

Penurunan Nyeri Pasca *Sectio Caesarea* Menggunakan Aromaterapi Lavender *Pain Reduction after Cesarean Section through Lavender Aromatherapy*

Sintia Gusnita¹, Ranida Arsi^{1*}, Eka Rora Suci Wisudawati¹

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Kader Bangsa Palembang, Palembang, Indonesia

Artikel info

Artikel history:

Submitted: 20-12-2024

Received : 15-05-2025

Revised : 30-05-2025

Accepted : 31-05-2025

Keywords:

pain;
aromatherapy;
pregnancy

Kata Kunci:

nyeri;
aromaterapi;
kehamilan

Abstract

Pain is a common problem experienced by patients after undergoing a cesarean section. Lavender aromatherapy, which contains active compounds such as linalool and linalyl, was believed to reduce pain due to its analgesic properties and its ability to stimulate the release of endorphins by activating the hypothalamus. The aim of this study was to determine the effectiveness of lavender aromatherapy in reducing post-cesarean section pain at Siti Fatimah Az-Zahra Regional Public Hospital, South Sumatra Province. This study was a quantitative research with a quasi-experimental design using a non-equivalent control group approach. A total of 54 post-cesarean section mothers were selected as participants, with 27 assigned to the experimental group and 27 to the control group. Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS). Sampling was conducted using a purposive sampling technique, and data were analyzed using the Wilcoxon test. The results of the Wilcoxon test showed a p-value of 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$), indicating a significant decrease in post-cesarean section pain following lavender aromatherapy intervention. Lavender aromatherapy can be considered a complementary therapy option for managing postoperative pain after cesarean section.

Abstrak

Masalah yang sering muncul pada pasien pasca *sectio caesarea* adalah nyeri. Aromaterapi lavender dengan kandungan senyawa aktif seperti *linalool* dan *linalyl* dipercaya dapat meringankan nyeri karena sifatnya sebagai analgesik dan juga dapat merangsang pelepasan hormon endorfin dengan cara merangsang hipotalamus. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penurunan nyeri pasca *sectio caesarea* menggunakan aromaterapi lavender di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra Provinsi Sumatera Selatan. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *Quasi-Eksperiment* menggunakan rancangan penelitian *Non-Equivalent Control Group Design*. Besar sampel dalam penelitian ini sebanyak 54 ibu pasca *sectio caesarea* di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra yang terbagi menjadi 2 kelompok yaitu 27 subjek kelompok eksperimen dan 27 subjek kelompok kontrol. Alat ukur nyeri yang digunakan adalah *Numeric Rating Scale* (NRS). Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan analisis data menggunakan Uji *Wilcoxon*. Hasil statistik Uji *Wilcoxon* didapatkan hasil $p\text{-value}=0,000$ ($p\text{-value} < 0,05$) yang artinya ada penurunan nyeri pasca *sectio caesarea* menggunakan aromaterapi lavender secara signifikan di RSUD Siti

Fatimah Az-Zahra. Pemberian aromaterapi lavender dapat menjadi pilihan sebagai terapi komplementer untuk masalah nyeri luka pasca operasi *Sectio Caesarea*.



Corresponden author:

Ranida Arsi, email: arsiranida20@gmail.com

This is an open access article under the **CC-BY** license

Highlight:

- Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan aromaterapi lavender dua kali sehari selama 3 hari pada ibu pasca *sectio caesarea* secara signifikan menurunkan intensitas nyeri, dibuktikan dengan hasil uji *Wilcoxon* ($p\text{-value}=0,000$). Skor nyeri turun dari rata-rata 4,30 menjadi 2,96 pada kelompok intervensi.
- Lavender mengandung senyawa aktif seperti linalool dan linalyl yang berfungsi sebagai analgesik alami dan merangsang pelepasan endorfin. Terapi ini bekerja melalui sistem limbik dan memberikan efek relaksasi, sehingga dapat menjadi alternatif non-farmakologis yang aman dan praktis dalam

