



Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Score Nyeri *Post Sectio Caesarea* di Ruang Rawat Inap

E. Dwi Aryani^{1*}, Novita Anggraini², Bangun Dwi Hardika³

^{1,2,3}Universitas Katolik Musi Charitas Palembang, Indonesia

Alamat: Lorong Suka Senang, Jl. Kolonel H. Burlian KM. 7 No 204, Sukarami, Kota Palembang, Sumatera Selatan

*Korespondensi penulis: elisayn1986@gmail.com

Abstract. *Sectio caesarea is a surgical operation to help pregnant women give birth by making an incision in the abdominal wall (laparotomy) and uterus (hysterectomy). Non-pharmacology can be used together to relieve pain. Within 24 hours after a cesarean section, patients can feel a five-fold reduction in pain thanks to lavender aromatherapy. linalyl acetate, and linalool, which can have a calming effect. When lavender aromatherapy is inhaled, the compounds it contains trigger the hypothalamus to produce endorphins that can calm and soothe. the purpose of this study was to determine whether lavender aromatherapy can reduce the pain scale of post-Sectio Caesarea patients. This type of research is a one-shot case study, design with the application of Evidence Based Practice with 4 respondents. The intervention was carried out once a day for 2 consecutive days with a duration of 15 minutes. The results of this study showed a decrease in pain scores in the range of 2-0, so it can be concluded that the intervention of providing lavender aromatherapy can reduce the pain scale of post-Cesarean section patients. For post caesarean section patients they can apply lavender aromatherapy in pain management efforts.*

Keywords: *Lavender Aromatherapy, Pain, Sectio Caesarea.*

Abstrak. *Sectio caesarea merupakan suatu operasi pembedahan untuk membantu ibu hamil melahirkan dengan cara membuat sayatan pada dinding perut (laparotomi) dan rahim (histerektomi). Non farmakologi dapat digunakan secara bersamaan untuk meredakan nyeri. Dalam waktu 24 jam setelah operasi caesar, pasien bisa merasakan pengurangan rasa sakit sebanyak lima kali lipat berkat aromaterapi 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. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah aromaterapi lavender dapat menurunkan skala nyeri pada pasien *pasca Sectio Caesarea*. Jenis penelitian ini adalah one-shot case study, desain dengan penerapan *Evidence Based Practice* dengan jumlah responden 4 orang. Intervensi dilakukan satu kali sehari selama 2 hari berturut-turut dengan durasi 15 menit. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan skor nyeri pada rentang 2-0, sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan skala nyeri pasien pasca operasi caesar. Bagi pasien pasca operasi caesar dapat menerapkan aromaterapi lavender dalam upaya manajemen nyeri.*

Kata Kunci: *Aromaterapi lavender, Nyeri, Sectio Caesarea.*

1. LATAR BELAKANG

Persalinan adalah proses pembukaan dan penipisan serviks untuk melahirkan janin. Ketika persalinan tidak dapat dilakukan secara normal, *sectio caesarea* (pembedahan) menjadi pilihan. Prosedur ini dapat menyebabkan rasa nyeri bagi ibu dan mempengaruhi laktasi. Menurut WHO, prevalensi *sectio caesarea* meningkat 10%-15% di seluruh dunia, dengan Indonesia mencapai 17,6%. Di DKI Jakarta, angkanya tertinggi, yakni 31,3%. Berbagai rumah sakit juga menunjukkan peningkatan kasus *sectio caesarea* setiap tahun. Tindakan

operasi sectio caesarea ini dapat menyebabkan rasa nyeri pada ibu dan dapat terjadi perubahan pada kontinuitas jaringan diakibatkan adanya pembedahan. karena adanya pembedahan ini terdapat masalah yang timbul yaitu mengakibatkan terjadinya nyeri, dikarenakan terjadinya nyeri dapat menimbulkan sebuah masalah pada laktasi (Tirtawati, Purwandari, & Yusuf,)

