

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan adalah proses yang selalu dialami setiap manusia karena setiap manusia pasti memerlukan dan membutuhkan pendidikan. Pendidikan berperan penting untuk menjamin perkembangan dan kelangsungan suatu bangsa. Pendidikan memiliki fungsi sebagai suatu wujud nyata mengembangkan kemampuan dan membentuk watak bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa (Dharmayanti et al., 2017). Pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah sekolah menengah atas yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor.

Mahasiswa kebidanan tingkat satu wajib masuk asrama perlu beradaptasi dengan baik sehingga mampu berbaur dengan lingkungan baru, teman-teman baru dan tanggung jawab yang baru. Studi terdahulu menyatakan bahwa tidak sedikit mahasiswa tahun pertama mengalami kesulitan karena masa transisi dari Sekolah Menengah Atas (SMA) ke perguruan tinggi (Arham, 2021). Masa transisi dari SMA ke perguruan tinggi menawarkan tantangan untuk kematangan tugas perkembangan dan mencapai kemandirian, mahasiswa akan mengalami stres dan kesulitan saat beradaptasi di tahun pertama kuliahnya. Hal ini dapat menimbulkan permasalahan emosional, sulit membangun relasi sosial, kehilangan motivasi belajar, nilai

akademik menurun, dan gagal menyelesaikan studinya (Rahmadani & Mukti, 2020).

Kenyamanan sangat berperan penting dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa tingkat awal. Kenyamanan dapat didefinisikan sebagai kebutuhan yang diperlukan saat keadaan sakit hingga sehat dan kenyamanan adalah label tahap akhir dari tindakan perawat pada pasien menurut Risnah dan Irwan, 2021 (dalam Djawa, 2021). Kenyamanan secara holistik mencakup empat aspek yaitu fisik, sosial, psikospiritual, dan lingkungan (Kurniati & Fanani, 2022).

Manajemen kenyamanan dapat dilakukan dengan terapi non-farmakologi, salah satu bentuk terapi non-farmakologi tersebut adalah dengan aromaterapi. Aromaterapi merupakan salah satu bentuk relaksasi tubuh dengan mengaplikasikan minyak esensial yang didapatkan dari ekstraksi bagian tumbuhan yang berbau harum, berguna untuk mengoptimalkan kondisi psikologis serta fisiologis tubuh (Adiwibawa et al., 2020). Aromaterapi dapat digunakan dengan cara mencium bau sehingga mampu mengurangi beban pikiran.

Minyak atsiri merupakan zat cair yang mudah menguap berasal dari ekstraksi tanaman melalui penyulingan atau pemerasan uap. Hasil ekstraksi sebagian besar berasal dari bagian tanaman seperti bunga, daun, biji, resin, akar dan kulit kayu (F. Hedigan, H. Sheridan, 2023). Teknik inhalasi aromaterapi mempunyai efek relaksasi sehingga seseorang merasa lebih nyaman, mengurangi nyeri, menenangkan dan menyejukkan (Triana, Komang Yogi, Claudia Wuri Prihandini, 2021).

Pengaruh aromaterapi terhadap kenyamanan dapat diukur dengan melihat berbagai indikator yang menunjukkan kenyamanan, diantaranya adalah interpretasi terhadap aromaterapi yang memperlihatkan respon emosi *fight or flight*, interpretasi terhadap rasa nyaman dari efek aromaterapi, pernyataan mampu meningkatkan kinerja, meningkatkan konsentrasi, pikiran dan jiwa lebih tenang. Respon non verbal menunjukkan kenyamanan pada individu seperti tidak ada kerut muka, tidak ada pengatupan kelopak mata, tidak ada gerakan menjauhkan badan, dan tidak ada pemalingan wajah atau seluruh badan (S. S. I. P. Y. Sari, 2019).

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan Ribkha Itha Idhayanti dan kawan-kawan (2022) didapatkan bahwa kuantitas tidur kurang pada anak prasekolah mandi menggunakan ekstrak sereh wangi dan pandan meningkat dari sebelumnya kurang 11 responden (73,3%) menjadi 15 responden (100%) (Idhayanti et al., 2022).

Pandan dan sereh wangi sebagai aromaterapi mempunyai efek positif karena aroma segar dan harum merangsang sensori serta mempengaruhi organ lain dalam tubuh sehingga menimbulkan efek kuat terhadap emosi. Aromaterapi ditangkap oleh reseptor di hidung, kemudian memberikan informasi lebih jauh ke area di otak yang mengontrol emosi dan memori serta memberikan informasi ke hipotalamus yang merupakan pengatur sistem internal tubuh, sistem seksualitas, suhu tubuh, dan reaksi terhadap stres (Sulistiyorini et al., 2020).

