecemasan remaja saat dilakukan tindakan penambalan gigi bahkan perawatan gigi lainnya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Azzahra (2021) tentang pengaruh aromaterapi vanila terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang mana hipertensi menjadi salah satu indikator tingkat kecemasan di Kampung Clolo Kecamatan Banjarsari. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata tekanan darah sistole post test adalah 130,95 dan rata-rata tekanan darah diastole post test adalah 82,38. Hasil analisa data didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,000$ ($p\text{ value} > 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa ada pengaruh aromaterapi vanila terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Kampung Clolo Kecamatan Banjarsari.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian didapatkan kesimpulan yang dapat peneliti sampaikan yaitu bahwa terdapat pengaruh *reed diffuser* aromaterapi vanila terhadap tingkat kecemasan pasien remaja dalam tindakan penambalan gigi pada masa pandemi *Covid-19* di klinik gigi Kelurahan Jatibening Kota Bekasi dengan hasil $p\text{-value}$ 0,00 Sig. (2-tailed) $< 0,05$ dari pengukuran *Face Image Scale (FIS)*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arini, F.N., Winny, A. dan Masriani, N., 2017. Perubahan Tanda Vital sebagai Gejala Rasa Cemas sebelum Melakukan Tindakan Pencabutan Gigi pada Mahasiswa Profesi Klinik Bedah Mulut RSGM Universitas Jember. *Jurnal Universitas Jember* vol. 5 no. 2. (Online). Diakses dari: <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/IPK/article/download/5776/4286/> (pada 10 Mei 2022).
- Azzahra, S.R., Saelan dan Diyanah S. R. P., 2021. Pengaruh Aromaterapi Vanila terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Kampung Cilolo Kecamatan Banjarsari. *Repository Universitas Kusuma Husada Surakarta*. (Online). Diakses dari: <http://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/2473/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>. (pada 22 April 2022).

- Bachri, S. Zainul, C., Abdul, R., 2017. Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Pengalaman Pencabutan Gigi di RSGM FKG Universitas Jember. *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*, vol. 5 no. 1. (Online). Diakses dari: <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/IPK/article/view/4087> (pada 11 April 2022).
- Cahyasari, T., 2015. Perbedaan Efektivitas Inhalasi Aromaterapi Lavender dan Relaksasi Nafas dalam terhadap Persepsi Nyeri pada Inseri Av Shunt Pasien Hemodialisis di RSUD Prof.Dr.Margono Soekarjopurwokerto. *Bachelor Thesis*, Universitas Muhammadiyah Purwokerto. (Online). Diakses dari: <http://repository.ump.ac.id/3264/>. (pada 31 Mei 2022).
- Hutami, A. R. dan Nina, R., 2020. Pengaruh Aromaterapi Kenanga (*Cananga Odorata*) Inhalasi terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Ekstraksi Gigi ditinjau dari MDAS (*Modified Dental Anxiety Scale*) (Penelitian di RSGM Soelastri UMS Surakarta). *UMS Library Center of Academy*. (Online). Diakses dari : <http://eprints.ums.ac.id/84873/>. (pada 10 Mei 2022).
- Iskandar, R. F., 2015. Gambaran Kecemasan Usia Remaja dan Dewasa pada Pelayanan Kesehatan Gigi dan Mulut di RSGMP Umy. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*. (Online). Diakses Dari: <https://etd.umy.ac.id/id/eprint/22030/9/Naskah%20Publikasi.pdf> (pada 14 Juni 2022).
- King, L. A., 2012. *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Liu, Y. C., Rei, L. K., dan Shink, R. S., 2020. COVID-19: The First Documented Coronavirus Pandemic In History. *National Library of Medicine*. (Online). Diakses dari: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32387617/> (pada 19 Juni 2022).
- Lubis, I. A., Witriana, L. W., Rini, T. S. dan Roosje, S. O., 2021. Distraksi Visual Video Animasi dan Virtual Reality dalam Mengurangi Kecemasan Anak Usia 7-10 Tahun pada Tindakan Anestesi Infiltrasi. *Jurnal Kedokteran Gigi Universitas Baturrahmah*, vol. 8 no. 1. (Online). Diakses dari: <https://jurnal.unbrah.ac.id/index.php/bdent/article/view/786> (pada 16 Agustus 2022).

- Mathius, N. P. N. E., Linda S. S., dan Meilani, R., 2019. Tingkat Kecemasan Dental Anak Usia 7-12 tahun yang akan Melakukan Ekstraksi Gigi di RSGM Maranantha. *Padjajaran Journal of Dental Researchers and Students*, vol. 3 no. 1. (Online). Diakses dari: <http://jurnal.unpad.ac.id/pjdrs/article/view/22486/11280> (pada 11 April 2022).
- Meilasari, L., 2021. Gambaran Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut serta Perilaku Menyikat Gigi pada Remaja Forum Pemuda Pemudi Petireman Kota Cirebon di Masa Pandemi COVID-19. *Karya Tulis Ilmiah*: Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
- Mochtar, M., 2012. Prospek Pemberian Alkohol Alifatis untuk Peningkatan Produk Vanilli (Tinjauan Secara Fisiologis Tanaman). *Jurnal Primordia*, vol. 8 no. 2. (Online). Diakses dari: <http://primordia.wisnuwardhana.ac.id/index.php/primordia/search/search> (pada 14 juni 2022).
- Muyasaroh, H., 2020. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi COVID 19. In LP2M (Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat. *Repository Universitas Naudhatul Ulama Al-Ghazali Cilacap*. (Online). Diakses dari: <http://Repository.Unugha.Ac.Id/Id/Eprint/858> (pada 14 juni 2022).
- Nikmatul, F., 2015. Pemberian Tindakan Relaksasi (Aromaterapi Lavender Oil) pada Asuhan Keperawatan Ny S Sebelum Tindakan Operasi untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan di Ruang Kantil 2 RSUD Karanganyar. *Karya Tulis Ilmiah*. Program D3 Keperawatan Kusuma Husada. Surakarta.
- Notoatmodjo, S., 2014. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Octavianty., 2012. *Budidaya 12 Tanaman Perkebunan Utama*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Parley, P., 2020. *Complete Essential Oil Diffuser Recipes: Over 150 Recipes for Health and Wellness*. New York: Racehorse Publishing.
- Sharma, S., 2015. *Aromaterapi*. Tangerang: Kharisma Publishing Group.
- Shoeb, A., Mukta, C. dan Ashish, S., 2013. Evaluation of antidepressant activity of vanillin in mice. *Indian Journal Pharmacol*, vol.2 no.45. (Online) Diakses dari:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23716889/#:~:text=In%20the%20chronic%20study%20group,which%20is%20comparable%20with%20fluoxetine>. (pada 22 April 2022).

Sugiyono., 2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

-----., 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sumitra, I. N., Iga, A., dan Rasdini., I. W. C., 2019. Intervensi Kognitif terhadap Kecemasan Remaja Paska Erupsi Gunung Agung. *Jurnal Gema Keperawatan*, vol. 12 no. 2. (Online). Diakses dari: <https://ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id/index.php/JGK/article/view/1017> (pada 11 April 2022).

Syukrini, R. D., 2016. Pengaruh Aromaterapi terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Persalinan Kala I di Kamar Bersalin Rsu Kab. Tangerang. *Repository UIN Jakarta*. (Online). Diakses dari: <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/32526/1/Rahma%20Dwi%20Syukrini%20-%20FKIK%20.pdf> (pada 12 April 2022).

Vibriyanti, D., 2020. Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan di Tengah Pandemi COVID-19. *Jurnal Kependudukan Indonesia, Edisi Khusus Demografi dan COVID-19*, vol.1 no.1. (Online). Diakses dari: <https://ejurnal.kependudukan.lipi.go.id/index.php/jki/article/view/550> (pada 12 April 2022).

Yoshiko, C dan Yosef, P., 2016. Pengaruh Aromaterapi *Rosemary* terhadap Atensi. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, vol.5 no.4. (Online). Diakses dari: <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/medico> (pada 12 April 2022).