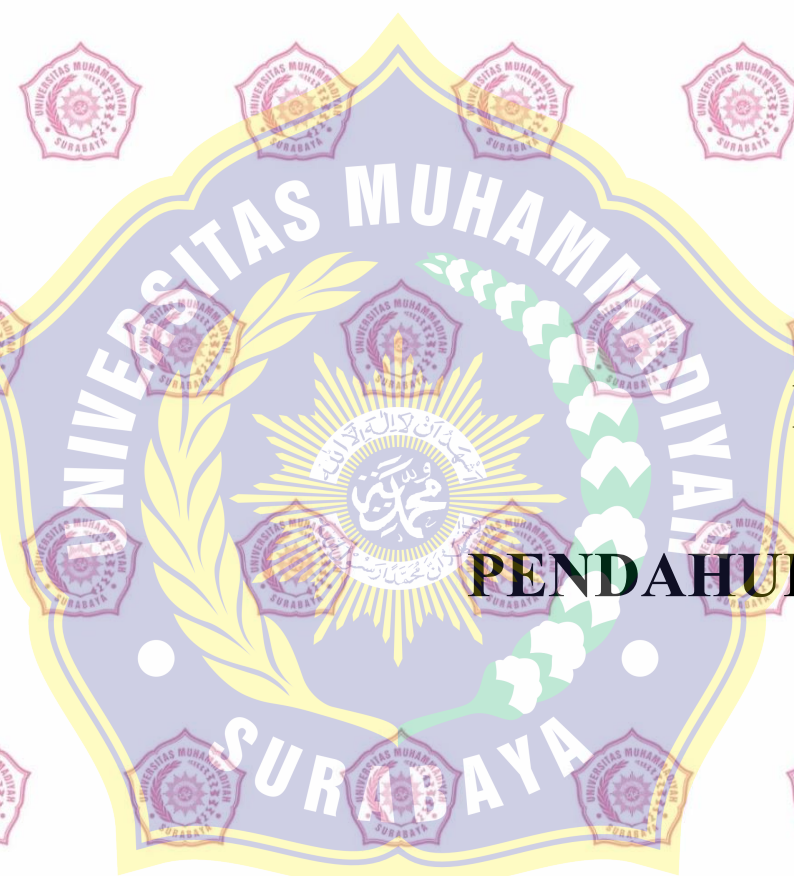




BAB I

PENDAHULUAN

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Para ahli sepakat bahwa tahun pertama kuliah merupakan masa yang sulit bagi mahasiswa baru. Mahasiswa baru dituntut untuk dapat beradaptasi dan memenuhi tuntutan perilaku, kognitif, dan afektif yang datang dari lingkungan kuliah (Ramadhani dan Rahmawati, 2021). Memiliki ketahanan dan stabilitas yang baik adalah salah satu aspek krusial yang harus dimiliki oleh individu agar dapat beradaptasi dengan baik (Puspitasari, Gunawan dan Dwijayanthi, 2024). Berdasarkan definisinya, stabilitas dapat diartikan sebagai mekanisme kerja yang memiliki elemen tetap, yang memastikan kelancaran dan kestabilan pekerjaan (Sipahutar dan Tanjung, 2023). Ketahanan ialah kemampuan yang dimiliki secara personal untuk menghadapi situasi yang menimbulkan tekanan psikologis atau beban emosional, berisiko, atau tidak terprediksi, serta untuk mengatasi seluruh perubahan yang bisa saja terjadi (Anjarani *et al.*, 2022).

Salah satu faktor yang dapat menurunkan stabilitas dan ketahanan dalam bekerja adalah kelelahan otot, diartikan sebagai ketidakmampuan untuk mempertahankan kekuatan *output*, sehingga mengakibatkan kinerja yang tidak maksimal (Supriatna, 2020). Saat tubuh bekerja, terjadi proses pemecahan glikogen yang menghasilkan energi dan asam laktat. Saat otot berkontraksi, asam laktat terakumulasi, menghambat fungsi otot, dan menyebabkan kelelahan (Anggraeny, Russeng dan Saleh, 2021). Menghirup aromaterapi dapat meningkatkan gelombang alfa yang berhubungan dengan relaksasi, serta dapat membantu mengatasi insomnia dan menjaga keseimbangan tubuh, mengurangi stres, sakit kepala, dan kejang otot (Anjarani *et al.*, 2022). Penelitian terdahulu sudah memberikan gambaran potensi

aromaterapi minyak Gaharu dalam penggunaannya sebagai salah satu bentuk terapi relaksasi (Wangiyana, 2019).

Gaharu (*Gyrinops versteegii*) merupakan salah satu tanaman yang dapat ditemukan di beberapa lokasi, seperti Lombok, Sumbawa, dan Sumba (Widyarini, Wahyudi dan Jemi, 2015). Gaharu dikenal dengan aroma nya yang wangi sehingga banyak dimanfaatkan sebagai aromaterapi (Herliani, 2018). Senyawa khusus yang terdapat dalam minyak essensial Gaharu selain memiliki efek relaksasi, juga terbukti memiliki efek antidepresan (Wangiyana, 2019). Namun, Potensi dari tanaman Gaharu masih belum dimanfaatkan secara maksimal (Widyarini, Wahyudi dan Jemi, 2015). Hingga sekarang, berdasarkan hasil pencarian pada *Google Scholar* dalam 10 tahun terakhir dengan kata kunci “manfaat *essential oil Gyrinops versteegii*” hanya terdapat sekitar 36 artikel. Jumlah penelitian yang masih sedikit tersebut dapat dijadikan faktor yang mendukung kurang optimalnya pemanfaatan tanaman Gaharu dengan jenis *Gyrinops versteegii*.

Berdasarkan beberapa permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk membuktikan pengaruh aromaterapi *essential oil Gyrinops versteegii* terhadap stabilitas dan ketahanan bekerja pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya, dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu penatalaksanaan dalam meningkatkan stabilitas dan ketahanan bekerja pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh pemberian aromaterapi *essential oil Gyrinops versteegii* terhadap stabilitas dan ketahanan bekerja pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh pemberian aromaterapi *essential oil Gyrinops versteegii* terhadap stabilitas dan ketahanan bekerja pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui pengaruh stabilitas bekerja sebelum dan setelah pemberian aromaterapi *essential oil Gyrinops versteegii* terhadap mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. Mengetahui pengaruh ketahanan bekerja sebelum dan setelah pemberian aromaterapi *essential oil Gyrinops versteegii* terhadap mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Mengetahui adanya pengaruh antara pemberian aromaterapi *essential oil Gyrinops versteegii* terhadap stabilitas dan ketahanan bekerja pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya untuk

membantu proses pembelajaran dalam Fakultas Kedokteran, selain itu penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar yang digunakan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadi salah satu penatalaksanaan dalam meningkatkan stabilitas dan ketahanan bekerja pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya dengan pemberian aromaterapi *essential oil Gyrinops versteegii* yang bertujuan agar dapat menjalankan proses pembelajaran dengan baik.
2. Adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumber ilmu pengetahuan bahwa Gaharu dapat dijadikan produk komersial lain yang memiliki nilai bisnis yang tinggi, sehingga diharapkan masyarakat dapat memanfaatkannya dengan baik.