Tanaman *Pandanus amaryllifolius* termasuk famili Pandanaceae, genus Pandanus. Pandan wangi tumbuh di daerah tropis dan merupakan tanaman perdu tahunan dengan tinggi 1–2 m. Pandan digunakan sebagai obat tradisional untuk

mencegah rambut rontok, menghitamkan rambut, menghilangkan ketombe, mengobati lemah saraf (neurastenia), tidak nafsu makan, rematik, sakit disertai gelisah dan memberikan rasa rileks. Pandan wangi merupakan salah satu tanaman yang potensial untuk menghasilkan minyak atsiri (Priastomo et al., 2018). Kandungan yang terdapat di dalam daun pandan yaitu senyawa metabolit sekunder antara lain polifenol, flavanoid, saponin, minyak atsiri terdiri dari 6-42% hidrokarbon sesquiterpen dan 6% monoterpen linalool serta terdapat penyusun aroma dari daun pandan wangi adalah 10% 2 acetyl-1-pyrroline (Al-Mira et al., 2021).

Tanaman serih wangi termasuk golongan rumput-rumputan yang disebut *Andropogon nardus* atau *Cymbopogon nardus*. Tanaman Serih wangi juga mempunyai potensial menghasilkan minyak esensial atau minyak atsiri. Kandungan berbagai senyawa organik dalam minyak serih memberikan kontribusi khasiat maupun karakteristik fisik seperti wangi alami pada minyak serih. Karakteristik bahan aktif yang terkandung dalam minyak serih seperti alkohol dan aldehid memberikan kontribusi wangi yang khas pada minyak serih (Priastomo et al., 2018).

Bahan kimia terpenting dalam minyak serih wangi adalah persenyawaan aldehid, yaitu sitronelal dan persenyawaan alkohol, yaitu sitronelol dan geraniol. Minyak atsiri serih wangi diperoleh dari penyulingan tanaman serih wangi yang mengandung sitronelal 32-45%, sitronelol 11-15%, geraniol 10-12%, geraniol asetat 3-8%, sitronelal asetat 2- 4% (Sulaswatty et al., 2014). Senyawa dalam minyak serih wangi ini tidak hanya memberikan aromatik (bau menyenangkan), tetapi juga

merupakan senyawa dengan sifat terapi, dan memberikan perlindungan dari proses oksidasi serta pembusukan oleh mikroorganisme (Murni & Rustin, 2020).

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Efektifitas Aromaterapi Pandan dan Sereh Wangi terhadap Kenyamanan pada Mahasiswa di Asrama Putri Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2024”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Efektifitas Aromaterapi Pandan dan Sereh Wangi terhadap Kenyamanan pada mahasiswa di Asrama Putri Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2024?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Efektifitas Aromaterapi Pandan dan Sereh Wangi terhadap Kenyamanan pada Mahasiswa di Asrama Putri Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh aromaterapi pandan untuk meningkatkan kenyamanan pada Mahasiswa di Asrama Putri Poltekkes Kemenkes Medan.
- b. Untuk mengetahui pengaruh aromaterapi sereh wangi untuk meningkatkan kenyamanan pada Mahasiswa di Asrama Putri Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat dijadikan untuk referensi atau sebagai bahan acuan untuk asuhan kebidanan pada Mahasiswi untuk menangani masalah kenyamanan.

E. Keaslian Penelitian

N O	Penelitian	Judul	Metode dan Sampel	Hasil	Perbedaan
1.	Afif Pramitasari, dkk 2020	Efektivitas Mandi Air Hangat Rebusan Sereh dan Daun Pandan Terhadap Kuantitas Tidur Anak Prasekolah	Desain penelitian ini Quasi Experimental dengan rancangan penelitian pretest-posttest with control group design. Teknik Sampel adalah keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi yaitu 30 sampai 500 orang.	Kegiatan penyuluhan kesehatan masyarakat desa Mojoreno, Sidoharjo mengalami peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi dan terapi menggunakan lilin aromateraio pandan dan sereh wangi	Rancangan penelitian ini two group pretest dan posttest without control design. Teknik pengambilan populasi atau sampel dengan total sampling. Lokasi dan waktu penelitian

2	Ribkha Itha Idhayanti dkk, 2022	Ekstrak Pandan dan Sereh Mampu Meningkatkan Kuantitas Tidur Anak Prasekolah	Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan jenis quasy experimental desain pretest-posttest with control group. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposif sampling.	Kuantitas tidur kurang pada anak prasekolah mandi menggunakan ekstrak sereh wangi dan pandan meningkat dari sebelumnya kurang 11 responden (73,3%) menjadi 15 responden (100%)	Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian pretest dan posttest without control group. Teknik pengambilan populasi atau sampel dengan total sampling (seluruh mahasiswi D4 kebidanan tingkat satu). Lokasi dan waktu penelitian
---	---------------------------------	---	--	--	---

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian