
**PENURUNAN NYERI POST SECTIO CAESAREA MENGGUNAKAN
AROMA TERAPI LAVENDER DIRUANG FLAMBOYAN RSUD
PROF. DR. MARGONO SOEKARJO**

**Novita Setiarini¹, Ema Wahyu Ningrum²
Universitas Harapan Bangsa**

Email : novitasetiari2001@gmail.com¹, ema@uhb.ac.id²

ABSTRAK

Luka post sectio caesarea dapat menimbulkan sensasi nyeri. Nyeri dipengaruhi oleh faktor fisik maupun psikologi. Faktor fisik meliputi usia, tingkat mobilitas. Faktor psikologi meliputi motivasi diri, pengalaman ibu serta persiapan diri ibu untuk menghadapi persalinan. Nyeri yang tidak ditangani dengan baik akan memberikan dampak kepada ibu dan bayi seperti terganggunya sistem kardiovaskular, pulmonal, syok neurogenik dan terhambatnya proses laktasi. Studi ini bertujuan untuk mengetahui efek inhalasi aromaterapi lavender terhadap nyeri post sectio caesarea. Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif melalui pendekatan proses asuhan keperawatan. Studi kasus ini implementasi dengan mengukur nyeri dan mengatasi nyeri dengan memberikan aromaterapi lavender pada pasien post sectio caesarea. Pengukuran nyeri dilakukan pre-post terapi aromaterapi lavender dengan meneteskan minyak essential lavender 3 tetes pada tisu sebanyak 2x dalam satu shift, dalam sekali sesi dilakukan selama 5 menit kemudian dilakukan evaluasi setelah 30 menit. Hasil studi menunjukkan bahwa ada penurunan intensitas nyeri setelah pemberian inhalasi aromaterapi lavender.

Kata Kunci: aroma terapi lavender, post sectio caesarea, nyeri.

ABSTRACT

Post caesarean section wounds can cause painful sensations. Pain is influenced by physical and psychological factors. Physical factors include age, level of mobility. Psychological factors include self-motivation, the mother's experience and the mother's preparation for childbirth. Pain that is not treated properly will have an impact on the mother and baby, such as disruption of the cardiovascular and pulmonary systems, neurogenic shock and obstruction of the lactation process. This study aims to determine the effect of lavender aromatherapy inhalation on post caesarean section pain. This case study uses a descriptive method through a nursing care process approach. This case study is implemented by measuring pain and treating pain by providing lavender aromatherapy to post-sectorial caesarea patients. Pain measurements were carried out pre-post lavender aromatherapy therapy by dripping 3 drops of lavender essential oil on a tissue twice in one shift, carried out in one session for 5 minutes and then evaluated after 30 minutes. The study results showed that there was a decrease in pain intensity after administering lavender aromatherapy inhalation.

Keywords: lavender aroma therapy, post sectio caesarea, pain.

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan suatu kondisi dimana harus dipersiapkan oleh ibu yang tengah mengandung dengan usia kehamilan trimester ketiga. Persalinan adalah proses mengeluarkan

janin yang sudah memasuki usia kelahiran melalui jalan lahir atau jalan lainnya (Legawati, 2018). Persalinan dapat dilakukan secara normal dan tidak normal bagi ibu, persalinan yang tidak normal dapat dilakukan dengan tindakan operasi yang sering disebut dengan operasi sectio caesarea (SC). Sectio caesarea adalah suatu tindakan pembedahan pada dinding abdomen dan uterus yang bertujuan untuk melakukan kelahiran seorang anak (Kapitan, 2021). Persalinan dengan operasi SC biasanya dilakukan karena adanya

beberapa indikasi. Indikasi yang tidak mendukung seorang ibu melakukan persalinan normal ialah dengan faktor panggul sempit, mengalami preeclampsia, ketuban pecah dini dan beberapa faktor lainnya (Purwoastuti & Walyani, 2021). Berdasarkan Riskesdas pada tahun 2018 angka tertinggi di Indonesia yang melakukan persalinan SC yaitu di Provinsi DKI Jakarta sebesar 17,6 % dan terendah di Papua sebesar 6,7 %. Sedangkan persentase kelahiran di Jawa Tengah yang dilakukan melalui operasi caesar mencapai 17,1%. Berdasarkan temuan tersebut, persentase total kelahiran di Indonesia yang diselesaikan melalui operasi caesar jauh lebih tinggi dibandingkan batas maksimum standar 2

