

# Efektivitas Aromaterapi Lavender dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea

Harnita<sup>1</sup>, Farah Fildzah R<sup>2</sup>R, Rahmaya Nova Handayani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Keperawatan Anestesiologi, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa

<sup>1</sup>harnita5678@gmail.com, <sup>2</sup>farahrosadi112@gmail.com; <sup>3</sup>rahmayanova@uhb.ac.id

## ABSTRACT

*Sectio Caesarea is an artificial birth process that is carried out surgically by making an incision in the abdominal wall and uterine wall of the mother which causes pain. The purpose of this literature review is to describe the effect of giving aromatherapy on reducing pain in Post Sectio Caesarea patients. The type of literature used in this literature review is quantitative research with a quasi-experimental research design. The average number of respondents in this study were 26 respondents; overall with the average pain results before being given lavender aromatherapy 6.2 and after being given aromatherapy to 4.7. Based on the results of the study, there were differences in the caesarean section pain scale after being given lavender aromatherapy.*

**Kata kunci : Aromaterapi lavender, nyeri, post section caesarea**

## ABSTRAK

Sectio Caesarea adalah proses persalinan buatan yang dilakukan melalui pembedahan dengan cara melakukan insisi pada dinding perut dan dinding rahim ibu yang menyebabkan nyeri. Tujuan literature review ini untuk menggambarkan pengaruh pemberian aromaterapi terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien Post Sectio Caesarea. Jenis literature yang digunakan dalam literature review ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian quasi eskperimen. Rata-rata jumlah responden dalam penelitian ini adalah 26 responden; secara keseluruhan dengan hasil nyeri rata-rata sebelum diberikan aromaterapi lavender 6,2 dan setelah diberikan aromaterapi menjadi 4,7. Berdasarkan hasil penelitian terdapat perbedaan skala nyeri secio caesarea setelah diberikan aromaterapi lavender.

**Kata kunci : Aromaterapi lavender, nyeri, post section caesarea**

## PENDAHULUAN

Persalinan dapat dilakukan dengan dua cara yaitu persalinan secara normal atau spontan (lahir melalui vagina) dan persalinan abnormal atau persalinan dengan bantuan prosedur seperti *Sectio Caesarea* (SC) (Bangsawan, 2018). *Sectio Caesarea* adalah proses persalinan buatan yang dilakukan melalui pembedahan dengan cara melakukan insisi pada dinding perut dan dinding rahim ibu (Tirtawati et al., 2020). Pada tindakan ini akan memberikan dampak pada ibu yaitu nyeri *post Sectio Caesarea* (Misfonica, 2019). *Sectio Caesarea*

memiliki nyeri lebih tinggi sekitar 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya sekitar 9% (Ratna, 2012).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 selama hampir 30 tahun tingkat persalinan dengan *Sectio Caesarea* menjadi 10% sampai 15% dari semua proses persalinan di negara berkembang. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 tingkat persalinan *Sectio Caesarea* di Indonesia sudah melewati batas maksimal standar WHO 5-15% (Badan Penelitian dan Pengembangan kesehatan kementerian kesehatan RI, (2013). Tingkat persalinan

*Sectio Caesarea* di Indonesia 15,3% sampel dari 20.591 ibu yang melahirkan dalam kurun waktu 5 tahun terakhir yang di survey dari 33 provinsi (Fanda Fransiska Kakuhese, 2019). Gambaran adanya faktor resiko ibu saat melahirkan atau di operasi *caesarea* adalah 13,4 % karena ketuban pecah dini, 5,49% karena Preeklampsia, 5,14% karena Perdarahan, 4,40% Kelainan letak Janin, 4,25% karena jalan lahir tertutup, 2,3% karena ruptur uteri (Bangsawan, 2018)

Tindakan *Sectio Caesarea* menggunakan anestesi agar pasien tidak merasa nyeri pada saat dibedah. Namun setelah tindakan selesai, saat pasien mulai sadar dan efek anestesi sudah habis bereaksi, pasien akan merasakan nyeri di daerah sayatan yang membuat pasien merasa tidak nyaman (Whalley, 2008). Ibu post *Sectio Caesarea* akan merasakan nyeri dan dampak dari nyeri akan mengakibatkan mobilisasi ibu menjadi terbatas, *Activity of Daily Living (ADL)* terganggu, *bonding attachment* (ikatan kasih sayang) dan *Inisiasi Menyusui Dini (IMD)* tidak terpenuhi karena adanya peningkatan intensitas nyeri apabila ibu bergerak. Hal ini mengakibatkan respon ibu terhadap bayi kurang, sehingga ASI sebagai makanan terbaik bagi bayi dan mempunyai banyak manfaat bagi bayi maupun ibunya tidak dapat diberikan secara optimal (Purwandari, 2009).

Menurut Pepalu (2007) terapi penurunan nyeri dibagi dua yaitu terapi farmakologi/ obat-obatan (anxiolytic) dan terapi non-farmakologi/ cara alami atau dengan psikoterapi (relaksasi). Salah satu terapi non farmakologis yang dapat digunakan adalah terapi komplementer.

Aromaterapi adalah terapi komplementer dalam praktek keperawatan dan menggunakan minyak esensial dari bau harum tumbuhan untuk mengurangi

masalah kesehatan dan memperbaiki kualitas hidup (Misfonica, 2019). Sharma (2009) mengatakan bahwa bau berefektivitas secara langsung terhadap otak seperti obat analgesik. Minyak lavender yang mengandung linalool dan linalyl asetat menjadi salah satu aromaterapi yang banyak digunakan, secara inhalasi (dihirup).

Meskipun sudah diberikan obat analgesic pasien masih merasakan nyeri. Oleh karena itu dibutuhkan kombinasi antara farmakologi dan non farmakologi untuk mengontrol nyeri agar sensasi nyeri dapat berkurang dan pemulihan tidak memanjang (Bobak dkk, 2004).

Tujuan penelitian adalah untuk Mengetahui pengaruh teknik relaksasi aromaterapi lavender dalam menurunkan intensitas nyeri pasca operasi *Sectio Caesarea*.

## **METODE PENELITIAN**

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan dari pengamatan langsung, akan tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang di dapat berupa artikel jurnal bereputasi nasional dengan tema yang sudah ditentukan. Pencarian literatur dalam *literature review* ini menggunakan data base dengan kriteria kualitas tinggi dan sedang, yaitu *cendekiawan, dan scholar*.

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan keyword (*Aromatherapy, lavender, nyeri, post SC*) digunakan untuk memperluas atau memperspesifikasi pencarian, sehingga mempermudah dalam penentuan artikel atau jurnal yang digunakan.

Berikut adalah rincian hasil pencarian menggunakan diagram prisma seperti pada diagram 1 berikut:

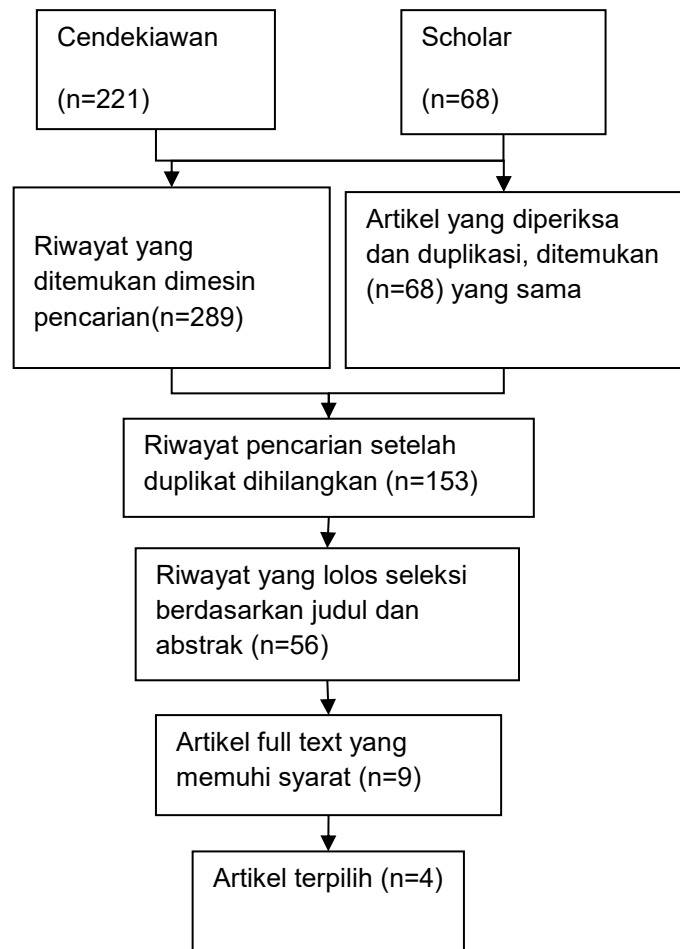


Diagram 1

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Terdapat 4 artikel yang terpilih dalam penelitian ini yang diseleksi oleh 3 penilai. Empat artikel tersebut menggunakan

metode penelitian *quasi eksperiment*. Rata-rata jumlah responden dalam penelitian ini >25 responden; secara keseluruhan. Rincian hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Rincian hasil peneitian

Penulis dan tahun	Study design, sample, variable, instrument, analysis	Outcome of analysis	Summary of result
(Bangsawan, 2018)	Design: Kuasi eksperimen Sample 24 responden Variable: nyeri, <i>sectio caesarea</i> , aromatherapi lavender Instrument: skala numerik Analisis: <i>wilcoxon</i>	Menunjukkan adanya penurunan nyeri	Terdapat penurunan nyeri <i>post sectio caesarea</i>
(Setyawati, 2010)	Design: Kuasi eksperimen Sample: 22 responden Variable: lavender aromatheraphy, nyeri <i>post sectio caesarea</i> Instrument: pretest-posttest Analisis: <i>univariate</i> dan <i>bivariate</i>	Menunjukkan perbedaan skala nyeri	Terdapat penurunan nyeri <i>post sectio caesarea</i>
(Tirtawati et al., 2020)	Design: Kuasi eksperimen Sample: 30 responden Variable: aromatheraphy lavender, intensitas nyeri	Menunjukkan perbedaan yang bermakna	Terdapat penurunan nyeri <i>post sectio caesarea</i>

## Definisi Nyeri

Nyeri merupakan perasaan subyektif dari seseorang, setiap orang akan menginterpretasikan nyeri secara berbeda. Sesuai dengan teori gate control yang dikemukakan oleh Melzack dan Wall bahwa impuls nyeri dihambat saat sebuah pertahanan ditutup, sehingga dapat menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan. Hal ini menyatakan bahwa aromatherapi akan merangsang keluarnya hormone enfekalin, serotonin dan endorphin. Enfekalin dianggap dapat menimbulkan hambatan presinaptik dan hambatan pasca sinaptik pada serabut-serabut nyeri tipe C dan tipe delta A dimana mereka bersinaps di komu dorsalis. Proses tersebut mencapai inhibisi dengan penghambatan saluran kalsium. Penghambatan nyeri tersebut yaitu dengan memblok reseptor nyeri sehingga nyeri tidak dikirim ke korteks selebri dan selanjutnya akan menurunkan persepsi nyeri.

## Tatalaksana Nyeri

Ada berbagai cara yang dapat dilakukan untuk menurunkan dan menghilangkan nyeri yang dirasakan, antara lain dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu tindakan nonfarmakologis dan merupakan tindakan mandiri perawat untuk mengurangi nyeri pada klien *post sectio caesarea* yaitu dengan menggunakan aromaterapi. Aromaterapi adalah salah satu teknik pengobatan atau perawatan menggunakan bau-bauan yang menggunakan minyak esensial aromaterapi (Dewi, 2010). Efek lain yang dipengaruhi oleh pemberian aromaterapi adalah efek relaksasi. Lavender merupakan jenis aromaterapi yang paling banyak digunakan oleh masyarakat dan memiliki banyak manfaat dalam kehidupan, antara lain sebagai zat analgesik (Koensoemardiyah, 2009).

