

**PERBANDINGAN TEKNIK DEMONSTRASI DAN DISKUSI TENTANG
PENGUNAAN MINYAK ESSENSIAL SAAT MENSTRUASI
TERHADAP TINGKAT KESEDIAAN PEMAKAIAN
PADA MAHASISWI KEPERAWATAN STIKES AN NUR**

Agustina Ari Handayani

Program Studi S1 Keperawatan STIKES AN NUR
Jl. Gajah Mada No.7 Purwodadi-Grobogan, email:moleculargustin@yahoo.com

ABSTRAK

Latar Belakang saat ini, penggunaan herbal dalam dunia keperawatan menjadi topik perbincangan yang cukup hangat. Pemahaman yang lebih dalam tentang herbal di kalangan mahasiswa keperawatan akan menjadi dasar dalam mengembangkan proses “*caring*”. Bagian herbal yang praktis sebagai terapi adalah minyak esensial, bagian ini didapat dengan mengekstrak tumbuhan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbandingan teknik demonstrasi dan diskusi tentang penggunaan minyak esensial saat menstruasi terhadap tingkat kesediaan pemakaian pada mahasiswi keperawatan STIKES AN NUR.

Metode penelitian quasi eksperimen dilakukan pada mahasiswi tingkat 2 dan tingkat 3 program studi strata satu keperawatan, pengambilan sampel secara *accidental sampling*, responden yang bersedia dan menjadi sampel sebanyak 18 orang, kelompok 1 terdiri dari 9 orang menerima perlakuan dengan teknik demonstrasi, kelompok 2 terdiri dari 9 orang menerima perlakuan dengan teknik diskusi. Data yang diperoleh dianalisa dengan uji non paired t-test dengan tingkat kepercayaan 95%.

Hasil berdasarkan pengamatan pada kelompok perlakuan dengan diskusi terdapat 3 orang yang belum bersedia menggunakan, kelompok perlakuan dengan demonstrasi terdapat 1 orang yang belum bersedia. Hasil analisa dengan non paired t test memperlihatkan adanya perbedaan tingkat kesediaan pemakaian pada kelompok intervensi diskusi dan demonstrasi dengan nilai *p value* $0,029 < 0,05$

Kesimpulan teknik demonstrasi memberikan tingkat kebersediaan lebih tinggi dalam pemakaian minyak esensial dibandingkan teknik diskusi. Saran: Peningkatan pengetahuan tentang penggunaan minyak esensial selama periode menstruasi harus dilakukan agar mahasiswa mampu mengaplikasikan pada diri dan klien.

Kata Kunci: minyak esensial, menstruasi, diskusi, demonstrasi, mahasiswi keperawatan

PENDAHULUAN

Penggunaan herbal dalam dunia keperawatan menjadi topik perbincangan yang cukup hangat. Meskipun sudah dipergunakan secara luas dalam masyarakat namun pembuktian ilmiah dalam keperawatan masih belum mencukupi. Persepsi perawat dalam kesediaan penggunaan herbal pun cukup beragam.

Perkembangan keperawatan telah bergerak menjauh dari model pengobatan yang konvensional. Hal ini menciptakan transisi ke dalam prinsip-prinsip intervensi yang lebih holistik. Kondisi ini tercermin dengan meningkatnya minat terhadap terapi komplementer di masyarakat umum dan keperawatan.

Data di Inggris memperlihatkan 10-15% populasinya melakukan konsultasi dengan terapis komplementer. Kondisi serupa juga ditemukan di Amerika Serikat, satu dari tiga warga negara Amerika menggunakan terapi non-konvensional (Antigoni dan Dimitrios, 2009). Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan RI (2012), jumlah pengobat tradisional di Indonesia adalah 280.000 orang dengan 30 bidang keahlian atau spesialisasi. Potensi tanaman di Indonesia ada 30 ribu jenis tanaman, 950 jenis memiliki fungsi penyembuhan yang sudah layak untuk pengembangan kesejahteraan masyarakat Indonesia. WHO pada tahun 2004, telah menunjukkan dukungan pada penggunaan obat bahan alam untuk wilayah Asia Tenggara dengan merekomendasi penggunaan herbal dalam pemeliharaan kesehatan masyarakat, pencegahan dan pengobatan penyakit, terutama untuk penyakit akut, penyakit kronis.

Menurut Trickey (2003); Buckle (2003), prinsip dasar herbal adalah melakukan pembenahan diri dalam tubuh agar berada dalam keadaan seimbang. Aplikasi terapi herbal sangat beragam. Salah satu terapi herbal yang sangat digemari, ekonomis dan praktis adalah aromaterapi. Menurut Price dan Price (1997); Rho dkk (2005), aromaterapi merupakan penggunaan minyak esensial atau atsiri yang diderivasi dari bagian tumbuhan untuk meningkatkan kesehatan, vitalitas tubuh, pikiran serta jiwa dengan cara inhalasi, mandi rendam, kompres, pemakaian topikal dan pijat.

Pemahaman yang lebih dalam tentang pemanfaatan herbal di kalangan mahasiswa keperawatan akan menjadi dasar dalam mengembangkan proses “*caring*”. Menurut Grandi dkk (2012), kasus ketidaknyamanan menstruasi atau dismenore memiliki dampak pada kesehatan masyarakat dan pekerjaan. Nyeri pada menstruasi berhubungan dengan gejala depresi, sakit kepala, kehilangan nafsu makan bahkan kehadiran yang jarang. Ketergantungan pada pengobatan sangat besar, yaitu 65,6%. Dampak ketergantungan obat ini sangat berbahaya dalam jangka waktu panjang.

Intervensi dalam mengatasi ketidaknyamanan menstruasi dapat dilakukan dengan penggunaan minyak esensial. Menurut Azzaro dan Azzaro (2012), minyak esensial dipergunakan secara topikal, berperan pada meridian jantung-usus kecil, hati-empedu, ginjal-kandung kemih, ren (conception vessel), pericardium-sanjiao. Prinsip terapi yang dipergunakan berdasarkan TCM (*Traditional Chinese Medicine*).

Tahap inisiasi tentang penggunaan minyak esensial saat menstruasi dilakukan dengan dua metode pendekatan, yaitu diskusi dan demonstrasi. Kedua metode ini mempunyai kepraktisan dari waktu, tenaga, dan sarana, serta biaya.

Pengenalan terapi dengan minyak esensial yang sesuai pada saat menstruasi perlu dilakukan pada mahasiswi keperawatan karena selama ini belum ada bahasan secara khusus mengenai pemakaian dan pemanfaatannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan teknik demonstrasi dan diskusi tentang penggunaan minyak esensial saat menstruasi terhadap tingkat kesediaan pemakaian pada mahasiswi keperawatan STIKES AN NUR.

METODE

Penelitian quasi eksperimen dilakukan pada mahasiswi tingkat 2 dan tingkat 3 program studi strata satu keperawatan, pengambilan sampel secara *accidental sampling*, responden yang bersedia dan menjadi sampel sebanyak 18 orang, kelompok 1 terdiri dari 9 orang menerima perlakuan dengan teknik demonstrasi, kelompok 2 terdiri dari 9 orang menerima perlakuan dengan teknik diskusi. Hipotesa penelitian adalah terdapat perbedaan antara perlakuan diskusi dan demonstrasi terhadap kesediaan penggunaan minyak esensial saat menstruasi.

Kelompok diskusi menggunakan pustaka tentang prinsip-prinsip TCM (*Traditional Chinese Medicine*) berkaitan dengan aromaterapi yang dipergunakan pada saat menstruasi. Batasan diskusi: keseimbangan yin-yang, aksi minyak esensial, aroma, meridian utama, manfaat, standar keamanan. Pelaksanaan dilakukan satu kali pengajaran. Variabel perlakuan diskusi dikontrol oleh peneliti menggunakan SAP (Satuan Acara Perkuliahan).

Kelompok demonstrasi menggunakan teknik peragaan langsung. Pengajar menyampaikan materi dengan mempertunjukkan prosedur penggunaan minyak esensial saat menstruasi dengan menggunakan sarana probandus. Pelaksanaan dilakukan satu kali pengajaran. Variabel perlakuan demonstrasi dikontrol oleh peneliti menggunakan SAP (Satuan Acara Perkuliahan).

Kesediaan pada penggunaan terapi berdasarkan indikator: bersedia melakukan, mencoba gerakan yang telah diajarkan. Kedua indikator ini dikembangkan berdasarkan domain Bloom. Skala yang dipergunakan adalah dikotomi (ya nilai 1, tidak nilai 0). Pengumpulan data menggunakan ceklis.

Data kedua perlakuan akan dibandingkan hasilnya. Analisa dilakukan dengan uji non paired t-test pada tingkat kepercayaan 95%.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kesediaan Penggunaan Minyak Esensial Saat Menstruasi

Tindakan	Jumlah	Prosentase
Belum melakukan	4	22,2
Melakukan	14	77,8
Total	18	100

Berdasarkan hasil pada tabel.1, pada kelompok perlakuan diskusi terdapat 3 orang yang belum bersedia menggunakan minyak esensial, sedangkan pada perlakuan demonstrasi terdapat 1 orang yang belum bersedia melakukannya.

Tabel 2. Tabel Perbandingan Perlakuan Diskusi dan Demonstrasi

	F	Sig	t	df	Sig. (2-tailed)
Equal variances assumed	5,776	0,029	1,109	16	0,284
Equal variances not assumed			1,109	13.938	0,286

Berdasarkan hasil uji analisa nilai p value $0,029 < 0,05$ maka terdapat perbedaan antara perlakuan diskusi dan perlakuan demonstrasi.

PEMBAHASAN

Kesediaan pemakaian minyak esensial pada penelitian ini mencapai 77,8%. Indikator berdasarkan kesediaannya untuk mencoba dan melakukan gerakan yang diajarkan. Bila dilihat dari angka tersebut maka peran serta mahasiswi keperawatan dalam penggunaan terapi non-konvensional sudah cukup besar.

Fakta yang menarik bahwa mereka yang diberikan perlakuan metode demonstrasi lebih banyak yang bersedia bila dibandingkan metode diskusi. Menurut Edgar Dalle dalam Notoatmojo (2007), dengan menggunakan probandus saat demonstrasi memberikan gambaran yang lebih baik untuk pengembangan sikap, opini dan motivasi begitu pula untuk penyampaian keterampilan persepsi organik.

Mahasiswi yang menerima perlakuan demonstrasi cenderung lebih mandiri, percaya diri dalam praktik. Mereka mempersiapkan diri dengan lebih baik, sehingga tahu yang dilakukannya. Menurut Swanson dkk (2011), hasil kepuasan dan kepercayaan diri mahasiswa sangat tergantung dengan *performance* dari pengajar.

Metode diskusi akan memberikan penguatan pada informasi faktual, konsep, aturan (Edgar Dalle dalam Notoatmojo, 2007). Mahasiswi yang aktif berpartisipasi dalam diskusi sangat antusias mengajukan pertanyaan yang berkaitan dengan teknik-teknik penggunaan minyak esensial.

Berdasarkan hasil uji statistik antara kedua perlakuan terdapat perbedaan karena nilai p valuenya kurang dari 0,05. Perbedaan ini mungkin disebabkan karena opini yang ada pada kelompok demonstrasi terbentuk lebih kuat bila dibandingkan dengan kelompok diskusi.

Pada penelitian ini teknik demonstrasi lebih meyakinkan mahasiswa untuk bersedia menggunakan minyak esensial saat menstruasi. Namun bila dilihat dari selisih angka perbedaannya tidak terlalu besar. Penggunaan kedua metode secara bersamaan mungkin akan lebih meningkatkan kesediaan pemakaian. Selain penanaman opini yang kuat, mahasiswi juga mendapatkan informasi yang lebih faktual untuk penyelesaian kasus-kasus yang berbeda atau mengembangkan konsep atau aturan baru.

Peningkatan pengetahuan tentang penggunaan minyak esensial dalam aromaterapi, seyogyanya dapat diberikan secara terus-menerus. Hal ini penting karena peranan aromaterapi sebagai terapi komplementer. Apabila mahasiswi mampu meningkatkan pengetahuannya maka implementasi dalam keperawatan yang holistik juga turut meningkat.

Menurut Orlich dkk (2004), ketiga domain pendidikan kognitif, afektif dan psikomotorik harus tercapai secara bersamaan. Proses belajar bertingkat, pencapaian tingkat pendidikan lebih tinggi tergantung dari keterampilan dan pengetahuan yang didapatkan dari tingkat pendidikan sebelumnya.

KESIMPULAN:

Perlakuan dengan teknik diskusi terdapat tiga orang yang belum bersedia menggunakan minyak esensial. Perlakuan dengan teknik demonstrasi terdapat 1 orang yang belum bersedia menggunakan minyak esensial. Teknik demonstrasi memberikan tingkat kebersediaan lebih tinggi dalam pemakaian minyak esensial dibandingkan teknik diskusi, berdasarkan nilai p value $0,029 < 0,05$ pada taraf kepercayaan 5%.

SARAN:

Peningkatan pengetahuan tentang penggunaan minyak esensial selama periode menstruasi harus dilakukan agar mahasiswa mampu mengaplikasikan pada diri dan klien.

Penggabungan kedua metode yaitu teknik diskusi dan teknik demonstrasi dapat dilakukan secara bersamaan untuk meningkatkan kebersediaan dalam penggunaan minyak esensial. Peningkatan pengetahuan tentang penggunaan minyak esensial dalam aromaterapi, seyogyanya dapat diberikan secara terus-menerus. Hal ini penting karena peranan aromaterapi sebagai terapi komplementer. Apabila mahasiswi mampu meningkatkan pengetahuannya maka implementasi dalam keperawatan yang holistik juga turut meningkat.

Penelitian selanjutnya diharapkan dilakukan pada jumlah sampel yang lebih besar dan dilakukan dengan sampel acak. Waktu penelitian seyogyanya lebih panjang untuk melihat ketiga aspek domain pendidikan telah mencapai hasil yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Antigoni F, Dimitrios T. 2009. Nurses' Attitudes Towards Complementary Therapies. *Health Science Journal*. 3(3), 149-157
- Azzaro AM, Azzaro KH. 2012. The Yin and Yang of Oils. *The National Association for Holistic Aromatherapy Journal*. 2, 15-22
- Buckle J. 2003. *Clinical Aromatherapy* (2nd ed). Philadelphia: Elsevier Science.
- Grandi, Ferrari, Xholli, Cannoletta, Palma, Romani, Volpe, Cagnacci. 2012. Prevalence of menstrual pain in young women: what is dysmenorrhea?. *Journal of Pain Research*. 5, 169-174
- Idward Y. 4 Oktober 2011. *Seberapa Besar Manfaat Pengobatan Alternatif?*. Retrieved from <http://www.gizikia.depkes.go.id/archives/5485>
- Notoatmojo S. 2007. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Indonesia: Rineka Cipta
- Orlich (Ed), Harder (Ed), Callahan (Ed), Trevisan (Ed), Brown (Ed). 2004. *Teaching Strategies: A Guide to Effective Instruction*. Belmont .USA: Wadsworth Cengage Learning

- Price S, Price L. 1997. *Aromaterapi bagi profesi kesehatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Rho, Han, Kim, Lee. 2005. Effects of Aromatherapy Massage on Anxietas and Self-Esteem in Korean Elderly Woman: A pilot Study. *International Journal of Neurosciene*, 116: 1447-1455
- Swanson, Nicholson, Teresa, Kimberley. 2011. Comparison of Selected Teaching Strategies Incorporating Simulation and Student Outcomes. *Clinical Simulation in Nursing*, 7(3), e1-e10
- Tickey R. 2003. *Women, hormones and the menstrual cycle:Herbal and medical solutions from adolescence to menopause* (2nded). Australia: Griffin Press