yang ditetapkan WHO, yaitu antara 10 hingga 15 persen dari total jumlah kelahiran di suatu negara (Kemenkes RI, 2021). Persalinan baik normal ataupun operasi mungkin akan menimbulkan rasa nyeri. Persalinan dengan operasi SC dapat menimbulkan rasa nyeri yang hebat pada hari pertama saat bius sudah hilang dan lebih terasa pada saat luka jahitan mengering (Sitorus, 2021). Banyak faktor yang dapat mempengaruhi timbulnya nyeri baik fisik maupun psikis seperti usia, tingkat mobilitas, motivasi diri dari intern maupun ekstern, pengalaman ibu serta persiapan diri ibu untuk menghadapi persalinan (Harnis, 2019). Nyeri post persalinan yang dialami oleh ibu post SC harus ditangani dengan baik karena jika tidak dapat menimbulkan efek yang bahaya seperti terganggunya sistem pulmonary, kardiovaskuler, gastrointestinal, endokrin dan imunologik (Purwoastuti & Walyani, 2021). Nyeri pasca operasi akan menimbulkan reaksi baik secara fisik maupun psikis pada ibu nifas, seperti mobilisasi terganggu, malas beraktivitas, sulit tidur, kurang nafsu makan, dan tidak mau merawat bayi. Oleh karena itu perlu adanya suatu cara pengendalian nyeri agar ibu nifas dapat beradaptasi dengan nyeri pasca operasi caesar dan mempercepat masa nifas (Anjelia, 2021). Nyeri yang tidak ditangani secara adekuat juga akan menimbulkan masalah pada proses laktasi yang berakibat pada bayi. Dampak yang diterima oleh bayi ialah tidak dapat menerima ASI karena ibu merasa tidak leluasa dalam melakukan pergerakan akibat nyeri, kesulitan bergerak dalam melakukan perawatan bayi akibat ketidaknyamanan yang dirasakan (Kapitan, 2021). Sensasi nyeri persalinan dapat diatasi secara farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yang dapat membantu ibu mengurangi nyeri post sectioesarea ialah dengan diberikan obat analgetik seperti ketorolac injeksi, tramadol, asam mefenamat atau paracetamol. Obat-obatan ini dapat mengatasi nyeri dalam waktu 4-6 jam dan dapat diulangi setiap 2 jam sekali jika nyeri yang dirasa dengan intensitas berat (Furdiyanti et al., 2019). Terapi non farmakologis yang dapat membantu mengatasi nyeri post SC ialah berupa beberapa teknik relaksasi yaitu mulai dari relaksasi nafas dalam, hipnoterapi, relaksasi benson serta menggunakan aromaterapi untuk merilekskan nyeri tanpa adanya tarikan pada bagian abdomen. Aromaterapi dapat memberikan efek relaksasi dan membuat sensasi nyeri pada ibu 2 post SC dengan cara membuat pikiran ibu menjadi tenang dengan aromaterapi yang dihirup (Jaelani, 2017). Aromaterapi menggunakan esensi minyak lavender merupakan salah satu yang paling aman serta mempunyai daya antivirus, anti jamur, antiseptik yang kuat dan dapat memberikan efek meringankan nyeri (Kakuhese & Rambli, 2019). Aromaterapi adalah terapi yang menggunakan ekstrak minyak esensial untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan baik secara fisik maupun memberikan kesegaran pada jiwa kita. Metode aplikasi aromaterapi lavender (*lavandulaangustifolia*) adalah metode nonfarmakologis mengurangi nyeri persalinan (Katili & Aisya, 2019). Aromaterapi Lavender diyakini dapat memberikan efek baik untuk menurunkan nyeri persalinan sectioesarea, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Diyah, dkk bahwa aromaterapi lavender dapat menurunkan nyeri pasien post SC yang efektif dalam menurunkan sensasi nyeri yang dialami dari yang berat hingga sedang (Diyah Wahyu

Utami et al., 2023). Penelitian lain yang dilakukan oleh Rahmayani tahun 2022 juga menyebutkan bahwa aromaterapi lavender dapat mengakibatkan efek ketenangan sehingga menyebabkan nyeri post SC menurun (Rahmayani & Machmudah, 2022).