PENDAHULUAN

Masalah keperawatan yang umum ditemui pada pasien pasca operasi caesar meliputi peradangan akut dan nyeri, yang menyebabkan ketidaknyamanan dan keterbatasan mobilitas (Kartilah *et al.*, 2022). Pasien mengalami keterbatasan mobilitas sebagai akibat dari nyeri pasca operasi. Keadaan ini dapat menyebabkan beberapa efek merugikan pada ibu, termasuk berkurangnya aliran darah, yang menyebabkan hipoksia sel dan memicu pelepasan mediator nyeri kimiawi, sehingga meningkatkan intensitas nyeri. Ketidaknyamanan yang tidak diobati setelah operasi caesar memiliki beberapa konsekuensi bagi ibu, termasuk gangguan mobilitas, tantangan dalam merawat bayi, keterlambatan inisiasi menyusui, dan kesulitan menemukan posisi nyaman untuk menyusui. Kesejahteraan bayi dipengaruhi oleh menyusui dan tingkat perawatan ibu. Keterlambatan menyusui dini, masalah pernapasan, dan resistensi imunologi yang rendah berkontribusi terhadap penurunan ketersediaan nutrisi bagi bayi (Yusuf *et al.*, 2024).

World Health Organization (WHO) melaporkan pada tahun 2019 rata-rata angka persalinan secara global dengan prosedur *Sectio caesarea* (SC) adalah sekitar 5-15 per 1.000 kelahiran. Menurut Dey *et al.* (2023), rata-rata angka kejadian di rumah sakit pemerintah adalah 11%, namun di rumah sakit swasta adalah 30%. Berdasarkan data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2021, 17% persalinan di fasilitas kesehatan di Indonesia dilakukan dengan prosedur *Sectio Caesarea* (BPS, 2021).

Menurut statistik studi tahun 2021 dari *World Health Organization* (WHO), jumlah operasi caesar terus meningkat di seluruh dunia, mencapai lebih dari seperlima (21%) dari semua kelahiran. Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka kejadian operasi Caesar di Indonesia 17,6%. DKI Jakarta memiliki angka tertinggi 31,1%, sedangkan Papua memiliki angka terendah yaitu 6,7%. Sumatera Selatan berada pada posisi ke 28 dari 34 provinsi. Prevalensi prosedur Caesar di Indonesia telah menunjukkan peningkatan tahunan yang substansial. Pada tahun 2018, angka kelahiran Caesar di Sumatera Selatan sebesar 9,39%. Pada wanita usia 10-54 tahun, terdapat beberapa gangguan atau

komplikasi saat melahirkan. Komplikasi yang terjadi antara lain letak janin melintang atau sungsang (1,10%), perdarahan (1,97%), kejang (0,23%), ketuban pecah dini (2,59%), persalinan lama (2,90%), tali pusat terlilit (1,96%), plasenta previa (0,46%), retensio plasenta (0,48%), hipertensi (2,07%), dan komplikasi lainnya (1,93%) (Dinas Kesehatan, 2020). Berdasarkan data rekam medis RSUD Siti Fatimah Az-Zahra Provinsi Sumatera Selatan, jumlah pasien yang menjalani operasi Caesar pada tahun 2023 sebanyak 1.114 pasien dan pada periode Januari hingga April 2024 jumlah pasien sebanyak 430 pasien. RSUD Siti Fatimah Az-Zahra Provinsi Sumatera Selatan tahun 2024.

Sebagian besar ibu akan merasakan ketidaknyamanan pasca operasi Caesar. Salah satu ketidaknyamanan yang dialami adalah rasa nyeri yang dirasakan ibu akibat tindakan pembedahan atau sayatan pada perut. Persepsi nyeri dapat berdampak buruk pada ibu dan janin. Ibu dapat mengalami hambatan mobilisasi akibat nyeri yang semakin hebat saat mencoba bergerak. Kegagalan memulai mobilisasi dini dapat mengakibatkan melemahnya kontraksi uterus dan melebarnya pembuluh darah (Setiani *et al.*, 2024). Nyeri yang dialami ibu setelah operasi caesar berdampak negatif pada ikatan kasih sayang dengan bayi, mengganggu kemampuan ibu untuk melakukan aktivitas sehari-hari dan dapat menyebabkan penurunan gizi bayi. Intervensi diperlukan untuk mengurangi keparahan nyeri ibu setelah operasi *caesar* (Dewi *et al.*, 2023).

