

**PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI AROMATERAPI LAVENDER PADA  
KLIEN DENGAN NYERI POST *SECTIO CAESAREA***

***APPLIES RELAXATION TECHNIQUE OF LAVENDER AROMATHERAPY TO  
CLIENT POST *SECTIO CAESAREA* WITH PAIN***

**Fanda Fransiska Kakuhese<sup>1\*</sup>, Christien Angreni Rambli<sup>2)</sup>**

Program Studi Keperawatan Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Nusa Utara

Email: kakuhesefanda@gmail.com

---

**Abstrak:** Setiap wanita pada umumnya mengharapkan persalinan yang aman. Salah satu jenis persalinan yaitu Sectio Caesarea (SC). Masalah utama pada klien Post Sectio Caesarea adalah nyeri. Aromaterapi lavender merupakan salah satu terapi non farmakologis. Sudi kasus menerapkan teknik relaksasi aromaterapi lavender pada klien dengan nyeri post Sectio Caesarea. Jenis penelitian deskriptif yang dilaksanakan pada bulan Mei 2019 di RSD Liunkendage Tahuna dengan 3 orang ibu post SC sebagai responden. Instrumen penelitian menggunakan lilin aromaterapi lavender, penilaian skala nyeri 0-10 (0 tidak nyeri, 1-3 nyeri ringan, 4-6 nyeri sedang, 7-9 nyeri berat terkontrol, dan 10 nyeri tidak terkontrol), dan format pengkajian maternitas. Responden diberikan aromaterapi lavender selama  $\pm$  30 menit dan dilakukan selama 2 hari perawatan (pagi dan sore hari). Setelah dilakukan teknik relaksasi aromaterapi lavender terjadi penurunan skala nyeri pada ketiga klien.

Klien pertama dari skala 6 (sedang) menjadi nyeri 2 (ringan), klien kedua dari skala 6 (sedang) menjadi skala 2 (ringan), dan klien ketiga dari skala 5 (sedang) menjadi skala 1 (ringan). Teknik relaksasi aromaterapi lavender mampu diterapkan pada ketiga klien dan menghasilkan penurunan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan, sehingga aromaterapi ini dapat dijadikan intervensi perawatan pada klien post sectio caesarea untuk menurunkan nyeri.

**Kata Kunci :** Sectio Caesarea, aromaterapi lavender

**Abstract:** Every woman in general expects safe delivery. One type of labor is sectio caesarea. The main problem in post sectio caesarea is pain. Lavender aromatherapy is a non-pharmacological therapy. Apply lavender aromatherapy relaxation techniques to clients with post sectio caesarea pain. Descriptive research method was conducted in May 2019 at public hospital Liunkendage Tahuna with three (3) post SC mothers as respondents. Research instrument used lavender aromatherapy candles, observation sheet of pain scale from 0 to 10 (0 no pain, 1-3; middle pain, 4-6; severe pain, 7-9; controlled severe pain, 10; uncontrolled severe pain and maternity reasearch format. After applies relaxation techniques by lavender aromatherapy in 30 minutes and two days did treatment (morning and afternoon) scale of pain was down. First client from scale six (midle) to pain scale two (relief) second client from six scale (midle) to two (relief) and thrid client from scale five (midle) to one (relief). Lavender aromatherapy relaxation techniques can be applied to all clients and those was decreased in pain scale before and after applied lavender aromatrphy and from midle to relief scale pain and it mean aromatherapy can be used as a treatment intervention in Post Sectio Caesarea client to reduce pain.

**Keywords:** Sectio caesarea, aromatherapy lavender

## PENDAHULUAN

Setiap wanita pada umumnya mengharapkan persalinan yang normal, aman dan nyaman dengan rasa nyeri minimal serta menginginkan anaknya lahir dengan sempurna. Ada dua cara persalinan yaitu persalinan lewat vagina yang lebih dikenal persalinan alami dan persalinan sectio caesarea. Saat ini timbul trend/kecendrungan para wanita lebih memilih persalinan secara sectio caesarea demi menghindari nyeri saat melahirkan pervaginam (Maryunani, 2010). Data *World Health Organisation* (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. Menurut data di Kabupaten Kepulauan Sangihe tahun 2017, angka sectio caesarea 24,5% (Dinkes Kabupaten Sangihe, 2017).