METODE

Metode pada studi kasus ini menggunakan metode penelitian dengan desain deskriptif melalui pendekatan proses asuhan keperawatan. Studi kasus ini melakukan pengkajian kepada kedua responden, merumuskan diagnosa, menyusun intervensi dan melakukan implementasi serta mengevaluasi tindakan dengan mengukur nyeri dan mengatasi nyeri dengan terapi non farmakologi (memberikan aroma terapi lavender) pada pasien post sectio caesarea. Pengukuran nyeri dilakukan pre-post terapi aromaterapi lavender sebanyak 2x dalam satu shift, dalam sekali sesi dilakukan selama 5 menit kemudian dilakukan evaluasi setelah 30 menit. Subjek studi kasus ini berjumlah 1 ibu post SC yang mengalami nyeri. Pengambilan subjek studi kasus didapatkan menggunakan purposive sampling. Studi kasus ini dilakukan pada 27 – 29 Februari 2024. Peneliti melakukan asuhan keperawatan kepada pasien selama 3x24 jam dengan menerapkan terapi non farmakologi aromaterapi lavender sebanyak 2x dalam satu kali shift dan dilakukan selama 5 menit. Studi kasus ini dilakukan di rumah sakit. Instrumen untuk mengukur nyeri yang digunakan adalah Numeric Rating Scale (NRS), sedangkan terapi aromaterapi lavender menggunakan tisu yang ditetesi minyak esensial lavender sebanyak 3 tetes dihirup selama 5 menit dengan jarak 10 cm. Terapi ini dilakukan setelah pasien dalam keadaan nyeri sedang pada hari ke 1. Pengambilan data nyeri dilakukan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender. Pasien dijelaskan terkait tujuan dan manfaat diberikan terapi aromaterapi lavender. Peneliti tidak menampilkan identitas subjek studi kasus dalam laporan maupun naskah publikasi. Pengelolaan data studi kasus yang diperoleh dipresentasikan dan dianalisis untuk mengetahui penurunan nyeri persalinan pada ibu post sectio caesarea di Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. Margono Soekarjo. Data hasil studi kasus disajikan dalam bentuk tabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada proses pengkajian didapatkan data bahwa responden terdiri dari satu orang ibu post SC yang melahirkan dalam waktu ≤ 24 jam. Responden merupakan ibu dengan kelahiran kedua P2A0. Ibu mengeluh nyeri pada area abdomen yang merupakan tempat lahir, ibu mengeluh nyeri dengan intensitas sedang pada 24 jam post sectio caesarea. Dilakukan pemberian terapi non farmakologis setelah ibu sudah diberikan obat analgesik. Usia responden 29 tahun. Pada pengkajian responden mengatakan dirinya dilakukan operasi sectio caesarea karena mengalami ketuban pecah dini pada usia kehamilan 39 minggu. Diagnosa keperawatan yang dapat ditegakkan untuk kasus yang ada ialah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (tindakan operasi) (PPNI, 2017). Intervensi keperawatan studi kasus yaitu manajemen nyeri (1.08238). Manajemen nyeri meliputi Identifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas dan intensitas nyeri, identifikasi skala nyeri, identifikasi respon nyeri nonverbal, identifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri dan meminimalkan stimulus dengan menyediakan lingkungan yang tenang dan intervensi keperawatan pada studi kasus terdapat penambahan spesifikasi pada pengelolaan nyeri post sc yaitu diberikan terapi non farmakologi aromaterapi lavender agar dapat menurunkan nyeri post sectio caesarea pada responden dalam studi kasus (PPNI, 2018). Responden mengatakan nyeri saat dirinya hendak melakukan mobilisasi miring kanan dan kiri, rasanya seperti tersayat-sayat

tertarik pada area abdomen, skala nyeri 6 dan nyeri yang dihasilkan hilang timbul. Tekanan darah 120/70 mmHg, Nadi 80x/menit, S 36°C, RR 18x/menit. Klien mengatakan nyeri akan berkurang setelah pemberian obat antinyeri dan merasakan nyeri lagi setelah 3 jam pemberian antinyeri. Klien mengatakan merasa senang setelah diberikan aromaterapi lavender disela - sela pemberian obat antinyeri sebanyak 2x setiap 3 jam sekali. Klien tampak rileks ketika aromaterapi lavender diberikan, klien mengatakan nyeri yang ia rasakan berkurang cukup signifikan. Evaluasi studi kasus didapatkan hasil penurunan skala nyeri pada saat sebelum dilakukan pemberian aromatherapy lavender dan dievaluasi sesudah 30 menit dilakukan pemberian aromatherapy lavender selama 5 menit. Pada hari pertama, pasien menilai tingkat nyerinya pada skala 6 (nyeri sedang), namun pada hari ketiga, tingkat nyerinya menurun hingga skala 3 (nyeri sedang) setelah dilakukan evaluasi setelah pemberian tindakan pemberian aromaterapi lavender 3x24 jam. Sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender selama tiga puluh menit dilakukan evaluasi tindakan.