Intervensi farmakologis dan non farmakologis umumnya digunakan untuk meredakan nyeri pada ibu pasca operasi caesar. Intervensi farmakologis, yang biasanya melibatkan pemberian analgesik atau obat pereda nyeri, dapat secara efektif mengelola nyeri dalam berbagai intensitas, termasuk nyeri ringan, sedang, dan berat. Intervensi farmakologis tidak dapat meningkatkan kapasitas klien untuk mengelola nyeri secara mandiri. Ibu perlu menggunakan intervensi non farmakologis sebagai inisiatif terpisah untuk mengelola nyeri. Intervensi non farmakologis dapat memberikan efek menenangkan dan meningkatkan kesejahteraan pasien, sehingga mengurangi nyeri yang dialami pasien pasca operasi *caesar*. Teknik manajemen nyeri nonfarmakologis mencakup berbagai metode, seperti stimulasi kulit, terapi es, termoterapi, teknik relaksasi, teknik distraksi, aromaterapi, hipnotis, terapi murottal Al-Qur'an, dan terapi musik (Shiddiqiyah dan Utami, 2023).

Aromaterapi merupakan metode non farmakologis yang dapat digunakan untuk meredakan nyeri. Aromaterapi merupakan salah satu jenis pengobatan alternatif yang menggunakan minyak esensial yang berasal dari tanaman untuk memengaruhi emosi dan pada akhirnya berdampak pada kesejahteraan seseorang. Aromaterapi menggunakan minyak esensial yang berasal dari berbagai bagian tanaman, termasuk kelenjar yang terdapat pada bunga, daun, kayu, dan kulit kayu (Utami *et al.*, 2023). Lavender merupakan jenis aromaterapi paling umum digunakan karena memiliki banyak efek yang dapat meningkatkan kualitas hidup, seperti sifat analgesiknya yang membantu meredakan nyeri. Aromaterapi lavender berfungsi dengan mengaktifkan sel saraf penciuman dan memengaruhi sistem limbik. Sistem limbik sebagai pusat pemrosesan nyeri, kesenangan, kemarahan, ketakutan, depresi, dan berbagai emosi lainnya (Oktavia *et al.*, 2022).

Penggunaan aromaterapi lavender memiliki efek menguntungkan bagi ibu pasca operasi Caesar dengan mengurangi tingkat nyeri. Aromaterapi lavender memiliki kemampuan untuk menimbulkan relaksasi dan menenangkan jiwa seorang ibu, sehingga dapat mengurangi rasa nyeri (Tirtawati *et al.*, 2020). Hal ini terjadi karena ada hubungan erat antara indera penciuman dan emosi manusia, sehingga menimbulkan respons psikologis seperti peningkatan rasa nyaman dan rileks (Fatmawati dan Fauziah, 2018). Aromaterapi lavender sudah beberapa kali diteliti dan aromaterapi lavender dapat menurunkan nyeri ketika dihirup maupun dioleskan. Namun belum pernah dilakukan pada ibu bersalin terkhusus ibu *pasca sectio caesarea* di ruang kebidanan 6 jam pasca Caesar dimana pemberian aromaterapi

dilakukan 2 kali sehari selama 3 hari berturut-turut. Berdasarkan hal tersebut diatas peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana penurunan nyeri pasca *sectio caesarea* menggunakan aromaterapi lavender di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra Provinsi Sumatera Selatan.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metodologi quasi eksperimen Desain *Quasi-Eksperimental* mengacu pada metode penelitian yang melibatkan pelaksanaan eksperimen atau perlakuan dengan menggunakan desain kelompok *kontrol non-equivalen*. Artinya, penelitian ini melibatkan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen, yang menerima perlakuan, dan kelompok kontrol, yang tidak menerima perlakuan. Akan tetapi, subjek yang dipilih untuk kedua kelompok tersebut tidak dipilih secara acak, melainkan melalui pengambilan sampel non-acak. Penelitian ini dilakukan pada ibu pasca *sectio caesarea* di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra yang diberikan terapi dengan menggunakan minyak esensial lavender yang dihirup menggunakan alat seperti diffuser selama 3 hari dengan lama waktu 15 menit sebanyak 2 kali, pagi dan sore dengan dosis dua tetes minyak esensial dalam keadaan rileks dan tenang sesuai Standar Operasional Prosedur (SOP) yang telah ditentukan.

Pengolahan data pada penelitian ini menggunakan IBM SPSS *Statistic-25* yang kemudian akan diuji statistik menggunakan uji statistik *Wilcoxon*. Adapun populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien pasca operasi *Sectio Caesarea* yang melakukan persalinan dari bulan Januari sampai bulan April pada tahun 2024 di Ruang Kebidanan RSUD Siti Fatimah Az-Zahra Provinsi Sumatera Selatan berjumlah sebanyak 430 pasien *Pasca sectio caesarea*. Total sampel dalam penelitian ini ada 27 subjek dengan jumlah kelompok sebanyak 2 kelompok sehingga jumlah sampel 54 subjek dari 27 subjek untuk kelompok intervensi dan 27 subjek untuk kelompok kontrol. Subjek ditentukan berdasarkan kriteria tertentu untuk pemilihan sampel, yang terdiri dari kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah *purposive sampling* yang merupakan pengambilan data yang dalam pengambilan sampelnya terdapat beberapa pertimbangan terlebih dahulu sebelum pengambilan sampel. Strategi penentuan sampel untuk mencapai tujuan tertentu dalam sampel penelitian. Pendekatan ini melibatkan penentuan ukuran sampel, pemilihan proses yang tepat, dan memastikan kualitas subjek. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner skala nyeri *Numeric Rating Scale* (NRS) dengan rating 0-10 dari kategori tidak nyeri di angka 0, nyeri ringan pada angka 1-3, nyeri sedang di angka 4-6 dan nyeri berat di angka 7-10. Analisis data menggunakan uji statistik *Wilcoxon*, signifikan jika $p\text{-value} < 0,05$. Penelitian ini telah disetujui oleh kode etik Rumah Sakit Umum Daerah Siti Fatimah Provinsi Sumatera Selatan dengan nomor No:016/10.11/KEPK/RSUD-SF/VI/2025.

HASIL

Karakteristik subjek

Berdasarkan Tabel 1 di bawah diketahui bahwa rata-rata usia subjek berada pada usia 20-30 tahun sebanyak 28 orang (51,9%), dan memiliki pendidikan terakhir SMA/SMK sebanyak 40 orang (74,1%). Rata-rata subjek adalah ibu rumah tangga sebanyak 31 orang (57,4%) dan status paritas ibu sebagian besar adalah multipara sebanyak 30 orang (55,6%) di mana ibu sudah pernah melahirkan anak dan lebih dari satu kali.

Tabel 1. Karakteristik subjek (n= 54)

Karakteristik Subjek	n	Persentase (%)
Usia		
20 – 30 Tahun	28	51,9
31 – 40 Tahun	26	48,1
Pendidikan		
SD	2	3,7
SMP	3	5,6
SMA	40	74,1
Perguruan Tinggi	9	16,7
Pekerjaan		
Buruh	1	1,9
Ibu Rumah Tangga	31	57,4
PNS	7	13,0
Pegawai Swasta	8	14,8
Wiraswasta	7	13,0
Paritas		
Primipara	24	44,4
Multipara	30	55,6

Sumber: Data primer, 2024

Skala nyeri ibu pasca *sectio caesarea* sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender

Berdasarkan Tabel 2 pada kelompok intervensi dapat diketahui bahwa nilai rata-rata nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 4,30 setelah diberikan aromaterapi lavender turun menjadi 2,96. Sedangkan pada kelompok kontrol nilai rata-rata nyeri sebelum adalah 5,07 dan nilai rata-rata nyeri setelah adalah 4,85.

Tabel 2. Nilai nyeri ibu pasca *sectio caesarea* sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Kelompok	Parameter	n	Mean	Min	Max	SD
Intervensi	Sebelum	27	4,30	3	8	1,540
	Sesudah	27	2,96	2	7	1,581
Kontrol	Sebelum	27	5,07	3	8	1,492
	Sesudah	27	4,85	3	8	1,610

Sumber: Data primer, 2024

Intensitas nyeri ibu pasca *sectio caesarea* sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender

Berdasarkan Tabel 3 di bawah diketahui intensitas nyeri pada kelompok intervensi sebelum diberikan aromaterapi lavender sebagian besar pada kategori nyeri sedang sebanyak 14 orang (51,8%) dan mengalami perubahan menjadi kategori nyeri ringan sebanyak 20 orang (74,1%) setelah diberikan intervensi aromaterapi lavender. Berbeda dengan kelompok kontrol dimana rata-rata kategori nyeri sebelum maupun sesudah berada pada kategori nyeri sedang yaitu sebelum sebanyak 19 orang (70,4%) dan sesudah sebanyak 14 orang (51,9%).

Tabel 3. Intensitas nyeri ibu *pasca sectio caesarea* sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender

Kelompok	Kategori Nyeri	Sebelum		Sesudah	
		n	Persentase (%)	n	Persentase (%)
Intervensi	Nyeri ringan	10	37	20	74,1
	Nyeri sedang	14	51,8	5	18,5
	Nyeri berat	3	11,1	2	7,4
	Total	27	100	27	100
Kontrol	Nyeri ringan	3	11,1	8	29,6
	Nyeri sedang	19	70,4	14	51,9
	Nyeri berat	5	18,5	5	18,5
	Total	27	100	27	100

Sumber: Data primer, 2024

Penurunan nyeri *pasca sectio caesarea* menggunakan aromaterapi lavender di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra

Berdasarkan Tabel 6 di bawah dapat diketahui ibu *pasca sectio caesarea* yang diberikan aromaterapi lavender melalui uji statistik *Wilcoxon* diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) di mana Hipotesis (H_a) diterima artinya terdapat penurunan nyeri *pasca sectio caesarea* menggunakan aromaterapi lavender di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra.

Tabel 6. Penurunan nyeri *pasca sectio caesarea* menggunakan aromaterapi lavender di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra

Kelompok	Parameter	Selisih	Min	Max	<i>p-value</i>
Intervensi	<i>Pre-test</i>	4,30	3	8	0,000*
	<i>Post-test</i>	2,96	2	7	
Kontrol	<i>Pre-test</i>	5,07	3	8	0,033*
	<i>Post-test</i>	4,85	3	8	

Keterangan: Uji *Wilcoxon*, signifikan jika $p\text{-value}<0,05$

PEMBAHASAN

Karakteristik subjek

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 54 subjek terdapat 28 subjek (51,9%) berusia 20-30 tahun dan 26 subjek (48,1%) berusia 31-40 tahun. Dalam hal ini, berdasarkan tingkat usia, sebagian besar subjek rata-rata berusia 20-30 tahun dengan jumlah 28 subjek (51,9%). Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Haryanti dan Patria (2019) bahwa variabel usia dikelompokkan menjadi 2 yaitu *High Risk* dan *Low Risk* artinya *High Risk* pada usia <20 sampai >35 tahun, sedangkan *Low Risk* pada usia 5 sampai 20 tahun. Dalam penelitian ini kategori usia subjek terdapat pada usia >35 tahun dan usia 20-35 tahun. Pada usia >35 tahun merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap komplikasi persalinan dan tidak nyaman akibat nyeri yang ditimbulkan, sedangkan usia 20–35 tahun dianggap aman menjalani persalinan karena usia tersebut dalam rentang kondisi prima dan rahim sudah mampu memberi perlindungan, mental pun sudah siap untuk menghadapi persalinan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 54 subjek terdapat 2 subjek (3,7%) dengan pendidikan SD, 3 subjek (5,6%) dengan pendidikan SMP, 40 subjek (74,1%) dengan pendidikan SMA, dan 9 subjek (16,7%) dengan pendidikan perguruan tinggi. Dalam hal ini, berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar subjek rata-rata berpendidikan terakhir

di SMA/SMK dengan jumlah 40 subjek (74,1%). Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan tata laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan, pada proses persalinan ibu dengan pendidikan rendah cenderung menghadapi persalinan dengan apa adanya. Ibu dengan pengetahuan tinggi cenderung akan mencari tahu tentang persalinan, cara menghadapi persalinan dan persiapan persalinan. Semakin tinggi pendidikan seseorang semakin baik pula tingkat pengetahuannya (Anwar *et al.*, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 54 subjek terdapat 1 subjek (1,9%) bekerja sebagai buruh, 31 subjek (57,4%) hanya sebagai ibu rumah tangga, 7 subjek (13,0%) bekerja sebagai PNS, 8 subjek (14,8%) bekerja sebagai pegawai swasta dan 7 subjek (13,0%) bekerja sebagai wiraswasta. Berdasarkan tingkat pekerjaan, sebagian besar subjek rata-rata tidak bekerja atau hanya sebagai ibu rumah tangga dengan jumlah 31 subjek (57,4%). Pekerjaan memiliki peran penting dalam tingkat kesehatan seseorang. Beban berat yang dilakukan oleh seseorang sesuai dengan pekerjaannya dapat menyebabkan timbulnya masalah kesehatan dengan berbagai penyakit maupun kelainan-kelainan lainnya (Haryanti dan Patria, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 54 subjek terdapat 24 subjek (44,4%) dengan paritas Primipara dan terdapat 30 subjek (55,6%) dengan paritas Multipara. Berdasarkan tingkat paritas, sebagian besar subjek rata-rata berparitas multipara dimana sang ibu yang telah melahirkan seorang anak lebih dari satu kali dengan jumlah 30 subjek (55,6%). Sampai saat ini, belum dapat dipastikan bahwa kejadian *Sectio Caesarea* lebih banyak pada jumlah paritas, sehingga karakteristik tersebut tidak berperan dalam kejadian ibu yang menjalankan *Sectio Caesarea*. Nyeri yang dirasakan juga tidak berpengaruh terhadap jumlah paritas yang telah dialami baik primipara maupun multipara.

Penurunan nyeri pasca *sectio caesarea* menggunakan aromaterapi lavender di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra

Keadaan nyeri pasca operasi *Sectio Caesarea* pada ibu akan menjadi gangguan yang menyebabkan aktivitas terbatas pada ibu. Manajemen nyeri diperlukan untuk mengurangi respons nyeri yang dialami sehingga nyeri yang dirasakan oleh ibu dapat dikurangi, salah satunya adalah dengan memberikan aromaterapi lavender (Pebrina *et al.*, 2023).

Aromaterapi merupakan bentuk terapi pengobatan pelengkap yang memakai minyak tanaman dinilai dapat membantu mengurangi bahkan mengatasi gangguan psikologis dan gangguan rasa nyaman atau mempengaruhi alam perasaan dan akhirnya mempengaruhi kesehatan. Minyak yang diekstraksi dari tanaman tersebut dikenal sebagai minyak esensial. minyak esensial yang digunakan dalam aromaterapi adalah minyak yang diambil dari bagian tanaman, seperti kelenjar kecil pada bunga, pada daun, pada kayu dan kulit kayu (Utami *et al.*, 2023).

Aromaterapi 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 euphoria, relaks atau sedatif (Utami *et al.*, 2023). Selain itu aromaterapi merangsang talamus untuk mengeluarkan enkefalin. Enkefalin merupakan neuromodulator yang dapat menghambat nyeri fisiologis. Ketika enkefalin dikeluarkan oleh otak dan mengaktifkan sistem parasimpatik agar dapat menurunkan nyeri pasca *sectio caesarea* memberikan relaksasi pada tubuh (Rahmayani dan Machmudah, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa intensitas nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender yaitu seluruh subjek memiliki tingkat persentase yang berbeda yaitu kategori nyeri ringan 3 orang (13,6%), kategori nyeri sedang 12 orang (54,5%), dan kategori nyeri berat terkontrol 7 orang (31,8%). Skala nyeri pada ibu pasca *Sectio Caesarea* setelah diberikan perlakuan aromaterapi lavender mengalami penurunan yaitu dengan skala 1-3 (nyeri ringan). Intensitas nyeri setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu mengalami perubahan yang signifikan dengan kategori tidak nyeri 7 orang (31,8%), kategori nyeri ringan 10 orang (45,5%) dan kategori nyeri sedang 5 orang (22,7%). Penurunan tingkat nyeri dapat dilihat dari sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lavender yang dimana dibuktikan dengan skala sebelum diberikan aromaterapi lavender skala nyeri subjek dengan kategori nyeri sedang (4-6) dan skala setelah diberikan aromaterapi lavender skala nyeri subjek menurun dengan kategori nyeri ringan (1-3).

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* dapat diketahui nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa Hipotesis (H_a) diterima yang menunjukkan ada perbedaan antara nilai *pre-test* dan *post-test* tingkat nyeri pasca *sectio caesarea*, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada penurunan nyeri pasca *sectio caesarea* yang signifikan menggunakan aromaterapi lavender di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra.

Aromaterapi Lavender memiliki kandungan zat yang aktif berupa *linalool* dan *linalyl* yang berfungsi sebagai penghilang nyeri dan juga dapat meningkatkan *hormone endorfin* dikarenakan adanya rangsangan hipotalamus yang diberikan oleh aromaterapi lavender. Aromaterapi lavender ini dapat memberikan rasa tenang, rasa bahagia, rileks serta dapat melemaskan otot-otot yang tegang dikarenakan rasa nyeri yang timbul, kemudian rasa nyeri yang timbul pada ibu pascapartum akan berkurang dengan perlahan-lahan (Dey *et al.*, 2023).