## Aromaterapi Lavender

Lavender merupakan jenis aromaterapi yang paling banyak digunakan oleh masyarakat dan memiliki banyak manfaat

dalam kehidupan, antara lain sebagai zat analgesik (Koensoemardiyah, 2009). Penggunaan aromaterapi secara dihirup dapat merangsang pengeluaran endorphin sehingga dapat mengurangi nyeri. Pengeluaran hormon endorphin ternyata juga dapat merangsang keluarnya hormon oksitosin yang berperan dalam kontraksi pasca persalinan. Prinsip dasar teori penurunan nyeri oleh teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromatherapi lavender adalah teori gate control yang terletak pada fisiologis sistem otonom. Tarik napas dalam dapat memberikan individu kontrol diri ketika terjadi rasa ketidaknyamanan atau cemas, stress fisik dan emosi yang menyebabkan nyeri meningkat, sehingga mendekatkan hubungan terapeutik perawat dan klien. Pemberian aromatherapi lavender direkomendasikan agar dapat diterapkan

## Mekanisme Aromaterapi Lavender

Menurut Huck (Neurology Psikiater dan Direktur Pusat Penelitian Bau dan Rasa), aroma berpengaruh langsung terhadap otak manusia, mirip narkotika (Swandari, 2014). Aromaterapi lavender bekerja merangsang sel saraf penciuman dan mempengaruhi sistem kerja limbik. Sistem limbik merupakan pusat nyeri, senang, marah, takut, depresi, dan berbagai emosi lainnya. Hipotalamus yang berperan sebagai relay dan regulator, memunculkan pesan-pesan ke bagian otak serta bagian tubuh yang lain. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan berupa pelepasan hormon melatonin dan serotonin yang menyebabkan euporia, rileks atau sedatif (Koensoemardiyah, 2009).

Hasil dari 4 artikel yang terpilih rata-rata menunjukkan perbedaan bermakna sebelum dan sesudah diberikan terapi aromatherapy lavender. Hasil artikel dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Hasil artikel

Penulis dan tahun	Pemberian Aromatherapy Lavender	
	Sebelum	Sesudah
(Bangsawan, 2018)	6,0	5,3
(Setyawati, 2010)	6,8	5,7
(Tirtawati et al., 2020)	5,4	4,3
(Ratna, 2012)	6,6	3,6

## SIMPULAN

Terdapat penurunan nyeri pasca operasi Sectio Caesarea setelah diberikan aromatherapy lavender, penata anastesi dapat mengaplikasikan pemberian aromatherapy sebagai terapi komplementer untuk menurunkan nyeri.

## SARAN

Saran untuk peneliti agar memperbanyak sumber penelitian yang membahas aromatherapy lavender di bidang anastesi

## DAFTAR PUSTAKA

- Bangsawan, M. A. T. A. M. (2018). *Pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pasien paska operasi sectio caesarea*. XIV(1), 84–90.
- Fanda Fransiska Kakuhe, C. A. R. (2019). *Penerapan Teknik Relaksasi Aromaterapi Lavender Pada Klien Dengan Nyeri Post Sectio Caesarea*. 52–58.
- Kesehatan, Badan Penelitian dan Pengembangan (2013), K. K. R. (1958). Riset Kesehatan Dasar 2013 (RISKESDAS 2013). *Science*, 127(3309), 1275–1279. <https://doi.org/10.1126/science.127.3309.1275>
- Koensomardiyah. (2009). *A-Z Aromaterapi Untuk Kesehatan, Kebugaran, dan Kecantikan*. Yogyakarta: ANDI.
- Misfonica, D. (2019). *Efektivitas Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Sectio Caesarea Di Rs Kusuma Ungaran*. 1–9.
- Ratna, P. (2012). *Penurunan Intensitas Nyeri Akibat Luka Post Section Caesarea Setelah Dilakukan Latihan Teknik Relaksasi Penafasan Menggunakan Aromaterapi Lavender Di Rumah Sakit AL Islam Bandung*. 1–15.

Setyawati, S. H. M. B. (2010). *Efektifitas Teknik Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea Di Rsud Ajibarang*. 10, 1–8.

Swandari, P. 2014. Perbedaan Tingkat Nyeri Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aromatherapi Lavender Pada Ibu Post Sectio Caesarea di RSUD Ambarawa. *Jurnal Kebidanan STIKES Ngudi Waluyo Ungaran*

Tirtawati, G. A., Purwandari, A., & Yusuf, N. H. (2020). *Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea*. 7, 1–7.