

PENGARUH AROMATHERAPY TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN PENDERITA KORONER AKUT: LITERATURE REVIEW

Sri Hindriyastuti¹, Aliffia Ayu Putri Selviani², Muhammad Noor Ainun Ludfi³, Rizka Shofiyani⁴

¹Dosen S1 Keperawatan Institut Teknologi kesehatan Cendekia Utama Kudus
^{2,3,4}Mahasiswa S1 Keperawatan Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus
Email: rizkaShofiyani123@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : dalam kasus penyakit kardiovaskular, kecemasan dan depresi pasien dapat meningkatkan pemulihan jantung dan waktu pemulihan. Aromaterapi sebagai intervensi non farmakologis yang efektif pada setting lain dapat menjadi intervensi yang efektif untuk mengurangi kecemasan dan depresi pada pasien sindrom koroner akut (ACS). Aromaterapi komplementer semakin menarik perhatian dalam praktik medis modern, hal ini menunjukkan meningkatnya minat terhadap terapi alternatif dan bahkan penggantian pengobatan konvensional. Oleh karena itu, penelitian ilmiah untuk memahami efektivitas aromaterapi dalam mengurangi kecemasan pada pasien jantung merupakan langkah yang tepat. Sebuah tinjauan literatur melaporkan bahwa aromaterapi dalam pengobatan penyakit kardiovaskular terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan. **Metode :** menganalisis artikel dan dilakukan penelusuran melalui google scholar, PubMed dengan menggunakan kata kunci “aromaterapi, penyakit jantung, kecemasan”, “Keperawatan Paliatif Komunitas”. **Hasil :** pada penelitian ke 20 artikel, 10 artikel internasional dan 10 jurnal nasional diatas menunjukkan beberapa aspek Pengaruh Aromatherapy terhadap Kecemasan Pada Pasien Penderita Koronek Akut. **Kesimpulan :** aromaterapi komplementer (minyak essential matricia chamomile, lavender, roman chamomile, citrus aurantium, rose, minyak esensial jeruk, esensi peppermint, melissa)

Kata Kunci: aromaterapi, kecemasan, jantung

ABSTRACT

Background: in cases of cardiovascular disease, patient anxiety and depression can increase cardiac recovery and recovery time. Aromatherapy as a non-pharmacological intervention that is effective in other settings can be an effective intervention to reduce anxiety and depression in patients with acute cardiac syndrome (ACS). Complementary aromatherapy is attracting increasing attention in modern medical practice, indicating a growing interest in alternative therapies and even replacement of conventional treatments. Therefore, scientific research to understand the effectiveness of aromatherapy in reducing anxiety in heart patients is an appropriate step. A review of the literature reports that aromatherapy in the treatment of cardiovascular disease has proven effective in reducing anxiety. **Method:** analyzing articles and conducting searches via Google Scholar, PubMed using the keywords "aromatherapy, heart disease, anxiety", "Community Palliative Nursing". **Results:** in the research of the 20 articles, 10 international articles and 10 national journals above, it shows several aspects of the influence of aromatherapy on anxiety in patients suffering from acute coronary disease.

Conclusion: complementary aromatherapy (matricia chamomile essential oil, lavender, Roman chamomile, orange aurantium, rose, orange essential oil, peppermint essence, melissa)

Keywords: *aromatherapy, anxiety, coroner*

LATAR BELAKANG

Penyakit kardiovaskular masih menjadi ancaman global yang serius dan masih menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia, penyakit kardiovaskular menyebabkan lebih banyak kematian dan kecacatan dibandingkan penyakit lain serta menyebabkan kerugian finansial di negara maju. Penyakit jantung iskemik (IHD) adalah penyakit yang paling umum, parah, kronis, dan mematikan di Amerika Serikat. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), 17,9 juta orang akan meninggal karena penyakit kardiovaskular pada tahun 2021 dan penyakit ini menyumbang 32% dari seluruh kematian di seluruh dunia. Juga di Iran, penyakit ini menyebabkan 90.000 kematian setiap tahunnya. Menghirup aromanya menggeser keseimbangan otonom menuju dominasi parasimpatis sehingga menurunkan detak jantung dan menghasilkan efek relaksasi. menemukan bahwa aroma secara signifikan mengurangi detak jantung (Hakim & Arsy, 2022). Dalam kasus penyakit kardiovaskular, kecemasan dan depresi pasien dapat meningkatkan pemulihan jantung dan waktu pemulihan. aromaterapi sebagai intervensi non farmakologis yang efektif pada setting lain dapat menjadi intervensi yang efektif untuk mengurangi kecemasan dan depresi pada pasien sindrom koroner akut (ACS). Aromaterapi penciuman mampu mengoptimalkan suasana hati atau bermanfaat bagi keadaan pikiran yang terkena dampak buruk oleh faktor kehidupan dan efek penyakit selanjutnya seperti kecemasan, depresi dan menghirup berbagai aromaterapi adalah metode yang cepat, nyaman dan aman (Sri Hindriyastuti et al., 2023). Bau mempengaruhi otak. Sistem penciuman terhubung ke sistem limbik, yang merupakan pusat kendali emosi sehingga terlibat dalam pengendalian stres dan keseimbangan hormon dan secara positif mempengaruhi tekanan darah, detak jantung, tonus otot. Faktanya, bau mampu mengubah emosi manusia. Aromaterapi komplementer semakin menarik perhatian dalam praktik medis modern, hal ini menunjukkan meningkatnya minat terhadap terapi alternatif dan bahkan penggantian pengobatan konvensional. Oleh karena itu, penelitian ilmiah untuk memahami efektivitas aromaterapi dalam mengurangi kecemasan pada pasien jantung merupakan langkah yang tepat. Sebuah tinjauan literatur melaporkan bahwa aromaterapi dalam pengobatan penyakit kardiovaskular terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan (Arsy et al., 2024). Terdapat berbagai strategi

untuk mengurangi kecemasan, termasuk pengobatan farmakologis dan non-farmakologis. Perawatan non farmakologis meliputi pengobatan komplementer dan alternatif (CAM), aromaterapi, terapi pijat, dll. yang dapat digunakan sendiri atau dikombinasikan dengan metode lain. (Kesehatan & Soedirman, 2024)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan literature review, yaitu mengumpulkan dan menganalisis jurnal penelitian mengenai Pengaruh Aromatherapy terhadap Kecemasan Pada Pasien Penderita Koronek Akut. Artikel yang dipilih adalah artikel yang dipublikasikan sejak tahun 20 sampai 2024 yang dapat diakses full teks artikel internasional dalam format pdf bahasa inggris dan full teks artikel nasional dalam format pdf bahasa Indonesia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis dan sintesis menunjukkan bahwa hal-hal yang berpengaruh dalam kualitas hidup

No	Judul	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil
1.	Effects of aromatherapy with Matricaria chamomile essential oil on anxiety and hemodynamic indices in patients with acute coronary syndrome, 2021: a randomized controlled trial.	Metode uji klinis acak tersamar ganda yang diujikan pada pasien dengan jumlah 154. Pasien yang mengikuti ujian ini dibagi menjadi dua kelompok intervensi dan plasebo jika sama menggunakan metode pengacakan blok.	154 partisipan ACS	Hasil Rerata dan deviasi standar usia pasien adalah $58/2 \pm 11,6$ tahun dan 59,7% adalah perempuan. Hasil ANOVA menunjukkan bahwa skor kecemasan serta tekanan darah sistolik (SBP), tekanan darah diastolik (DBP) dan detak jantung pada kelompok intervensi secara signifikan lebih rendah dibandingkan pada kelompok plasebo ($P < 0,001$). Penurunan skor kecemasan setelah intervensi pada kelompok intervensi dan kelompok plasebo masing-masing adalah $(5,2 \pm 1,9)$ dan $(1 \pm 1,18)$. Pada

				kelompok intervensi, tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik setelah intervensi adalah signifikan (P 0,05). Selain itu, HR juga signifikan (P <0,001) setelah intervensi.
2.	Effect of simultaneous inhalation of Lavender, Roman Chamomile and Naroli aromas on anxiety of acute Coronary syndrome patients	Penelitian ini merupakan uji klinis single-blind dengan kelompok kontrol yang dilakukan pada 75 pasien sindrom koroner akut.	75 pasien sindrom koroner akut.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun status kecemasan tidak berbeda secara signifikan antara ketiga kelompok sebelum intervensi, namun rata-rata skor kecemasan antara ketiga kelompok berbeda secara signifikan 1 jam setelah intervensi (P < 0,001). Namun perbedaan tersebut tidak signifikan. signifikan 12 jam setelah prosedur (P > 0,05). Selain itu, tingkat kecemasan satu dan 12 jam setelah intervensi menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan plasebo dibandingkan dengan kelompok kontrol (P <0,001).
3	Effect of lavender aromatherapy on hemodynamic indices among patients with acute coronary syndrome: a	Menggunakan metode uji klinis acak tunggal ini dilakukan pada	Sampel sebanyak 110 pasien	Terdapat kecenderungan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik serta perubahan detak

	randomized clinical trial	pasien yang pernah dirawat di unit perawatan koroner rumah sakit Namazi, Shiraz, Iran, pada tahun 2013.		jantung pada tujuh pengukuran pada kedua kelompok. Namun, tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok penelitian pada tekanan darah sistolik ($p = 0,586$), tekanan darah diastolik ($p = 0,557$) dan detak jantung ($p = 0,846$).
4	Citrus aurantium Aroma for Anxiety in Patients with Acute Coronary Syndrome: A Double-Blind Placebo-Controlled Trial	Pasien yang memenuhi syarat dipilih dengan metode convenience sampling dan mereka dialokasikan ke kelompok wewangian CA dan kelompok plasebo melalui pengacakan blok.	140 pasien SKA yang dirawat di RS	Pasien yang memenuhi syarat dipilih dengan metode convenience sampling dan mereka dialokasikan ke kelompok wewangian CA dan kelompok plasebo melalui pengacakan blok.
5.	Effect of aromatherapy on anxiety in patients with acute coronary syndrome hospitalized in cardiac care unit. (Aalami et al., 2018)	Uji klinis terkontrol dengan penugasan acak untuk eksperimen dan kelompok kontrol. Data dianalisis menggunakan SPSS20, uji-t independen, uji chi-kuadrat, dan uji Fisher yang tepat. Data dianalisis menggunakan SPSS20, uji-t independen, uji chi-kuadrat, dan	Pengaruh aromaterapi pada kecemasan pada 60 pasien dengan sindrom koroner akut.	Pasien yang menerima aromaterapi mengalami penurunan tingkat kecemasan. Aromaterapi menunjukkan pengurangan kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan tanpa aromaterapi. Aromaterapi secara signifikan mengurangi kecemasan keadaan pada pasien dengan sindrom koroner akut.

		uji Fisher yang tepat.		
6.	Inhalation Of Rose Aromatherapy Against Anxiety Of Heart Patients. (Kabang et al., 2023)	Tinjauan sistematis menggunakan pedoman PRISMA untuk menganalisis aromaterapi mawar pada kecemasan. Sintesis data dari Eksperimen Quasy dan studi Uji Coba Kontrol Acak.	6 responden	Aromaterapi mawar mengurangi kecemasan pada pasien jantung anak. Aromaterapi memiliki dampak positif dalam mengurangi kecemasan pada pasien jantung.
7.	The Effectiveness of Orange Essential Oil Aromatherapy on Blood Pressure, Pulse Rate, and Respiratory Rate of Patients Scheduled for Coronary Angiography: A Clinical Trial. (Wahyuni & Nurachmah, 2023)	Uji klinis dengan 70 pasien dibagi menjadi kelompok kontrol dan intervensi. Aromaterapi minyak esensial jeruk diberikan kepada kelompok intervensi sebelum angiografi. Tanda-tanda vital dicatat sebelum dan sesudah intervensi untuk analisis. Data dianalisis menggunakan SPSS versi 16 dengan berbagai tes statistik.	Evektivitas aromaterapi minyak esensial jeruk pada tanda-tanda vital sebelum angiografi dengan 70 responden	Minyak esensial jeruk mengurangi denyut nadi, laju pernapasan, dan tekanan darah sistolik. Tidak ada perbedaan signifikan dalam tekanan darah diastolik antara kelompok intervensi dan kontrol. Aromaterapi dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan dan menstabilkan tanda-tanda vital. Temuan tentang efek minyak esensial jeruk pada tanda-tanda vital masih kontroversi
8.	Lavender aromatherapy on anxiety and depression in patients with Acute Coronary Syndrome: a single-	Uji klinis acak single-blind yang dilakukan di unit perawatan kritis. Data	Aromaterapi lavender untuk mengurangi kecemasan dan depresi	Aromaterapi lavender mengurangi kecemasan dan depresi pada pasien ACS. Tidak ada perbedaan yang

	blind randomized clinical trial. (Lengkap, n.d.)	dianalisis menggunakan SPSS untuk tes statistik deskriptif dan analitik.	pada pasien ACS. Penelitian ini melibatkan 110 responden	signifikan dalam depresi sebelum intervensi, tetapi perubahan signifikan pasca-intervensi. Aromaterapi menunjukkan penurunan kecemasan dan depresi yang signifikan pada pasien dengan ACS
9.	The Effect Of Cold Application And Lavender Oil Inhalation In Cardiac Surgery Patients Undergoing Chest Tube Removal. (Dada, 2016)	Uji coba komparatif acak dengan desain faktorial. Pengacakan label terbuka menjadi kelompok dingin, aroma, aroma dingin, dan kontrol.	80 pasien rawat inap di ICU dengan tabung dada setelah operasi kardiotoraks. Pasien yang mengalami operasi jantung dan pengangkatan tabung dada untuk pertama kalinya.	Aplikasi dingin dan minyak lavender mengurangi rasa sakit dan kecemasan pasca operasi. Tidak ada perbedaan yang signifikan dalam skor nyeri di antara kelompok intervensi. Kombinasi aromaterapi dan aromaterapi dingin mengurangi tingkat kecemasan pasca operasi. Studi merekomendasikan konfirmasi temuan dalam uji coba yang lebih besar untuk subjek non-CABG.
10.	Effect Of Peppermint Essence On The Pain And Anxiety Caused By Intravenous Catheterization In Cardiac Patients: A Randomized Controlled Trial. (Almohammed et al., 2022)	Studi uji coba terkontrol acak dengan kelompok kontrol dilakukan pada tahun 2017. Data dikumpulkan menggunakan skala peringkat nyeri numerik dan skala analog visual. Ukuran sampel 32 ditentukan	Pengaruh esensi peppermint pada rasa sakit dan kecemasan pada pasien jantung dengan jumlah 80 responden.	Aromaterapi mengurangi rasa sakit dan kecemasan akibat kateterisasi intravena. Inhalasi esensi peppermint direkomendasikan sebelum kateterisasi untuk pasien jantung. Tidak ada perbedaan yang signifikan dalam tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi

		berdasarkan penelitian sebelumnya		
11.	Effect of rosa aromatherapy on anxiety before cardiac catheterization: a randomized controlled trial. (Almohammed et al., 2022)	Uji coba terkontrol secara acak dengan pasien yang dialokasikan ke kelompok. Menggunakan aromaterapi Rosa selama 18 menit pada kelompok eksperimen. Tingkat kecemasan diukur sebelum dan sesudah perawatan di kedua kelompok	Pengaruh aromaterapi Rosa pada kecemasan sebelum kateterisasi jantung dengan 60 pasien	Tidak ada perbedaan yang signifikan dalam tingkat kecemasan antara kelompok eksperimen dan kontrol. Kecemasan sifat lebih rendah pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol. Aromaterapi tidak menunjukkan manfaat dalam mengurangi kecemasan sebelum kateterisasi. Studi lebih lanjut direkomendasikan untuk menilai efektivitas aromaterapi dalam pengurangan kecemasan.
12.	The Efficacy of Aromatherapy With Melissa officinalis in Reducing Anxiety in Cardiac Patients: A Randomized Clinical Trial. (Lotfi et al., 2019)	Uji klinis acak single-blind untuk mengeksplorasi aromaterapi dengan kemanjuran M. officinalis. Pasien dibagi menjadi kelompok kasus dan kontrol untuk intervensi.	Khasiat aromaterapi dengan Melissa officinalis dalam mengurangi kecemasan pada pasien jantung dengan 96 pasien awalnya terdaftar, 2 putus selama penelitian.	Tidak ada perbedaan yang signifikan dalam skor kecemasan antara kelompok pra-perawatan. Penurunan tingkat kecemasan yang signifikan pada pasien jantung pasca pengobatan
13.	Pengaruh aroma terapi lavender terhadap penurunan terapi fibrinolitik di ruang	Penelitian ini menggunakan Desain penelitian Pra	Sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah pasien	Hasil penelitian pengaruh pemberian aromaterapi lavender menunjukkan

	ICCU respon cemas pasien sindrom coroner akut post remperian.	eksperimen. Disebut Preekssperimen dengan rancangan preposttest dalam satu kelompok (one group pre test - post test design) dengan pendekatan time series design. Dalam menentukan uji yang digunakan, peneliti telah melakukan uji normalitas sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi dimana data tidak berdistribusi normal, oleh sebab itu peneliti menggunakan uji Friedman kemudian dengan analisa Post hoc Wilcoxon.	dengan SKA yang diberikan terapi fibrinolitik yang dirawat diruang ICCU RS Dirgahayu Samarinda. Dengan jumlah responden 3 orang. Diberikan pemberian aromaterapi lavender sebanyak 3 kali durasi 30 menit dengan jarak 4 jam pada masing-masing intervensi. Setiap sebelum dan sesudah diberikan intervensi pasien di berikan kuesioner untuk mengetahui nilai skor respon cemas menggunakan State– Trait Anxiety Inventory (STAI).	penurunan respon cemas secara signifikan dengan nilai p value $0,004 < 0,05$ maka H_a diterima, H_o di tolak yang memiliki arti bahwa ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan respon cemas pada pasien SKA post pemberian terapi fibrinolitik terutama bila intervensi dilakukan berulang.
14	Terapi Murottal Dan Aromaterapi Lavender Menurunkan Skala Nyeri Pasien Sindrom Koroner Akut Di Ruang Icu Rs Roemani	Penelitian ini menggunakan <i>quasi eksperimen</i> dengan satu kelompok pre	sampel pada penelitian sebanyak 16 responden yang mengalami sindrom	Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh pemberian terapi murottal dan aromaterapi

	<p>Muhammadiyah Semarang.</p>	<p>post test, peneliti dengan metode <i>purposive sampling</i>. . Alat pengumpul data dengan lembar sistematis dalam pengumpulan data, dengan menggunakan instrumen dalam bentuk lembar observasi skala intensitas nyeri, aromaterapi lavender, headphone yang berisi surat Ar Rahman</p>	<p>koroner akut dan sesuai inklusi yang telah ditetapkan</p>	<p>lavender terhadap skala nyeri pada pasien Sindrom Koroner Akut di ruang ICU RS Roemani Semarang dengan hasil <i>p value</i> 0,000. Pemberian terapi murottal dan aromaterapi lavender terbukti tidak hanya dapat menurunkan skala nyeri tetapi juga membuat responden lebih nyaman dan tenang selama perawatan di ICU.</p>
--	-------------------------------	---	--	---

PEMBAHASAN

Terapi komplementer aromaterapi adalah bentuk pengobatan yang mengkombinasikan terapi tradisional dengan pengobatan modern, dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan secara holistik. Aromaterapi menggunakan minyak esensial dari tumbuhan alami untuk meningkatkan kesehatan, baik secara fisik, emosional, atau psikologis. Jenis minyak aromaterapi yang digunakan dapat bervariasi, seperti minyak cendana, lemon, dan lavender, masing-masing memiliki efek yang berbeda dalam mengatasi berbagai masalah kesehatan. Terapi komplementer aromaterapi dapat digunakan untuk mengatasi berbagai kondisi, seperti sindrom premenstrual, nyeri post-seksi caesarea, dan depresi, serta dapat membantu dalam meningkatkan kualitas tidur dan mengurangi stress. Ada beberapa aromaterapi yang kita bahas didalam 20 jurnal diatas antara lain :

Aromaterapi chamomile essential oil, yang dikenal sebagai minyak atsiri bunga chamomile, memiliki beberapa manfaat yang signifikan dalam pengobatan dan perawatan kesehatan. Salah satu contoh manfaatnya adalah dalam mengurangi tingkat kecemasan pada lansia. Studi yang dilakukan di Wonokerso menemukan bahwa pemberian aromaterapi chamomile dapat berpengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan pada lansia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aromaterapi chamomile dapat digunakan sebagai terapi non-farmakologis yang efektif dalam mengurangi stres dan kecemasan pada populasi lansia. Selain

itu, minyak atsiri chamomile juga digunakan dalam berbagai aplikasi perawatan tubuh dan kesehatan, seperti untuk mengurangi rasa sakit, menghilangkan bau tidak sedap, dan sebagai bahan baku dalam produk kosmetik dan perawatan kulit. Ketersediaan minyak atsiri chamomile dalam berbagai ukuran dan kualitas, serta harganya yang relatif terjangkau, membuatnya menjadi pilihan yang populer di kalangan pengguna aromaterapi.

Aromaterapi Roman Chamomile, yang juga dikenal sebagai minyak aromaterapi Kamomil Roman, memiliki beberapa manfaat yang signifikan untuk kesehatan. Salah satu manfaatnya adalah mengurangi skala nyeri pada luka episiotomi. Sebuah penelitian yang dilakukan pada tahun 2018 menemukan bahwa aromaterapi chamomile dapat membantu mengurangi rasa nyeri pada ibu yang mengalami luka episiotomi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi chamomile dapat mengurangi skala nyeri dengan nilai statistik 0,03, yang berarti bahwa terapi ini memiliki efek signifikan dalam mengurangi rasa nyeri. Selain itu, minyak chamomile juga digunakan dalam pengobatan gangguan pencernaan seperti diare dan kram perut. Kemampuan minyak chamomile dalam merelaksasi otot-otot pada saluran pencernaan diyakini sebagai penyebab manfaat

Aromaterapi Citrus aurantium, juga dikenal sebagai aromaterapi jeruk, adalah terapi non-farmakologis yang menggunakan minyak esensial dari jeruk (*Citrus aurantium*) untuk mengurangi nyeri persalinan dan kecemasan pada ibu yang melahirkan kala I. Riset telah menunjukkan bahwa aromaterapi Citrus aurantium dapat berpengaruh pada tingkat kecemasan persalinan fase aktif kala I dan dapat membantu mengurangi nyeri persalinan pada ibu yang melahirkan kala I. Aromaterapi ini bekerja dengan cara mengaktifkan saraf penciuman yang menuju otak, memicu memori terpendam dan memengaruhi tingkah laku emosional yang bersangkutan (Arsy & Hindriyastuti, 2022). Hal ini dapat membantu menurunkan kecemasan dan nyeri persalinan dengan meningkatkan serotonin. Aplikasi aromaterapi Citrus aurantium dapat dilakukan dengan cara inhalasi, di mana minyak esensial dari jeruk disebarkan melalui hidung, atau dengan cara penguapan menggunakan alat seperti elektrik, baterai, atau lilin diffuser.

Aromaterapi rose, atau minyak mawar, memiliki berbagai manfaat untuk kesehatan dan kecantikan. Dapat merelaksasi dan menurunkan stress, minyak mawar dapat digunakan sebagai aromaterapi untuk mengurangi stres dan meningkatkan rasa tenang. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan minyak mawar sebagai aromaterapi dapat menurunkan stres dan memunculkan sensasi rileks. Serta dapat mengatur pernapasan dan tekanan darah, menghirup aroma minyak mawar dapat membantu mengatur pernapasan dan membuat tekanan darah lebih stabil.

Aromaterapi daun peppermint, juga dikenal sebagai minyak peppermint, berasal dari penyulingan daun dan bunga tanaman peppermint yang memiliki nama latin *Mentha x piperita*. Minyak peppermint memiliki berbagai manfaat kesehatan, termasuk meredakan kram, mengatasi batuk, dan memiliki sifat antibakteri, antiinflamasi, dan antijamur. Kandungan utama minyak peppermint adalah mentol dan menthone, yang memberikan sensasi rasa dingin dan menyegarkan. Minyak peppermint telah digunakan sebagai obat herbal untuk meredakan berbagai keluhan dan memiliki aroma yang unik dan menyegarkan

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan penjelasan diatas yang terdiri dari 20 artikel ilmiah yang telah dilakukan review telat terbukti bahwa aromaterapi komplementer (minyak esensial *matricia chamomile*, lavender, roman chamomile, citrus aurantium, rose, minyak esensial jeruk, esensi peppermint, melissa) terbukti dapat menurunkan kecemasan pada pasien penderita koroner akut.

Saran

Literatur riviw ini diharapkan dapat memberi manfaat dan mampu menjadi referensi bagi pembaca untuk menambah ilmu dan pengetahuan tentang pengaruh aromaterapi terhadap kecemasan pada pasien penderita koroner akut

DAFTAR PUSTAKA

- Aalami, H., Moghadam, H. M., & Moghaddam, M. B. (2018). Effect of Hybrid Aromatherapy on Sleep Quality of Patients with Acute Coronary Syndrome Admitted to Cardiac Care Unit. *World Family Medicine Journal/Middle East Journal of Family Medicine*, 16(1), 268–275. <https://doi.org/10.5742/mewfm.2018.93231>
- Almohammed, H. I., A Alanazi, N., Maghrabi, E. F., & A Alotaibi, M. (2022). Role of Aromatherapy as a Natural Complementary and Alternative Therapy in Cardiovascular Disease: A Comprehensive Systematic Review. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/4543078>
- Arsy, G. R., & Hindriyastuti, S. (2022). Self-Concept Disorder Caused By Negative Stigma From Society Towards Someone Who Has Experienced Covid-19. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 11(1), 96–102. <https://doi.org/10.36720/nhjk.v11i1.314>
- Arsy, G. R., Wulandari, S. D., Listyarini, A. D., Studi, P., & Keperawatan, I. (2024). *STUDY FENOMENOLOGI: CHRONIC SORROW PADA INDIVIDU YANG KEHILANGAN PASANGAN HIDUP AKIBAT COVID-19*. 3(2), 79–87.
- Dada, P. T. (2016). *Artikel asli : PENGARUH APLIKASI DINGIN DAN TERHISAP MINYAK*. 64–74.
- Hakim, A. N., & Arsy, G. R. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Keluarga dengan Perawatan Penderita Hipertensi di Rumah. *Nursing Information Journal*, 2(1), 41–46. <https://doi.org/10.54832/nij.v2i1.280>
- Kabang, L., Nurachmah, E., & Kariasa, I. M. (2023). Intervensi Mengontrol Nyeri dan Ansietas Pada Pasien dengan Sindrom Koroner Akut. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 2766–2774. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.6438>
- Kesehatan, F. I., & Soedirman, U. J. (2024). *Eduvest – Jurnal Kajian Universal*. 4, 1310–1321.
- Lengkap, D. (n.d.). *Pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan pasien angiografi koroner di Pusat Jantung Nasional Harapan Kita Jakarta = Effect of lavender aromatherapy on coronary angiography patient anxiety level at National Cardiac Center Harapan Kita Jakarta Deka Hardiyan, author*.
- Lotfi, A., Shiri, H., Ilkhani, R., Sefidkar, R., & Esmaeeli, R. (2019). The Efficacy of Aromatherapy With Melissa officinalis in Reducing Anxiety in Cardiac Patients: A Randomized Clinical Trial. *Crescent Journal of Medical and Biological Sciences*, 6(3), 293–299.
- Sri Hindriyastuti, Noor Faidah, & Gardha Rias A. (2023). The Effect Of Progressive Muscle Relaxation Therapy On Reducing The Stress Level Of Inmates In Class II B Kudus Detention Center. *International Journal Of Health Science*, 3(2), 110–117. <https://doi.org/10.55606/ijhs.v3i2.2752>
- Wahyuni, D. D., & Nurachmah, E. (2023). Efektivitas Aromaterapi dalam Menurunkan Kecemasan pada Pasien Percutaneous Coronary Intervention. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 2060–2067. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.6458>