

Penerapan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien *Post Sectio Caesarea* Di RSUD Kardinah Tegal

Nurinnisa Shiddiqiyah

Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa

Tin Utami

Program Studi Profesi Ners Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa

Alamat: Jl. Raden Patah No.100, Ledug, Kecamatan Kembaran Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah

Korespondensi penulis: nurinnisaa14@gmail.com

Abstract. *Sectio* is a surgical operation to help pregnant women give birth by making an incision in the abdominal wall (laparotomy) and uterus (hysterectomy). Compared with regular births, which only cause about 9% more suffering, births by cesarean section cause about 27.3% more pain. Pharmacology and non-pharmacology can be used together to treat pain. Within 24 hours after a caesarean section, patients can experience a five times greater reduction in pain thanks to lavender aromatherapy. There are no risks associated with using the main active components of lavender oil, linalyl acetate, and linalool, which may provide a calming effect. When lavender aromatherapy is inhaled, the compounds it contains trigger the hypothalamus to produce endorphins which can calm and soothe. Lavender aromatherapy also has properties that make it antibacterial, analgesic, antidepressant and antispasmodic. By offering and using lavender aromatherapy, this research approach is descriptive and takes the form of a case report. The aim of this research is to determine whether the use of lavender aromatherapy can help patients after giving birth by caesarean section reduce their discomfort. After receiving lavender aromatherapy, the research findings changed from a scale of 7 to 3. Research findings show that the use of lavender aromatherapy can help postpartum patients undergoing cesarean section reduce their discomfort.

Keywords: *aromatherapy Lavender, Sectio Caesarea, Painful.*

Abstrak. *Sectio caesarea* adalah operasi pembedahan untuk membantu ibu hamil melahirkan dengan cara membuat sayatan pada dinding perut (laparotomi) dan rahim (histerektomi). Dibandingkan dengan persalinan biasa, yang hanya menyebabkan sekitar 9% penderitaan, persalinan dengan operasi caesar menyebabkan sekitar 27,3% lebih banyak rasa sakit. Farmakologi dan nonfarmakologi dapat digunakan bersama-sama untuk mengatasi nyeri. Dalam waktu 24 jam setelah operasi caesar, pasien dapat merasakan pengurangan rasa sakit lima kali lebih besar berkat aromaterapi lavender. Tidak ada risiko terkait penggunaan komponen aktif utama minyak lavender, linalyl asetat, dan linalool, yang dapat memberikan efek menenangkan. Saat aromaterapi lavender dihirup, senyawa yang dikandungnya memicu hipotalamus untuk memproduksi hormon endorfin yang dapat menenangkan dan menenangkan. Aromaterapi lavender juga memiliki khasiat yang menjadikannya sebagai antibakteri, analgesik, antidepresan, dan antispasmodik. Dengan menawarkan dan menggunakan aromaterapi lavender, pendekatan penelitian ini bersifat deskriptif dan berbentuk laporan kasus. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memastikan apakah penggunaan aromaterapi lavender dapat membantu pasien pasca melahirkan operasi caesar mengurangi rasa tidak nyamannya. Setelah menerima aromaterapi lavender, temuan penelitian berubah dari skala 7 menjadi 3. Temuan penelitian menunjukkan bahwa penggunaan aromaterapi lavender dapat membantu pasien pasca melahirkan yang menjalani operasi caesar mengurangi rasa tidak nyamannya.

Kata kunci: Aromaterapi Lavender, *Section Caesarea*, Nyeri.

LATAR BELAKANG

World Health Organization (WHO) menetapkan standar persalinan dengan *sectio caesarea* pada rentang 10% hingga 15% dari semua proses persalinan di negara-negara berkembang (Anwar et al., 2018). Berdasarkan temuan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 yang dilakukan di Indonesia, persentase kelahiran melalui operasi caesar adalah sebesar 17,6%, dengan persentase terbesar di wilayah DKI Jakarta (31,3%), dan terendah di Papua. (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).