Sectio caesarea memberikan dampak positif dan juga negatif pada ibu. Dampak positif tindakan sectio caesarea dapat membantu persalinan ibu, apabila ibu tidak dapat melakukan persalinan secara pervaginam. Masalah utama yang muncul pada klien post sectio caesarea adalah nyeri. Klien post sectio caesarea akan mengeluh nyeri disekitar luka operasi. Persalinan sectio caesarea memiliki nyeri lebih tinggi sekitar 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya sekitar 9% (Pratiwi dkk, 2012). Intervensi untuk mengurangi nyeri post sectio caesarea bisa dilakukan dengan

menggunakan teknik farmakologis dan non farmakologis.

Tindakan non farmakologis dibutuhkan sebagai upaya mandiri perawat terhadap tindakan pengontrolan nyeri pada klien post sectio caesarea. Salah satu teknik non farmakologis yaitu pemberian aromaterapi. Aroma bunga lavender merupakan salah satu aromaterapi dimana kandungan utamanya yaitu linalyl asetat dan linalool ( $\text{CH}_{10}\text{H}_{18}\text{O}$ ). Dengan menghirup aromaterapi lavender maka akan meningkatkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menrelaksasikan pikiran (Koensoemardiyah, 2009).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi, dkk pada tahun 2012 terhadap 30 ibu post sectio caesarea di Rumah Sakit Al Islam Bandung menunjukkan bahwa teknik relaksasi menggunakan aromaterapi lavender efektif menurunkan nyeri pada ibu post sectio caesarea, sebelum diberikan latihan teknik relaksasi menggunakan aromaterapi lavender skala nyeri sangat tinggi dimana nilai tersebut masuk dalam kategori berat tertahankan, adapun sesudah diberikan latihan teknik relaksasi menggunakan aromaterapi lavender skala nyeri pada responden berubah tersebut masuk dalam kategori sedang.

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan teknik relaksasi aromaterapi lavender pada klien dengan nyeri post sectio caesarea di ruang Dahlia RSD Liun Kendage Tahuna.

## METODE STUDI KASUS

Studi kasus ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan kepada 3 responden di RSD Liun kendage Tahuna, dengan kriteria: yang menyukai wangi lavender, perawatan hari kedua sehingga tidak dipengaruhi oleh efek obat anastesi. Fokus dari studi kasus ini yaitu menerapkan teknik relaksasi aromaterapi lavender

pada klien dengan nyeri post sectio caesarea sesuai dengan SOP. Responden akan diminta menghirup uap hasil dari bakaran lilin aromaterapi lavender, proses ini dilaksanakan selama ± 30 menit dan dilakukan 2 kali sehari (pagi dan sore) selama 2 hari. Selama proses tindakan, responden diminta tetap fokus dan rileks. Pengukuran nyeri dilakukan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi menggunakan lembar penilaian skala nyeri 0-10 (0 tidak nyeri, 1-3 nyeri ringan, 4-6 nyeri sedang, 7-9

nyeri berat terkontrol, dan 10 nyeri tidak terkontrol). Metode pengumpulan data yang digunakan dalam studi kasus ini yaitu wawancara dengan menggunakan format pengkajian maternitas, observasi dan dokumentasi. Data responden terkait umur, pendidikan, paritas, ruang perawatan, dan riwayat SC diperlukan untuk menunjang keberhasilan penelitian ini. Data disajikan dalam bentuk tabel yang dilengkapi dengan penjelasan secara narasi. tabel.

**HASIL STUDI KASUS**

**A. Pengkajian**

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di Ruang Dahlia RSD Liun Kendage Tahuna.**

Identitas	Klien 1	Klien 2	Klien 3
Nama	Ny D.M	Ny L.P	Ny M.S
Usia	26	36	39
Pendidikan	SMP	SMA	S1
Paritas	Multipara	Multipara	Primipara
Kelas perawatan	III	II	II
Riwayat SC	Pernah kedua	Pertama	Pertama

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa klien yang berada pada usia 20-35 tahun ada 1 orang, dan berada pada usia >35 tahun ada 2 orang. Tingkat pendidikan 1 orang lulusan SMP, 1 orang lulusan SMA, 1 orang lulusan S1. Pekerjaan 3 orang bekerja sebagai IRT. Paritas 1 orang dengan paritas primipara dan 2 orang multipara. Kelas perawatan klien 1 dikelas III dan klien 2 dan 3 dikelas II Sedangkan pada riwayat sectio caesarea 2 orang dengan riwayat sectio caesarea pertama dan 1 orang dengan pernah melakukan sectio caesarea.

**Tabel 2. Karakteristik Nyeri diruangan Dahlia RSD Liun Kendage Tahuna 2019**

Pemeriksaan	Klien 1	Klien 2	Klien 3
Lokasi	Luka operasi	Luka operasi	Luka operasi
Intensitas (1-10)	6	6	5
Frekuensi	Hilang timbul	Hilang timbul	Hilang timbul
Kualitas	Seperti ditusuk-tusuk	Seperti ditusuk-tusuk	Seperti diris-iris
Durasi	1-3 menit	1-3 menit	2-3 menit

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa klien 1, klien 2 dan klien 3 memiliki persamaan lokasi nyeri pada luka operasi, intensitas nyeri pada klien 1 dan klien 2 adalah 6 sedangkan klien 3 yaitu 5, frekuensi pada klien 1, klien 2, klien 3 Hilang timbul, kualitas klien 1 dan klien 2 sama yaitu seperti ditusuk-tusuk sedangkan klien 3 seperti diiris-iris, Durasi klien 1 dan klien 2 yaitu (1-3 menit) sedangkan klien 3 (2-3 menit), ketiga klien post sectio caesarea hari kedua.

**B. IMPLEMENTASI****Tabel 3. Gambaran Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi Hari Pertama**

Klien	Pemberian intervensi Hari Pertama			
	Pagi		Sore	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Klien 1	Skala nyeri 6 (Sedang)	Skala nyeri 5 (Sedang)	Skala nyeri 5 (Sedang)	Skala nyeri 4 (Sedang)
Klien 2	Skala nyeri 6 (Sedang)	Skala nyeri 5 (Sedang)	Skala nyeri 5 (Sedang)	Skala nyeri 4 (Sedang)
Klien 3	Skala nyeri 5 (Sedang)	Skala nyeri 4 (Sedang)	Skala nyeri 4 (Sedang)	Skala nyeri 3 (Ringan)

Tabel 3 di atas rata-rata klien mengalami penurunan nyeri. Klien 1 dari skala nyeri 6 menjadi 5 (pagi) dan skala 5 menjadi 4 (sore), klien 2 dari skala 6 menjadi 5 (pagi) dan skala 5 menjadi 4 (sore), klien 3 dari skala 5 menjadi 4 (pagi), dan skala 4 menjadi 3 (sore).

**Tabel 4. Gambaran Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi Hari Kedua**

Klien	Pemberian intervensi Hari Kedua			
	Pagi		Sore	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
Klien 1	Skala nyeri 4 (Sedang)	Skala nyeri 3 (Sedang)	Skala nyeri 3 (Sedang)	Skala nyeri 2 (Ringan)
Klien 2	Skala nyeri 4 (Sedang)	Skala nyeri 3 (Ringan)	Skala nyeri 3 (Ringan)	Skala nyeri 2 (Ringan)
Klien 3	Skala nyeri 3 (Ringan)	Skala nyeri 3 (Ringan)	Skala nyeri 2 (Ringan)	Skala nyeri 1 (Ringan)

Tabel 4 di atas rata-rata klien mengalami penurunan nyeri. Klien 1 dari skala nyeri 4 menjadi 3 (pagi) dan skala 3 menjadi 2 (sore), klien 2 dari skala 4 menjadi 3 (pagi) dan skala 3 menjadi 2 (sore), klien 3 dari skala 3 menjadi 3 (pagi), dan skala 2 menjadi 2 (sore).

**PEMBAHASAN**

Hasil pengkajian menunjukkan pada ketiga klien memiliki persamaan keluhan utama nyeri pada luka operasi sedangkan dalam skala nyeri terdapat perbedaan antara ketiga klien perbedaan ini dipengaruhi juga dengan tingkat pendidikan hasil penelitian pada ketiga klien dapat dilihat klien 3 dengan pendidikan S1 skala nyeri dalam skala ringan 3 dan mampu beradaptasi dengan nyeri dibandingkan pada klien 1 dan 2 dengan

tingkat pendidikan SMP dan SMA dengan skala sedang 4. Tingkat pendidikan berpengaruh dalam memberikan respon segala sesuatu yang datang dari luar, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka akan semakin tinggi kompleksitas kognitifnya, sehingga akan realistis dan aktif dalam mengatasi masalah dibandingkan dengan mereka yang memiliki pendidikan yang rendah. Selain itu, umur juga mempengaruhi respon seseorang terhadap nyeri. Menurut Potter dan

Perry (2010), orang dewasa akan mengalami perubahan neurofisiologis dan mungkin mengalami penurunan sensorik stimulasi serta peningkatan ambang nyeri.

Nyeri merupakan perasaan subyektif dari seseorang, setiap orang akan menginterpretasikan nyeri secara berbeda. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan skala nyeri diantara 3 klien, dimana sebelum diberikan tindakan klien 1 dan 2 mengalami nyeri sedang dengan skala 6 sedangkan klien 3 juga merasakan nyeri sedang namun dengan skala 5. Nyeri post sectio caesarea merupakan jenis nyeri akut, memiliki awitan yang cepat dengan skala yang bervariasi (ringan sampai berat) dan berlangsung untuk waktu singkat (Sulistyo, 2013). Riwayat SC sebelumnya juga mempengaruhi seseorang dalam menginterpretasikan nyeri yang dialaminya.

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). 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.

Pada saat pemberian intervensi, klien 1 awalnya menolak karena kurang paham tentang aromaterapi lavender, namun setelah dijelaskan manfaat yang terkandung dalam lavender, klien

akhirnya bersedia. Selain itu, kelas perawatan yang berbeda menyebabkan perbedaan luas ruangan dan lingkungan yang ribut karena pengunjung. Hal ini sangat berpengaruh terhadap efek aromaterapi lavender yang didapatkan klien dalam menurunkan nyeri. Peneliti melakukan intervensi pada saat bukan jam berkunjung dan waktu pemberian aromaterapi lavender klien duduk sedekat mungkin dengan tempat aromaterapi diletakan. Penggunaan aromaterapi lavender secara inhalasi atau dihirup dapat menimbulkan efek setelah 5-10 menit.

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). Aromaterapi lavender sangat efektif dan bermanfaat saat dihirup atau digunakan pada bagian luar karena indera penciuman berhubungan dekat dengan emosi manusia dan tubuh akan memberikan respon psikologis (Dasna, dkk, 2014).

Hasil penelitian menunjukkan penurunan skala nyeri setelah dilakukan intervensi aromaterapi lavender. Pada hari pertama, ketiga klien mengalami penurunan 1 skala nyeri, masing-masing dari skala nyeri 6 menjadi 5 dan skala nyeri 5 menjadi 4 di pagi hari, kemudian turun 1 skala lagi pada intervensi di sore hari. Nyeri juga mengalami penurunan pada intervensi di hari kedua tindakan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Widayani (2017) berjudul *Lavender Aromatherapy Reduced the Intensity of Perineal Pain among Post Partum women*, menunjukkan adanya penurunan skala nyeri sesudah pemberian

aromaterapi lavender. Hal yang sama ditemukan oleh Pratiwi (2012) dalam penelitian berjudul Penurunan Intensitas Nyeri Post SC Setelah Dilakukan Latihan Relaksasi Pernapasan Menggunakan Aromaterapi Lavender di Rumah Sakit Al Islam Bandung, bahwa dari uji *Wilcoxon* diperoleh nilai  $p = 0.000$  yang berarti ada perbedaan yang signifikan dari intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender.

Anwar dkk (2018) dalam penelitian berjudul Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Paska Operasi Sectio Caesarea menunjukkan bahwa ada penurunan rasa nyeri pada kelompok intervensi dari 6.92 (sedang) menjadi 3.83 (ringan) dan didapatkan rata-rata skala nyeri ibu post operasi SC sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol yaitu 6.92 dan 5.25. Setelah dilakukan uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri dengan nilai  $p = 0.000$ .

Azizah dalam penelitiannya yang berjudul Penerapan Distraksi Relaksasi Aromaterapi Lavender untuk Mengurangi Nyeri Akut pada Pasien Post Operasi Appendix di RS PKU Muhammadiyah Gombong (2017) merekomendasikan teknik distraksi relaksasi aromaterapi lavender sebagai salah satu penanganan nyeri akut pada pasien post operasi. Azizah menemukan hasil bahwa setelah diberikan tindakan aromaterapi lavender terjadi pengurangan skala nyeri dari skala 6 (kategori sedang) menjadi skala 3 (kategori ringan).

#### **KESIMPULAN**

Hasil penelitian yang dilakukan pada ketiga klien dapat disimpulkan teknik relaksasi aromaterapi lavender mampu diterapkan pada

ketiga klien dan memberikan efek penurunan skala nyeri setelah diberikan aromaterapi lavender, mulai dari skala nyeri sedang menjadi skala nyeri ringan. Oleh karena itu, dapat disarankan kepada pihak RS untuk dapat menggunakan aromaterapi lavender sebagai salah satu terapi nonfarmakologis menurunkan nyeri pada klien post SC di ruang perawatan, akan tetapi dalam penerapannya perlu memperhatikan ukuran luas ruangan dan keadaan ruang perawatan.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- Anwar Mutia, Astuti Titi, dan Bangsawan Merah. 2018. *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri Klien Paska Operasi Sectio Caesarea*. Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, Volume 14, Nomor 1 e-ISSN 2655-2310.
- Azizah. 2017. *Penerapan Distraksi Relaksasi Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Akut Pada Klien Post Operasi Appendix di RS PKU Muhammadiyah Gombong*. KTI. Diakses di <https://elib.stikesmuhgombong.ac.id> tanggal 03 April 2019.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2013 (RISKESDAS 2013)*. Jakarta: Depkes RI.
- Dasna, Utami Gamy, dan Arneliwati 2014. *Efektifitas Terapi Aroma Bunga Lavender (Lavandula Angustifolia) terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Klien Infark Miokard*. Artikel. Diakses di <https://media.neliti.com> tanggal 03 April 2019.

- Dewi, I P. 2010. *Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi*. Artikel. Diakses di <https://jurnal.unud.ac.id> tanggal 03 April 2019.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kepulauan Sangehe. 2017. *Profil Kesehatan Daerah*. Kabupaten Sangehe.
- Koensoemardiyah. 2009. *A-Z Aromaterapi Untuk Kesehatan, Kebugaran, dan Kecantikan*. Yogyakarta: Lily Publisher.
- Maryunani, A. (2010). *Nyeri Dalam Persalinan, Teknik Dan Cara Penanganannya*. Jakarta: Trans Info Media.
- Mubarak Wahid, Indrawati L, dan Susanto J. 2015. *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter dan Perry. 2010. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan, Konsep, Proses Dan Praktik Klinik* Edisi Ketujuh. Jakarta: EGC.
- Pratiwi Ratna. 2012. *Penurunan Skala Nyeri Akibat Luka Post Sectio Caesarea Setelah Dilakukan Latihan Teknik Relaksasi Pernapasan Menggunakan Aromaterapi Lavender Di Rumah Sakit Al Islam Bandung*. Artikel. Students e-Journal Volume 1 Nomor 1. Diakses di <https://jurnal.unpad.ac.id>
- Sulistyo. 2013. *Konsep & Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Waqila. 2016. *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri Ibu Post Sectio Caesareaa*. *Jurnal Husada Mahakam* Volume IV Nomor 2.
- Widayani, 2017. *Lavender Aromatherapy Reduced the Intensity of Perineal Pain among Post Partum women, jurnal ners dan kebidanan Indonesia*. Diakses di <https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI> tanggal 14 Maret 2019
- World Health Organization. 2015. *WHO Statement on Caesarean Section Rates*. ([www.who.int/reproductivehealth](http://www.who.int/reproductivehealth)), diakses 15 Maret 2019.