

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Nyeri kepala (cephalgia) adalah rasa nyeri atau rasa tidak mengenakkan pada seluruh daerah kepala dengan batas bawah dari dagu sampai ke daerah belakang kepala (daerah oksipital dan sebagian daerah tengkuk) (Sjahrir, 2008). Nyeri kepala merupakan gangguan syaraf yang sangat sering terjadi di masyarakat. Menurut data WHO, 47% orang dewasa mengalami nyeri kepala setidaknya satu kali setiap tahunnya (WHO, 2012).

Nyeri kepala terbagi menjadi 2 berdasarkan etiologinya, yaitu nyeri kepala primer dan nyeri kepala sekunder (*International Headache Society*, 2013). Nyeri kepala primer adalah nyeri kepala tanpa disertai adanya penyebab struktural organik. Nyeri kepala primer terdiri dari nyeri kepala migrain, nyeri kepala terikat (*Tension-type Headache* – TTH), nyeri kepala cluster, dan nyeri kepala primer lainnya (*Carotidyna*, etc.). Nyeri kepala sekunder adalah nyeri kepala yang disebabkan oleh kondisi kesehatan lain (Goadsby, 2002).

Nyeri kepala terikat atau *Tension-type Headache* (TTH) adalah nyeri kepala yang disebabkan oleh mengencangnya otot bagian belakang dari leher dan/atau kulit

kepala, biasanya dikarenakan stress emosional, kelelahan, atau depresi (*University of California, 2002*). TTH merupakan nyeri kepala yang paling sering muncul. Presentase munculnya TTH berdasarkan WHO sebesar 70% dari beberapa populasi, dan 1-3% terjadi pada orang dewasa. Kasus TTH lebih banyak mengenai perempuan dibandingkan dengan laki-laki dengan perbandingan 1:3 (WHO, 2012).

Penyakit merupakan salah satu cobaan yang Allah SWT berikan kepada umatnya. Namun, tidak ada penyakit yang tidak ada obatnya, sebagaimana disabdakan oleh Rasulullah SAW:

نَزَلَ اللَّهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً مَا أ

“Tidaklah Allah menurunkan penyakit kecuali Dia juga menurunkan penawarnya.”
(HR Bukhari).

لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ، فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ

“Setiap penyakit ada obatnya. Apabila obat itu tepat untuk suatu penyakit, penyakit itu akan sembuh dengan seizin Allah ‘Azza wa Jalla.” (HR Jabir bin ‘Abdullah ra).

Penatalaksanaan nyeri dapat dilakukan dengan pemberian obat penghilang nyeri (analgesik) maupun obat lainnya. Tetapi penatalaksanaan nyeri tidak hanya berupa farmakologis saja tetapi juga bisa berupa non-farmakologis. Terapi non-farmakologis bisa dilakukan melalui distraksi, relaksasi, stimulasi kulit kompres air hangat atau dingin, latihan nafas dalam musik, aromaterapi, reiki, imajinasi, hypnosis. Pemberian terapi non-farmakologis juga dipercaya dapat menghilangkan nyeri.

Aromaterapi adalah metode yang menggunakan *essential oil* untuk meningkatkan kesehatan dan emosi. *Essential oil* adalah minyak alami yang diambil dari tanaman aromatik. (Koensoemardiyah, 2009). Aromaterapi dapat menimbulkan efek terhadap sistem limbik apabila dihirup. Hal ini juga dapat menstimulasi respon fisiologis sistem syaraf, sistem endokrin atau sistem imun, mempengaruhi detak jantung, tekanan darah, pernapasan, aktivitas gelombang otak dan mengeluarkan beberapa hormon yang ada pada tubuh. Efek aromaterapi terhadap otak dapat mensesiasi ataupun menstimulasi sistem syaraf, dan juga bertujuan membuat sekresi hormon menjadi normal (*Colorado Craig Hospital*, 2013).

Melihat dari beberapa penelitian, banyak penelitian yang menunjukkan bahwa terapi non-farmakologis berupa aromaterapi dapat memberikan efek terapis terhadap beberapa kondisi seperti menghilangkan nyeri, gangguan otot, arthritis, gangguan pencernaan, gangguan kulit dan infeksi bakteri maupun virus (*Colorado Craig Hospital*, 2013). Lavender merupakan bunga dengan bau yang kuat dan enak, sehingga membuat bunga ini sebagai salah satu aromaterapi yang populer, dimana bunga ini dianggap sebagai *essential oil* yang serbaguna dan bermanfaat (Welsh, 1995).

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap nyeri kepala TTH.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap nyeri kepala *Tension-type Headache* (TTH)?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum:

- a. Mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri kepala *Tension-type Headache* (TTH).

2. Tujuan khusus:

- a. Mengetahui perbedaan intensitas nyeri sebelum penggunaan aromaterapi dan setelah penggunaan aromaterapi.
- b. Mengidentifikasi perbedaan intensitas nyeri sebelum penggunaan aromaterapi dan setelah penggunaan aromaterapi.
- c. Menjelaskan pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap nyeri kepala TTH.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Diharapkan melalui penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan, ilmu praktik, serta ilmu penelitian bagi peneliti.

2. Bagi profesi kedokteran

Diharapkan melalui penelitian ini dapat menyediakan bukti ilmiah untuk pengobatan non-farmakologis untuk pasien TTH.

3. Bagi masyarakat

Diharapkan melalui penelitian ini masyarakat dapat mendapatkan terapi pilihan lain (terapi non-farmakologis) yang sama efektifnya dengan terapi farmakologi.

E. Keaslian Penelitian

Sepengetahuan peneliti, penelitian ini belum pernah dilakukan, akan tetapi di tempat lain penelitian sejenis pernah dilakukan, seperti:

1. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Di Rumah Sakit Dustira Cimahi.

Oleh: Argi Vigona Bangun dan Susi Nur'aeni (2013) Mahasiswa Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jendral Ahmad Yani Cimahi.

Penelitian dilaksanakan di ruang perawatan bedah wanita RS Dustira Cimahi pada April sampai dengan Mei 2013. Penelitian ini menggunakan desain *Quasi-experimental* dengan *one group pretest posttest*. Responden terdiri dari 10 orang pasien pasca operasi bedah mayor hari ke-2 yang tidak memiliki riwayat dioperasi sebelumnya, berusia 18-45 tahun, jenis kelamin perempuan, dan mendapatkan jenis

analgetik yang serupa. Hasil penelitian, terdapat perbedaan intensitas nyeri setelah diberikan aromaterapi lavender ($p=0,001$). Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu variabel terikat yang peneliti gunakan adalah intensitas nyeri kepala TTH.

2. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sebelum Operasi Dengan Anestesi Spinal Di RS Tugu Semarang

Oleh: Arwani, Iis Sriningsih dan Rodhi Hartono (2013) Mahasiswa Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang.

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimental semu (*quasy experiment*) dengan rancangan penelitian yang peneliti gunakan adalah *pretest-posttest without control group design*. Pengambilan data awal tingkat kecemasan dilakukan 2 jam sebelum operasi. Kemudian responden diberikan aroma terapi dengan cara meneteskan 5 tetes aromaterapi (lavender oil) pada masker untuk dipakaikan selama 15 menit. Peneliti kemudian melakukan pengukuran kedua (post test) tingkat kecemasan yakni 1 jam sebelum operasi untuk dilakukan pengolahan dan analisis data. Hasil penelitian, diketahui ada pengaruh pemberian aromaterapi terhadap tingkat kecemasan pasien sebelum operasi dengan anestesi spinal di RS Tugu Semarang ($p < 0.05$). Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu variabel terikat yang peneliti gunakan adalah intensitas nyeri kepala TTH.