Nyeri pasca-operasi dapat diatasi dengan obat (farmakologi) atau aromaterapi (non-farmakologi) seperti lavender. Aromaterapi terbukti membantu mengurangi stres dan nyeri. Lavender memberikan efek tenang dan nyaman saat dihirup. Aromaterapi ditangkap oleh reseptor dihidung, kemudian memberikan informasi lebih jauh karena di otak yang mengontrol emosi dan memori serta memberikan informasi ke hipotalamus yang merupakan pengatur sistem internal tubuh, sistem seksualitas, suhu tubuh, dan reaksi terhadap stres. Lavender dapat bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri, dan dapat memberikan relaksasi. Minyak lavender yang mengandung linalool dan linalyl asetat menjadi salah satu aromaterapi yang banyak digunakan, secara inhalasi (dihirup). Dampak positif aromaterapi terhadap penurunan nyeri akan lebih dirasakan apabila diberikan secara langsung (inhalasi) karena hidung mempunyai kontak langsung dengan bagian-bagian otak yang bertugas merangsang terbentuknya efek yang ditimbulkan aromaterapi

2. KAJIAN TEORITIS

Sectio caesarea (SC) adalah proses kelahiran melalui bedah yang melibatkan dinding rahim dan perut ibu. Operasi ini dapat menyebabkan nyeri dan perubahan pada jaringan. Keluhan nyeri pasca *Sectio Caserea* yang umum dilaporkan mirip seperti tersayat, dengan skala nyeri 7, terjadi di perut bagian tengah, dan muncul setiap 2 menit yang bertambah ketika bergerak. Keparahan nyeri tergantung pada kondisi fisik dan psikologis ibu serta toleransi terhadap rasa sakit.

Aromaterapi adalah terapi tambahan yang menggunakan wewangian dari minyak esensial. Metode penggunaannya bisa melalui pijat, inhalasi, atau kompres. Aromaterapi lavender efektif dalam memberikan relaksasi dan menormalkan emosi. Lavender menjadi pilihan populer karena manfaatnya sebagai analgesik. Minyak lavender mengandung linalil asetat yang membantu menyeimbangkan keadaan tubuh dan menenangkan sistem saraf. Aromaterapi lavender dapat mengurangi nyeri setelah *Sectio Caserea* serta mengurangi kecemasan, sehingga berfungsi sebagai terapi non-farmakologis untuk ibu pasca *Sectio caserea*.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *one - shot case study* yang mana paradigma dapat dibaca sebagai berikut : terdapat suatu kelompok yang diberikan intervensi dan selanjutnya di evaluasi untuk melihat hasilnya Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan proses keperawatan yang dilakukan pada 4 pasien untuk penerepan aromaterapi untuk penurunan score nyeri pada pasien post Sectio Caserea. Indikator penilaian penelitian ini menggunakan penilaian skala numerik.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Intervensi

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Responden	Jenis Kelamin	Usia	Usia kehamilan	Kehamilan ke
Ny.PS	Perempuan	37 tahun	38 minggu	G3P0A1
Ny.K	Perempuan	23 tahun	36 minggu	G1P0A0
Ny. KM	Perempuan	30 tahun	36 minggu	G2P0A0
Ny. NS	Perempuan	32 tahun	37 minggu	G3P0A1

Dari data tabel karakteristik responden diatas didapatkan bahwa (100%) responden berjenis kelamin perempuan . Berdasarkan usia responden dapat dikelompokkan menjadi kelompok usia dewasa (23-37 tahun). Berdasarkan usia kehamilan 2 orang (50%) 36 minggu, 1 orang (25%) 38 minggu dan 1 orang (25%) 38 minggu. Berdasarkan jenis kehamilan 2 orang (50%) G3P0A1, 1 orang (25%) G2P0A0, 1 orang (25%) G1P0A0.

Skala Nyeri

Tabel 2. Skala Nyeri

Responden	Hari 1		Hari 2	
Ny. PS	4	2	2	1
Ny. K	3	1	1	0
Ny. Km	3	2	2	0
Ny. Ns	4	2	2	0

Dari data tabel skala nyeri responden diatas didapatkan bahwa (100%) responden mengalami nyeri post *Sectio Caserea*. setelah dilakukan intervensi intensitas nyeri mengalami penurunan.