Sectio caesarea adalah prosedur pembedahan yang melibatkan pembuatan sayatan (sayatan) pada dinding perut (laparotomi), serta rahim (histerektomi), untuk mengangkat rahim dan melahirkan janin. (Anwar et al., 2018). Jika dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya menimbulkan sekitar 9% rasa sakit, operasi caesar menyebabkan sekitar 27,3% lebih banyak ketidaknyamanan bagi pasien. Nyeri dapat didefinisikan sebagai pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang disebabkan oleh kerusakan jaringan, baik aktual maupun prospektif.

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). Farmakologi dan nonfarmakologi sama-sama dapat digunakan untuk pengobatan nyeri. Meskipun pengobatan non-farmakologis sering digunakan, pengobatan tersebut meliputi relaksasi, hipnosis, perubahan gerakan dan posisi, pijat, hidroterapi, terapi panas atau dingin, musik, akupresur, dan aromaterapi. Manajemen nyeri farmakologis melibatkan penggunaan obat analgesik seperti analgesik opiat, non-opiat, dan analgesik tambahan. baik divergensi maupun daya cipta. Penulis tertarik membicarakan aromaterapi lavender karena telah terbukti bermanfaat dalam mengurangi rasa sakit pada berbagai penelitian sebelumnya. “Penerapan aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri pada pasien post section caesarea di RSUD Kardinah Tegal”

KAJIAN TEORITIS

Dengan menenangkan pikiran ibu dengan nafas aromaterapi dapat memberikan efek menenangkan dan menimbulkan rasa tidak nyaman pada ibu pasca SC (sectio cesarea). Menurut penelitian Herlyssa dkk. (2018), aromaterapi lavender dapat mengurangi nyeri pasien pasca SC (sectio cesarea) dalam waktu 24 jam, dengan hasil lima kali lebih efektif dalam mengurangi sensasi nyeri yang dialami dari berat hingga sedang. Hal ini mendukung anggapan bahwa aromaterapi lavender memiliki efek positif dalam meredakan nyeri persalinan operasi caesar (Herlyssa et al., 2018).

Karena linalyl asetat dan linalool, dua komponen aktif utama yang ditemukan dalam minyak lavender, keduanya berpotensi memberikan efek menenangkan, tidak ada efek samping atau kontraindikasi yang diketahui terkait dengan penggunaannya. Saat dihirup, senyawa yang terdapat pada aromaterapi lavender akan memicu hipotalamus untuk memproduksi hormon endorfin yang dapat menenangkan dan menenangkan. Aromaterapi lavender juga memiliki khasiat sebagai antibakteri, analgesik, antidepresan, dan antispasmodik. Menurut temuan penelitian lain yang dilakukan oleh Anjelia (2021), penggunaan aromaterapi lavender inhalasi berpotensi meningkatkan produksi hormon endorfin, dan juga bermanfaat dalam meredakan nyeri pada ibu SC pasca melahirkan. (Anjelia, 2021).

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian ini bersifat deskriptif dan berbentuk laporan kasus yang melibatkan kegiatan pengasuhan seperti pengkajian kematian, diagnosis kematian, intervensi kematian, pelaksanaan kematian, dan evaluasi kematian. Di ruang mawar terdapat satu pasien yang baru saja menjalani operasi caesar dan dijadikan sebagai sampel penelitian ini. Para ibu yang memiliki masalah mental atau pendengaran, serta mereka yang tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, tidak memenuhi kriteria inklusi, namun merupakan ibu pasca SC yang bersedia berpartisipasi.

Variabel bebas studi kasus ini yaitu Pemberian aromaterapi lavender pada pasien post operasi sectio caesarea terhadap penurunan nyeri. Waktu penelitian dilakukan pada tanggal 1-3 Februari 2023 di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal. Peneliti melakukan asuhan keperawatan kepada pasien dalam 3x24 jam dengan menerapkan inhalasi aromaterapi lavender satu hari 30 menit.

Skala Penilaian Numerik (NRS) adalah peralatan yang digunakan untuk mengukur rasa sakit, sedangkan aromaterapi lavender menggunakan pelembab dengan lima tetes minyak esensial lavender yang dikombinasikan dengan sepuluh mililiter air selama jangka waktu dua puluh menit. Pengumpulan data tingkat nyeri yang dialami dilakukan sebelum dan sesudah mendapat aromaterapi lavender. Data yang dikumpulkan dari manajemen studi kasus disajikan dan dievaluasi untuk menentukan apakah pemberian aromaterapi lavender pada pasien SC pasca operasi berguna dalam menurunkan tingkat ketidaknyamanan mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada proses pengambilan data didapatkan melalui hasil pengkajian, hasil pemeriksaan fisik, dan rekam medis. Hasil pengkajian bahwa responden Ny. S berusia 37 tahun dan kelahiran P3A1 post section caesarea hari 1 dengan indikasi PEB (Pre Eklamsia Berat). Pasien

datang dari ruang operasi ke ruang mawar pada tanggal 1 Februari 2023 pukul 10.00 WIB, dilakukan pengkajian pukul 16.00 WIB. Pasien mengeluh nyeri pada bagian perut, P : nyeri bertambah saat bergerak dan beraktivitas, dan nyeri berkurang ketika istirahat Q : nyeri seperti diiris-iris, R : nyeri pada bagian abdomen menjalar ke pinggang, S : skala nyeri 7, T : terus menerus. Pasien tampak meringis, terdapat luka post operasi SC (horizontal) dibagian abdomen, tekanan darah 179/112 mmHg, nadi 112x/menit.

Menurut PPNI (2017), diagnosis perdarahan pada kasus di atas ditentukan sebagai nyeri akut akibat agen kerusakan fisik (tindakan bedah). Manajemen nyeri adalah intervensi keperawatan yang harus digunakan dalam skenario ini (I.08238). Untuk menangani nyeri secara efektif, perlu untuk menghilangkan lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan tingkat keparahannya; untuk menetapkan skala nyeri; untuk mengidentifikasi unsur-unsur yang memperburuk atau mengurangi rasa sakit; dan memberikan pengobatan non-farmakologis, seperti aromaterapi lavender, untuk mengurangi nyeri pada responden studi kasus (PPNI, 2018).

Implementasi dilakukan dari tanggal 1 – 3 febuari 2023 dengan perencanaan yang sudah disusun sebelumnya dan disesuaikan dengan terapi advis dokter oleh pihak Rumah Sakit. Tindakan memberikan aromaterapi lavender pada hari ketiga menunjukkan adanya penurunan skala nyeri. P : nyeri bertambah saat beraktivitas, dan nyeri berkurang ketika istirahat Q : nyeri seperti diiris-iris, R : nyeri pada bagian abdomen, S : skala nyeri 3, T : hilang timbul. Terdapat luka post operasi SC (horizontal) dibagian abdomen, tekanan darah 147/98 mmHg.

Pada hari pertama, pasien menilai tingkat nyerinya pada skala 7 (nyeri berat), namun pada hari ketiga, tingkat nyerinya menurun hingga skala 3 (nyeri sedang) setelah dilakukan evaluasi setelah pemberian. tindakan pencegahan aromaterapi lavender 3x24 jam. Sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender selama tiga puluh menit dilakukan evaluasi tindakan.

Tabel 1 Intensitas tingkat nyeri

Intensitas Tingkat Nyeri	Sebelum Tindakan	Sesudah tindakan
1 Febuari 2023	7 (nyeri berat)	6 (nyeri sedang)
2 Febuari 2023	6 (nyeri sedang)	5 (nyeri sedang)
3 febuari 2023	4 (nyeri sedang)	3 (nyeri ringan)

Studi kasus ini nyeri yang dirasakan oleh pasien pasca operasi SC ialah nyeri akut dimana pasien mengeluh nyeri berat dengan skala 7. 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 dan Risdiana, 2022). Nyeri akut dari kerusakan jaringan yang aktual dan potensial dapat menimbulkan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan berintensitas ringan sampai dengan berat berlangsung selama kurang dari 3 bulan (PPNI, 2017),

Efek relaksasi yang dihasilkan dari inhalasi aromaterapi lavender akan menjadikan pikiran ibu tenang. Berdasarkan studi kasus yang dilakukan menunjukkan adanya efek setelah diberikan aromaterapi lavender dari skala 7 menjadi skala 3, dengan menggunakan humidifier yang berisi 5 tetes minyak essential oil lavender dicampurkan air 10cc selama 20 menit. Hal ini sejalan dengan penelitian Hanifah dan Risdiana (2022) mengatakan bahwa aromaterapi lavender sangat berpengaruh terhadap penurunan nyeri dari skala 6 menjadi skala 3.

Aroma terapi pada dihirup dengan komponen kimia utama yaitu *Linalool* dan *linalyl* asetat akan menghasilkan bulbous olfactory terbuka, kemudian ke system limbik dan otak dimana system limbic sebagai pusat nyeri. Lobus limbik ini terdiri dari hipocampus dan amigdala yang akan mengaktifkan hipotalamus untuk mengeluarkan hormon dan neurotransmitter. Molekul minyak esensial akan menstimulasi lobus limbik dan hipotalamus melalui otak yang akan mengontrol kerja otot jantung, tekanan darah, nadi dan pernafasan serta keseimbangan hormonal, dimana unsur aromatik akan mempengaruhi status emosional sehingga menimbulkan efek secara fisiologi dan psikologi (Nisa, 2017).

Studi kasus ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramayani dan Machmudah (2022). Dalam penelitian tersebut, responden mengamati adanya penurunan intensitas nyeri pada skala nyeri 1 setiap kali diberikan aromaterapi lavender. Telah diketahui bahwa aromaterapi dengan lavender membantu meredakan nyeri pada pasien yang baru saja menjalani operasi caesar (CS) dalam waktu dua puluh empat jam pertama setelah prosedur, dengan hasil yang lima kali lebih berhasil dalam mengurangi intensitas nyeri akibat parah hingga ringan. (Herlyssa et al., 2018).

Aromaterapi dengan lavender mungkin memiliki efek relaksasi dan mengurangi ketidaknyamanan pasca SC (Haniyah & Setyawati, 2018). Gelombang alfa otak, yang meningkatkan ketenangan, ditingkatkan dengan aromaterapi atau menghirup minyak esensial lavender. Hal ini terjadi karena efek aromaterapi atau minyak esensial yang lima kali lebih besar dalam mengurangi stres pada pasien yang baru saja menjalani operasi caesar (CS) dalam dua puluh empat jam pertama setelah operasi. berhasil menurunkan tingkat ketidaknyamanan dari intens menjadi ringan. (Anwar et al., 2018).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan yaitu penerapan aromaterapi lavender pada pasien post operasi *section caesarea* terhadap penurunan nyeri yang diterapkan selama 3x24 jam dengan intensitas pemberian selama 20 menit menunjukkan hasil signifikan dari skala nyeri 7 (nyeri berat) menjadi skala nyeri 3 (nyeri ringan).

DAFTAR REFERENSI

- 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.
- Anwar, M., Astuti, T., & Bangsawan, M. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Paska Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 84. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i1.1013>
- Hanifah, A., & Risdiana. (2022, June). Efek kombinasi Aromaterapi Lavender dan Relaksasi Benson pada Nyeri pasien post Operasi Sectio Caesarea: Studi kasus. In Proceedings University of Muhammadiyah Yogyakarta Undergraduate Conference(Vol. 2, No. 2, pp. 33-38)
- Haniyah, S., & Setyawati, M. B. (2018). The Effectiveness of Lavender Aromatherapy Technique on Pain Reduction of Post Caesarean Section Patients in Ajibarang Hospital. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 13(3), 119. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2018.13.3.831>
- Herlyssa, H., Jehanara, J., & Wahyuni, E. D. (2018). Aromaterapi Lavender Essensial Oil Berpengaruh Dominan terhadap Skala Nyeri 24 Jam Post Seksio Sesaria. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 192. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i2.829>
- Kemendes RI. (2021). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2021. *Kemendrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Nisa, M. (2017). Aplikasi Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Post Laparatomi di RSUD K.R.M.T Wongsonegoro kota Semarang. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*, Edisi 1. PPNI.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI)*, Edisi 1. PPNI.
- 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), 292-298.