Tabel 1. Data Penurunan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah pemberian Aromatherapy Lavender

Intensitas Tingkat Nyeri	Sebelum tindakan	Sesudah tindakan
27 Februari 2024	6 (nyeri sedang)	5 (nyeri sedang)
28 Februari 2024	5 (nyeri sedang)	4 (nyeri sedang)
29 Februari 2024	4 (nyeri sedang)	3 (nyeri ringan)

Studi kasus ini nyeri yang dirasakan oleh pasien pasca operasi SC ialah nyeri akut dimana pasien mengeluh nyeri sedang dengan skala 6. Ada 3 kategori pembagian nyeri yaitu skala 0 tidak ada nyeri, skala 1-3 nyeri ringan, skala 4-6 skala sedang, skala 7-9 skala berat, skala 10 nyeri tidak tertahankan (Hanifah & Risdiana, 2022). Pada kasus diatas dikatakan bahwa nyeri yang timbul pada klien nyeri dengan skala 6. Skala nyeri responden dalam kategori nyeri sedang, nyeri tersebut diakibatkan oleh adanya luka sayatan post sectio caesarea. Luka sayatan yang terjadi pada lapisan organ tubuh dapat berbeda maka akan menimbulkan nyeri yang berbeda pula. Berdasarkan studi kasus yang dilakukan didapatkan penurunan skala nyeri pada responden setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender dengan menggunakan tisu yang ditetesi minyak essensial lavender. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmayani pada tahun 2022 dimana responden mengalami penurunan nyeri yang signifikan setelah diberikan aromaterapi lavender dengan menggunakan inhalasi tisu ditetesi minyak essensial lavender dan dihirup dengan jarak 10cm (Rahmayani & Machmudah, 2022). Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tirtawati pada tahun 2020 dimana kelompok kontrol mengalami penurunan nyeri yang signifikan setelah diberikan aromaterapi lavender (Tirtawati et al., 2020). Pemberian aromaterapi lavender sangat berpengaruh terhadap penurunan nyeri, hal ini dapat terjadi karena aromaterapi lavender merupakan pengobatan tradisional atau terapi alternatif untuk mengurangi nyeri pasca operasi sectio caesarea, dimana penggunaan aromaterapi inhalasi akan masuk ke sistem limbik sehingga nantinya akan diproses dan dihirup. Dimana pada saat kita menghirup aroma dari komponen kimia tersebut akan membuka bulbous olfactory, kemudian ke sistem limbik dan otak, dimana sistem limbik sebagai pusat nyeri, kesenangan, kemarahan, ketakutan, depresi, dan skala nyeri (Rahmawati & Yuniarti, 2020).

Mekanisme kerja aromaterapi ini mampu memberikan efek pereda nyeri, rileks dan nyaman pada tubuh karena aromaterapi lavender mengandung linalyl asetat dan linalool (C₁₀H₁₈O) dimana linalyl asetat berfungsi dapat melonggarkan sistem kerja saraf otot yang sedang dalam kondisi tegang dan linalool memiliki manfaat sebagai efek relaksasi dan sedative, sehingga menimbulkan manfaat penurunan nyeri post sectio caesarea. Pemberian Aromaterapi lavender melalui minyak essential lavender yang diteteskan pada tisu dapat menurunkan nyeri, hal tersebut dikarenakan ketika aromaterapi lavender dihirup masuk melalui organ penciuman kemudian menstimulasi hipotalamus pada batang otak agar tidak bereaksi terlalu kuat terhadap stressor yang diterimanya. Sehingga aromaterapi Lavender merangsang talamus untuk mengeluarkan enkefalin (Anjelia, 2021). Enkefalin merupakan neuromodulator yang dapat menghambat nyeri fisiologis. Ketika enkefalin dikeluarkan oleh otak dan mengaktifkan sistem parasimpatik agar dapat menurunkan nyeri post sectio caesarea, memberikan relaksasi pada tubuh. Hal tersebut akan memberikan pesan ke hipotalamus sehingga dapat mengurangi sekresi neuromodulator agar dapat merangsang sistem saraf simpatis sehingga akan menghasilkan kenyamanan (Anjelia, 2021).

