

**THE EFFECT OF COMBINATION OF DEEP BREATHING
RELAXATION AND AROMATHERAPY ON REDUCING ANXIETY IN
PRE-OPERATIVE PATIENTS SECTION CAESAREA
IN PEKALONGAN CITY HOSPITAL**

Valentania Ramadhana Putri P¹, Sarka Ade Susana², Abdul Ghofur³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: valentaniaramadhana@gmail.com

ABSTRACT

Background: Anxiety in pre-surgery creates tension, causes fatigue that affects the patient's condition, this condition causes the body's muscles to become stiff so that it can complicate the process of preparing for surgery. Giving a combination of deep breathing relaxation and aromatherapy is expected to reduce muscle tension psychologically so as to reduce anxiety which is much needed in preoperative section caesarea patients.

Objective: To determine the effect of a combination of deep breathing relaxation and aromatherapy on reducing anxiety in preoperative section caesarea patients.

Methods: This type of research is a quasi-experimental with a pretest posttest-control group design. The sampling technique used was purposive sampling with a total of 88 respondents. This research was conducted at the Pekalongan City Hospital on March 2-April 8 2023. This study used statistical tests to find out the differences before and after giving a combination of deep breathing relaxation and aromatherapy to reducing the anxiety level of preoperative section caesarea patients and to find out the difference in the effect of giving a combination of deep breathing relaxation and aromatherapy to reduce anxiety in preoperative section caesarea patients.

Results: This study showed a correlation of $p=0.038$ ($p<0.05$). The difference before and after the intervention showed $p=0.000$ ($p<0.05$) and Z value = -5.945. In the difference before and after no intervention was given, the result was $p=0.011$ ($p<0.05$) and Z value = -2.555. The difference in the effect of the intervention showed that the results were $p=0.000$ ($p<0.05$) and the Z value = -7.655.

Conclusion: There is an effect of a combination of deep breathing relaxation and aromatherapy on reducing anxiety in preoperative section caesarean section patients.

Keywords: level of anxiety, combination of deep breathing relaxation and aromatherapy, section caesarea

¹*Collage student of Departement of Nursing Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*

²*Collage lecture of Departement of Nursing Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*

³*Collage lecture of Departement of Nursing Poltekkes Kemenkes Yoyakarta*

PENGARUH KOMBINASI RELAKSASI NAFAS DALAM DAN
AROMATERAPI TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PADA PASIEN
PRE OPERASI *SECTIO CAESAREA* DI RSUD KOTA PEKALONGAN

Valentania Ramadhana Putri P¹, Sarka Ade Susana², Abdul Ghofur³
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: valentaniaramadhana@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kecemasan pada pre operasi menimbulkan ketegangan, menyebabkan kelelahan yang mempengaruhi keadaan pasien, kondisi tersebut mengakibatkan otot tubuh menjadi kaku sehingga dapat mempersulit dalam proses persiapan operasi. Pemberian kombinasi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi diharapkan dapat mengurangi ketegangan otot secara psikologis sehingga mengurangi kecemasan yang sangat dibutuhkan pada pasien pre operasi *sectio caesarea*.

Tujuan: Mengetahui pengaruh kombinasi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi *sectio caesarea*.

Metode: Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan rancangan *pretest posttest-control group design*. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan jumlah 88 responden. Penelitian ini dilakukan di RSUD Kota Pekalongan pada tanggal 2 Maret-8 April 2023. Penelitian ini menggunakan uji statistik untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah pemberian kombinasi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi *sectio caesarea* dan untuk mengetahui perbedaan pengaruh dalam pemberian kombinasi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi terhadap penurunan kecemasan pasien pre operasi *sectio caesarea*.

Hasil: Penelitian ini menunjukkan hasil korelasi $p=0.038$ ($p<0.05$). Pada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan intervensi menunjukkan hasil $p=0.000$ ($p<0.05$) dan nilai $Z = -5.945$. Pada perbedaan sebelum dan sesudah tidak diberikan intervensi menunjukkan hasil $p=0.011$ ($p<0.05$) dan nilai $Z = -2.555$. Pada perbedaan pengaruh pemberian intervensi menunjukkan hasil $p=0.000$ ($p<0.05$) dan nilai $Z = -7.655$.

Kesimpulan: Ada pengaruh kombinasi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre operasi *section caesarea*.

Kata Kunci: tingkat kecemasan, kombinasi relaksasi nafas dalam dan aromaterapi, *sectio caesarea*

¹Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

²Dosen Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

³Dosen Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta