

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit mental merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama di Indonesia. Menurut Data Riset Kesehatan Dasar 2013, 1-2 orang per 1.000 orang di Indonesia menderita penyakit mental yang serius. Kecemasan dan stres merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan penyakit mental. Stres dapat menyebabkan gangguan kesehatan dalam jangka panjang dan gangguan kecemasan dalam jangka pendek (Sundara, et al., 2022).

Istilah "stres" menggambarkan ketegangan mental, emosional, dan fisik yang dialami seseorang ketika mereka berada dalam lingkungan yang tidak mendukung. Kesehatan seseorang dapat memburuk atau bahkan rusak karena stres, yang merupakan respons yang dapat terjadi baik di dalam maupun di luar tubuh (Ansori & Martiana, 2017). Seseorang mengalami kecemasan ketika mereka merasa tidak nyaman dan memiliki reaksi terhadap ketakutan mereka, tetapi alasan pasti dari kecemasan mereka tidak dikenali atau dipahami (Yusuf, Fitryasari & Nihayati, 2015). Baik anak muda maupun lansia rentan terhadap serangan kecemasan, yang dapat bermanifestasi dalam berbagai cara dan pada usia berapa pun. Salah satu pilihan yang telah menunjukkan harapan dalam mengurangi stres dan kecemasan pada beberapa keadaan pasien adalah aromaterapi (Sundara, et al., 2022).

Aromaterapi adalah praktik pengobatan komplementer dan alternatif yang memanfaatkan minyak esensial, yang merupakan senyawa volatil pekat yang ditemukan pada tanaman. Salah satu cara aromaterapi dapat membantu kesehatan adalah dengan memasukkan molekul minyak esensial ke dalam tubuh melalui kulit (aplikasi topikal) atau sistem pernapasan (inhalasi) (Yanuarto & Aulia, 2023). Agusrianto, Rantesigi, dan Suharto (2021) menemukan bahwa aromaterapi dan autorelaksasi efektif menurunkan tingkat kecemasan.

Menurut Paula, Luís, Olivia, dan Joso (2017), minyak atsiri dapat mengurangi stres, menenangkan tubuh, mengatur emosi, membantu mengatasi kesulitan tidur dan kecemasan, dan bahkan meningkatkan sistem pernapasan, peredaran darah, dan imunologi.

Berbagai macam tanaman dapat dimanfaatkan dalam aromaterapi, seperti peppermint, rosemary, sereh, chamomile, melati, dan valerian (Pratiwi & Subarnas, 2020).

Salah satu tanaman herbal yang wangi, rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) disebut-sebut memiliki efek menenangkan pada otak karena kandungan minyak atsiri yang kuat dan aromanya yang menyengat. De Oliveira, JR, Camargo, & De Oliveira, LD (2019) menemukan bahwa senyawa 1,8-cineole, linalool, asam rosmarinic, dan rosmanol yang ditemukan dalam rosemary memiliki dampak menenangkan dan menghilangkan stres. Menurut penelitian Sanchez-Camargo & Herrero (2017) dan Sofiyana, Issusilaningtyas, dan Rochmah (2023), aromaterapi dengan minyak atsiri rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) dapat meredakan ketegangan dan kecemasan.

Aromaterapi saat ini sangat diminati oleh masyarakat karena dapat digunakan sebagai alat untuk mengurangi gejala seperti mual dan pusing atau untuk menenangkan pikiran (relaksasi). Ini berlaku untuk aromaterapi dalam bentuk sediaan *roll on* aromaterapi. Berkat perkembangan ini, aromaterapi sekarang dapat digunakan dengan cara yang nyaman dan portabel, bahkan saat melakukan perjalanan jauh. (Ticoalu, Siampa, & Jayanti, 2024).

Seperti yang telah diuraikan diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk membuat sediaan *roll on* aromaterapi minyak atsiri rosemary dengan konsentrasi yang berbeda berdasarkan karakteristik fisik sediaan.

B. Perumusan Masalah

1. Apakah minyak atsiri rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) dapat diformulasikan dalam bentuk sediaan *roll on* aromaterapi?
2. Berapakah konsentrasi minyak atsiri rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) yang paling baik berdasarkan uji sifat fisik, uji stabilitas, uji iritasi, uji kesukaan dalam sediaan *roll on* aromaterapi?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui minyak atsiri rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) dapat diformulasikan dalam bentuk sediaan *roll on* aromaterapi.
2. Untuk mengetahui konsentrasi minyak atsiri rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) yang paling baik berdasarkan uji sifat fisik, uji stabilitas, uji iritasi, uji kesukaan dalam sediaan *roll on* aromaterapi.

D. Manfaat Penelitian

1. Sebagai sumber penjelasan mengenai manfaat minyak atsiri rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) yang diformulasikan dalam sediaan *roll on* aromaterapi.
2. Sebagai sumber penjelasan atau sebagai rujukan pada peneliti selanjutnya mengenai formulasi minyak atsiri rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) sediaan *roll on* aromaterapi.