Hasil penerapan ini sejalan dengan penerapan yang dilakukan oleh Utami *et al.* (2023), bahwa aromaterapi lavender dapat menurunkan skala nyeri pada pasien pasca operasi *sectio caesarea*, dimana sebelum diberikan aromaterapi lavender subjek memiliki skala nyeri sedang (4-6) dan setelah diberikan aromaterapi lavender subjek memiliki skala nyeri ringan (1-3) selama 3 hari. Penerapan aromaterapi lavender dalam penelitian yang dilakukan oleh Diyah (2023) menggunakan aroma bunga lavender yang sudah ada dalam kemasan diberikan 2 kali sehari selama 15 menit pada pagi hari dan sore hari selama 3 hari berturut-turut. Hal ini disebabkan karena aromaterapi lavender dapat berperan sebagai relaksan, bisa menenangkan pikiran ibu sehingga nyeri tersebut dapat berkurang. Hal ini juga didukung oleh Nurhayati *et al.* (2024) bahwa penggunaan aromaterapi yang dihirup dengan minyak esensial lavender menjadi terapi alternatif yang efektif untuk mengurangi rasa nyeri setelah operasi caesar pada saat istirahat maupun saat mobilisasi.

Mekanisme kerja aromaterapi lavender memberikan efek pereda nyeri, rileks dan nyaman pada tubuh karena aromaterapi lavender dapat melonggarkan sistem kerja saraf otot yang sedang dalam kondisi tegang, sehingga memberikan efek penurunan nyeri pasca *sectio caesarea*. Hal ini di dukung oleh Ristica dan Irianti (2023) bahwa sebagian besar subjek mengalami penurunan tingkat nyeri dari skala sedang menjadi skala ringan setelah diberikan Aromaterapi lavender. Hasil uji statistik *Uji Wilcoxon* diketahui nilai p -value 0,000 ($p<0,05$). Hal yang sama juga disebutkan oleh Abbasijahromi *et al.* (2020) bahwa rata-rata tingkat nyeri pada kelompok aromaterapi lavender dan mawar berbeda secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol dengan nilai p -value ($p<0,001$).

Berdasarkan hasil yang diperoleh bahwa ada penurunan nyeri pasca *sectio caesarea* yang signifikan menggunakan aromaterapi lavender karena aromaterapi lavender adalah salah satu terapi komplementer dalam bentuk latihan teknik relaksasi pernapasan. Ibu pasca *sectio caesarea* dapat mempraktikkan terapi uap menggunakan aromaterapi lavender dengan benar selama 15 menit, yang dilakukan ketika ibu merasakan nyeri pada luka operasi *sectio*

caesarea. Pemberian aromaterapi lavender dapat memberikan ketenangan dan kenyamanan kepada ibu. Selain itu, dapat juga mengurangi nyeri yang disebabkan oleh operasi, sehingga nyeri berkurang. Aromaterapi lavender yang dihirup dapat merelaksasi otot yang tegang sehingga dapat memperlancar aliran darah akibat dilatasi pembuluh darah yang menyempit, sehingga mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan oleh ibu pasca *Sectio Caesarea*. Oleh karena itu terapi dengan aromaterapi lavender memiliki potensi untuk menjadi pilihan terapi komplementer pada kasus nyeri pasca *sectio caesarea*.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya penurunan nyeri pasca *sectio caesarea* yang signifikan menggunakan aromaterapi lavender di RSUD Siti Fatimah Az-Zahra, oleh karena itu hasil penelitian ini memberikan alternatif pada praktek keperawatan serta perawat komunitas, dalam memberikan pelayanan kesehatan terutama dalam hal penanganan non farmakologi pada ibu pasca *sectio caesarea*. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti penelitian yang serupa di tempat berbeda dengan jumlah sampel yang lebih besar dan waktu pemberian aromaterapi yang lebih lama serta memberikan kombinasi aromaterapi lavender dengan terapi lain untuk mendapatkan hasil yang lebih optimal dalam menurunkan nyeri pada ibu pasca *sectio caesarea*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbasijahromi, A., Hojati, H., Nikooei, S., Jahromi, H., Dowlatkhah, H., Zarean, V., Farzaneh, M., Kalavani, A. 2020. Compare The Effect of Aromatherapy Using Lavender and Damask Rose Essential Oils on The Level of Anxiety and Severity of Pain Following C-Section: A Double-Blinded Randomized Clinical Trial. *Journal of Complementary and Integrative Medicine*. 17(3), 119-141. <https://doi.org/10.1515/jcim-2019-0141>
- 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), 84-90.
- BPS. 2021. Laporan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2021. Badan Pusat Statistik, Jakarta.
- Dewi, A.A.S., Febriyanti, N.MA., Yustiari, N.WN. 2023. Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Skala Nyeri pada Ibu Pasca *sectio caesarea* di Rumah Sakit Ari Canti Gianyar Tahun 2022. *Jurnal Genta Kebidanan*. 12(2), 57-61. <http://ejournal.politeknikkesehatankartinibali.ac.id/index.php/JGK>
- Dey, T.N., Khadijah, S., Siregar, W.W. 2023. Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesaria di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. *Jurnal Kebidanan Kestra*. 6(1), 73-78. <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKK/article/view/1862>
- Fatmawati, R., Fauziah, F. 2018. Lavender Aromatherapy Effectiveness in Decreasing Pain in Patients Post SC. *Maternal*. 2(3), 199-205.
- Haryanti, R.P., Patria, A. 2019. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Nyeri pada Ibu Pasca *sectio caesarea* Hari Pertama di Ruang Bersalin Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung. *Malahayati Nursing Journal*. 1(2), 140-147. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/view/1419>
- Kartilah, T., Cahyati, P., Februanti, S., Kusmyiati, K., Kamila, S. 2022. Gambaran Pelaksanaan Mobilisasi Dini dalam Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Pasca *sectio*