Pembahasan

Studi ini menjelaskan tentang gambaran nyeri post *Sectio caserea*. Temuan studi ini menunjukkan bahwa adanya penurunan intensitas nyeri post *sectio Caserea* menggunakan aromaterapi lavender. Hal ini sejalan dengan teori Aromaterapi lavender bekerja mempengaruhi tidak hanya fisik tapi juga tingkat emosi. Kandungan yang terdiri dari *linalool*, *linalyl acetate* dan *1,8 – cincole* dapat menurunkan, mengendorkan, dan melemaskan ketenangan seseorang yang mengalami spasme pada otot. Minyak esensial lavender yang masuk ke rongga hidung melalui penghirupan akan bekerja lebih cepat, karena molekul esensial mudah menguap oleh hipotalamus, aroma tersebut diolah dan dikonversikan oleh tubuh dan menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi neurokimia berupa zat endorphen dan serotonin, sehingga dapat berpengaruh langsung pada organ penciuman dan dipersepsikan oleh otak untuk memberi reaksi membuat perubahan fisiologis pada tubuh, pikiran, jiwa dan memberikan efek yang menenangkan bagi tubuh (Rosalinna, 2018).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah melakukan penerapan *Evidence Based Practice (EBP)* dengan intervensi pemberian aromaterapi lavender pada penderita nyeri post *Sectio Caesarea* di Rumah Sakit Siloam Silampari Lubuk Linggau, maka penulis dapat mengambil kesimpulan Aromaterapi lavender yang diaplikasikan dalam menangani nyeri ibu post *sectio caesarea* memberikan efek yang baik dalam penurunan intensitas nyeri. Diharapkan hasil penerapan ini dapat memberi wawasan kepada ibu *post section caesarea* dalam upaya pengelolaan nyeri post operasi dengan pemberian aromaterapi lavender.

DAFTAR REFERENSI

- Abdraboo, R. A., Amasha, H. A. R., & Ali, S. E. (2020). Effectiveness of inhalation of lavender oil in relieving post-cesarean section pain. *The Malaysian Journal of Nursing (MJN)*, 12(1), 113-122. <https://doi.org/10.31674/mjn.2020.v12i01.014>
- Afrianti, M., & Widaningsih, N. (2023). Pemberian terapi kompres hangat dengan aroma lavender untuk menurunkan nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea*: Evidence based case report (EBCR). *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(3), 374-381. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i3.1231>
- Ajul, K., Pranata, L., Surani, V., Hardika, B. D., & Fari, A. I. (2022). Pendampingan senam rematik pada lansia dengan gangguan muskuloskeletal (rematik). *SULUH ABDI: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 105-109.

- Anjelia, N. (2021). The effect of lavender essential oil on post-caesarean section at Sekayu District General Hospital in 2020. *Journal of Maternal and Child Health Sciences (JMCHS)*, 1(1), 8-13. <https://doi.org/10.36086/maternalandchild.v1i1.953>
- Anwar, dkk. (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>
- Dey, T. N., Pasaribu, S. K., & Siregar, W. W. (2023). The effect of lavender aromatherapy on post-sectio caesarea pain intensity at the Grandmed Hospital Lubuk Pakam. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 6(1), 73-78. <https://doi.org/10.35451/jkk.v6i1.1862>
- Fabrianti, E. S., Noorratri, E. D., & Purnamawati, F. (2023). Penerapan terapi kompres hangat dengan aromaterapi lavender essential oil dalam menurunkan skala nyeri ibu post sectio caesarea di ruang Ponak RSUD Gemolong. *Jurnal Osadhawedyah*, 1(4), 292-298. <https://nafatimahpustaka.org/osadhawedyah/article/view/212>
- Handayani, Y. P., Hartati, D., Sumiati, S., & Hadiningsih, E. F. (2024). Pengaruh kombinasi footbath therapy dan aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri ibu post SC di RSIA Jimmy Medika Borneo Samarinda. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 5(1), 44-62. <https://doi.org/10.24252/asjn.v5i1.45813>
- Herlyssa, dkk. (2018). Aromaterapi lavender essential oil berpengaruh dominan terhadap skala nyeri 24 jam post seksio sesaria. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 192. <https://doi.org/10.26630/jk.v9i2.829>
- Ismiyati, Y., & Hastuti, W. (2023). Penerapan kompres hangat dengan aroma lavender untuk mengurangi nyeri pada pasien post SC. *Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan* PISSN: 2085-5931 E-ISSN: 2623-2871, 14(4), 447-452. <https://doi.org/10.36089/nu.v14i4.1779>
- Krisnanto, B. Y., & Utami, T. (2023). Implementasi massage aromaterapi terhadap penurunan nyeri post sectio caesarea di RSUD Kardinah Tegal. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 3(2), 126-130. <https://doi.org/10.36086/jkm.v3i2.1917>
- Luspina, H., Maulida, M. N., Adhistry, K., & Ningsih, N. (2023, November). Studi kasus: Implementasi aromaterapi lavender terhadap nyeri pada ibu post sectio caesarea. In *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan* (Vol. 9, No. 1, pp. 86-92). <https://conference.unsri.ac.id/index.php/snk/article/view/2884>
- Mutiara, M., Hardika, B. D., & Pranata, L. (2024). Penerapan aktivitas fisik jalan kaki terhadap perubahan kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus. *Jurnal Anestesi*, 2(3), 234-239.
- Napisah, P. (2022). Intervensi untuk menurunkan nyeri post sectio caesarea. *HEALTHY: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(2), 92-100. <https://doi.org/10.51878/healthy.v1i2.1113>
- Oktavia, E., Said, F. F. I., Amir, N., Iksan, R. R., & Yeni, R. I. (2022). Pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri pada ibu pasca sectio caesarea: Study literature. *Malahayati Nursing Journal*, 4(8), 2003-2017. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i8.6764>