KESIMPULAN

Aromaterapi lavender yang diaplikasikan dalam menangani nyeri ibu post sectio caesarea memberikan efek yang baik dalam penurunan intensitas nyeri. Pemberian aromaterapi lavender signifikan terbukti mampu menurunkan skala nyeri dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 3 (nyeri ringan).

DAFTAR PUSTAKA

- Anjelia, N. (2021). The effect of lavender essential oil on post-caesarean section. *Journal of Maternal and Child Health Sciences (JAKIA)*, 1(1), 8–13. <https://doi.org/10.36086/jakia.v1i1>
- Diyah Wahyu Utami, Panggah Widodo, & Ika Silvitasari. (2023). Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea di Ruang Adas Manis Rsud Pandan Arang Boyolali. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(4), 483–494. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i4.1993>
- Furdiyanti, N. H., Oktianti, D. O., Rahmadi, R. R., & Coreira, L. C. (2019). Keefektifan Ketoprofen Dan Ketorolak Sebagai Analgesik Pada Pasien Pasca Bedah Cesar. *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product*, 2(1). <https://doi.org/10.35473/ijpnp.v2i1.194>
- Hanifah, A. W., & Risdiana, N. (2022). Effects of Combination of Lavender Aromatherapy and Benson Relaxation on Pain in Patients with Post-C-section Surgery : Case Study. *Proceedings The 3rd UMY Grace*, 2(2), 201–206.
- Harnis, Z. E. (2019). Frekuensi Penggunaan Obat Analgesik Pada Pasien Pasca Bedah Sesar Di Rumah Sakit Umum Tanjung Pura Kabupaten Langkat Periode Januari Sampai Juni 2018. *Jurnal UIN Medan*, 2(2), 51–58.
- Jaelani. (2017). *Aroma Terapi*. Pustaka Populer Obor.
- Kakuhese, F. F., & Rambli, C. A. (2019). Penerapan Teknik Relaksasi Aromaterapi Lavender Pada Klien Dengan Nyeri Post Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 3(2), 52–58.
- Kapitan, M. (2021). *Konsep Dan Asuhan Keperawatan Pada Ibu Intranatal*.
- Katili, D. N. O., & Aisyah, M. W. (2019). The Impact of Aroma Therapy Variation on Reducing Pain and Anxiety Levels of Maternity Women. *EAS Journal of Nursing and Midwifery*, 1(6), 204–211. <https://doi.org/10.36349/EASJNM.2019.v01i06.005>
- Legawati. (2018). *Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Wineka Media.
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*.
- PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*.

- Purwoastuti, E., & Walyani, E. S. (2021). Ilmu Obstetri & Ginekologi Sosial untuk Kebidanan. Pustaka Baru.
- Rahmawati, I., & Yuniarti, E. V. (2020). The Influence Of Lavender Aromatherapy To Decrease Of Pain On Patient Post-Sectio Caesarea (SC) Operations In Hospital Islamic Sakinah Mojokerto. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (IJNMS)*, 4(1), 70–74.
- Rahmayani, S. N., & Machmudah, M. (2022). Penurunan Nyeri Post Sectio Caesarea Menggunakan Aroma Terapi Lavender di Rumah Sakit Permata Medika Ngaliyan Semarang. *Ners Muda*, 3(3). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.8377>
- Kementrian Kesehatan RI. (2021). Hasil Utama RISKESDAS. 2(12), 1029–1036. <https://doi.org/10.12691/jfnr-2-12-26>
- Sitorus, S. (2021). Pemberdayaan Ibu Hamil Untuk Perilaku Pemilihan Persalinan Upaya Menurunkan Sectio Caesarea Indikasi Non Medis. Yayasan Kita Menulis.
- Tirtawati, G. A., Purwandari, A., & Yusuf, N. H. (2020). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 7(2), 38–44. <https://doi.org/10.47718/jib.v7i2.1135>