- caesarea* di RSUD Ciamis. Jurnal Media Cendikia. 9(2), 147-155. <https://doi.org/10.33482/medika.v9i02.178>
- Nurhayati, Y., Tarigan, D.A., Anggarini, D. 2024. Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Skala Nyeri Post Seksio Sesarea di RS Haji Jakarta UIN Syarif Hidayatullah Tahun 2024. Jurnal Ilmiah Kesehatann dan Kebidanan. 13(2), 131-140. <https://ejournal.mrhj.ac.id/Jkk/article/view/289/49>
- Oktavia, E., Said, F.F.I., Amir, N., Ikhsan, R.R., Yeni, R.I. 2022. Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Pasca Sectio Caesarea. Malahayati Nursing Journal. 8(4), 2003-2017. <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/manuju/article/view/6764/pdf>
- Pebrina, M., Khairani, S., Fernando, F., Fransisca, D., Darma, I.H., Hayu, R. 2023. Effectiveness of Lavender Aroma Therapy on Post-Sectio Caesarea Pain Intensity in the Obstetric Room Bhayangkara Padang Hospital. International Journal of Multidisciplinary Approach Research and Science.1(3), 580-588. <https://doi.org/10.59653/ijmars.v2i01.489>
- Rahmayani, S.N., Machmudah, M. 2022. Penurunan Nyeri *Pasca sectio caesarea* Menggunakan Aromaterapi Lavender di Rumah Sakit Permata Medika Ngaliyan Semarang. Ners Muda. 3(3), 292-298. <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.8377>
- Ristica, O.D., Irianti, B. 2023. Efektivitas Aromaterapi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) dalam Mengurangi Nyeri Post Sectio Caesaria. Institute of Computer Science. 3(1), 17-22.
- Setiani, I., Setyawati, N.M.B., Sebayang, S.M. 2024. Implementasi Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien *Pasca sectio caesarea*. Jurnal Inovasi Global. 2(8), 1029-1045. <https://doi.org/10.58344/jig.v2i8.152>
- Shiddiqiyah, N., Utami, T. 2023. Penerapan Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien *Pasca sectio caesarea* di RSUD Kardinah Tegal. Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan. 1(4), 60-66. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i4.2504>
- Tirtawati, G.A., Purwandari, A., Yusuf, N.H., 2020. Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri *Pasca sectio caesarea*. 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 *Pasca sectio caesarea* di Ruang Adas Manis RSUD Pandan Arang Boyolali. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 2(4), 483-494. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i4.1993>
- Yusuf, G.N., Devita, H., Andriyan, E.F., Pasalina, P.E. 2024. Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Penurunan Rasa Nyeri pada Pasien *Pasca sectio caesarea* dengan Spinal Anestesi di RSUD Padang Panjang. Jurnal Kesehatan. 13(1), 8-15. <https://jurnalkesehatanstikesnw.ac.id/index.php/stikesnw/article/view/250>