- PPNI. (2017). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- PPNI. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Pranata, L. (2020). *Fisiologi 1*. Palembang: Universitas Katolik Musi Charitas.
- Pranata, L. (2023). Pemahaman mahasiswa keperawatan tentang fisiologi manusia dalam mata kuliah ilmu biomedik dasar. *Cendekia Medika: Jurnal Stikes Al-Maarif Baturaja*, 8(2), 380-385.
- Pranata, L., Fari, A. I., & Indaryati, S. (2021). The effects of brain gym and coloring pictures on cognitive functions of the elderly. *Media Karya Kesehatan*, 4(1).
- Pranata, L., Surani, V., Suryani, K., & Fari, A. I. (2023). Understanding of research methods based on evidence-based practice in nursing for nursing students. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 13(26), 174-178.
- Prasetyo, B. D., & Susilo, B. (2020). Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri luka ibu post sectio caesarea di RST Dr Soepraoen KESDAM V/Brawijaya Malang. *Journal of Islamic Medicine*, 4(1), 14-20. <http://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/jim/art...>
- Puspitasari, S., Kartikaningtias, C., & Amin, Z. (2022). Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea di ruang maternitas Rumah Sakit Prima Husada Malang. *Jurnal Keperawatan Florence*, 2(1), 26-34. <https://jurnal.stikeskendedes.ac.id/index.php/jkf/article/view/203>
- 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. <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.8377>
- Suryani, H., Timur, R. A. P. K. K., & Timur, W. W. P. K. K. (2023). Terapi kompres hangat dengan aromaterapi lavender essential oil terhadap respon nyeri jahitan luka post sectio caesarea di RSIA Aisyiyah Samarinda. <https://doi.org/10.35963/mmj.v7i1.176>
- 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>
- Utami, D. W., Widodo, P., & Silvitasari, I. (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>
- Widyarini, D., Sriyono, G. H., & Suhartini, T. (2023). Pengaruh terapi SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique) dan aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri pada pasien post op sectio caesarea di RS Sahabat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(10), 468-479. <https://journal-mandiracendikia.com/index.php/jik-mc/article/view/639>

- Yulyana, M. (2023). Perbandingan pemberian aromaterapi lavender dan lemon terhadap nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin di wilayah Puskesmas Cimanggu Pandeglang Banten tahun 2022: Comparison of giving lavender and lemon aromatherapy to pain in the first stage of labor for mothers in the Cimanggu Pandeglang Health Center, Banten, 2022. *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS)*, 2(06), 718-727. <https://doi.org/10.54402/isjnms.v2i06.292>