



## **PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER ESSENTIAL OIL UNTUK MENURUNKAN SKALA NYERI POST SECTIO CAESAREA**

**Eva Davista Sinta Maharani\*, Rejo, Sri Iswahyuni**

Program Studi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Jl. Ring Road Utara KM 0.3,  
Tawang Sari, Mojosongo, Jebres, Surakarta, Jawa Tengah, 57127, Indonesia

\*[davistaeva@gmail.com](mailto:davistaeva@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Sectio caesarea (SC) merupakan proses kelahiran dengan cara pembedahan dengan melalui proses yaitu dengan melakukan tindakan sayatan pada dinding rahim ibu dan juga dinding perut ibu. Proses pembedahan sectio caesarea dapat membuat nyeri dan juga dapat membuat perubahan pada jaringan karena suatu proses pembedahan. Tujuan penelitian: Tujuan ini yaitu guna mencoba menggali manfaat aromaterapi lavender, menganalisis, menguraikan, dan mengidentifikasi efektifitas pengaruh dari aromaterapi lavender essential oil tersebut apakah bisa mengurangi skala nyeri (SC). Metode: Metode ini menggunakan Literature Review. Sumber data dalam literature review adalah dengan tinjauan pustaka terhadap 7 penelitian utama, dengan 7 peneliti utama yaitu metode kuantitatif dengan rancangan penelitian pre eskperimen dengan jumlah sampel 15 sampai 30 responden. Hasil: Penelitian menunjukkan aromaterapi lavender essential oil mengandung linalyl acetate, juga mengandung linalool yang dapat menurunkan skala nyeri, mengendurkan, dan juga melemaskan suatu ketegangan. Nyeri berkurang dengan ditunjukkan pada penurunan skala dari nyeri dengan ibu merasa lebih nyaman setelah diberikan aromaterapi lavender essensial oil. Simpulan: Aromaterapi lavender dapat diaplikasikan dengan cara inhalasi atau dengan cara pijat yang dapat memberikan efek cukup baik dalam penurunan skala nyeri karena aromaterapi lavender tersebut memiliki linaool dan juga linalyl acetate sebagai zat aktif yang memiliki efek seperti analgesik dan dapat membuat ibu post sectio caesarea menjadi nyaman dan bisa memberikan efek relaksasi.

**Kata kunci:** aromaterapi lavender; nyeri; post sectio caesarea

## ***THE EFFECT OF ADMINISTRATION OF LAVENDER ESSENTIAL OIL AROMATHERAPY TO REDUCE THE PAIN SCALE POST SECTIO CAESAREA***

### **ABSTRACT**

*Sectio caesarea (SC) is a surgical birth process that involves making an incision on the mother's uterine wall and also the mother's abdominal wall. The caesarean section surgery process can cause pain and can also cause changes to the tissue due to the surgical process. Research purposes: This aim is to try to explore the benefits of lavender aromatherapy, analyze, describe and identify the effectiveness of the effect of lavender essential oil aromatherapy on whether it can reduce the pain scale (SC). Methods: This method uses Literature Review. The data source in the literature review is a literature review of 7 main studies, with 7 main researchers, namely quantitative methods with a pre-experimental research design with a sample size of 15 to 30 respondents. Results: Research shows that lavender essential oil aromatherapy contains linalyl acetate, it also contains linalool which can reduce the pain scale, relax and also relieve tension. Pain was reduced as shown by a decrease in the pain scale with the mother feeling more comfortable after being given lavender essential oil aromatherapy. Conclusion: Lavender aromatherapy can be applied by inhalation or by massage which can have quite a good effect in reducing the pain scale because lavender aromatherapy has linaool and also linalyl acetate as active substances which have effects such as an analgesic and can make post-caesarean mothers comfortable and comfortable. provides a relaxing effect.*

**Keywords:** lavender aromatherapy; pain; post caesarean section.

## **PENDAHULUAN**

Proses persalinan adalah kondisi dimana yang perlu dilakukan oleh ibu dengan usia kehamilan yaitu trimester ketiga. Proses kelahiran adalah mengeluarkan janin yang telah memasuki usia kelahirannya, melalui proses lahir normal, juga bisa dengan proses lahir lainnya. Proses Persalinan dapat dilakukan

dengan cara normal maupun secara tidak normal, persalinan dengan cara tidak normal bisa dilakukan dengan tindakan berupa operasi atau pembedahan yang sering disebut operasi sectio caesarea (SC) (Rahmayani & Machmudah, 2022). Sectio caesarea (SC) adalah salah satu proses kelahiran dengan cara pembedahan atau buatan, yang dimana janin tersebut dikeluarkan melalui suatu sayatan di dinding perut bisa juga melalui dinding rahim pada keadaan yang masih utuh dan janin beratnya diatas 500gram. Pembedahan tersebut sering dilakukan dengan cara pembuatan sayatan. Selanjutnya dengan perbaikan yaitu dilakukan penjahitan luka dan juga penutupan luka. Proses sayatan yang dilakukan dengan insisi dapat memberikan rasa trauma atau sakit bagi ibu post SC dan dapat memberikan rasa ketidaknyamanan dan rasa sakit lainnya. Keluhan yang sering muncul yaitu nyeri (Kesdam & Malang, 2020).

Sectio caesarea (SC) merupakan suatu proses kelahiran dengan cara pembuatan atau buatan melalui proses bedah yaitu dengan tindakan pada dinding rahim ibu dan dinding perut tersebut. Proses operasi sectio caesarae dapat mengakibatkan gejala nyeri dan juga dapat membuat perubahan pada jaringannya karena proses bedah tersebut. Keluhan yang akan ditimbulkan yaitu keluhan nyeri (Tirtawati et al., 2020) Menurut World Health Organization (WHO) yaitu sudah hampir 30 tahun memperhitungkan kenaikan dari angka sectio caesarea (SC) yaitu 10-15 % yang merupakan angka masimum. Penelitian baru dari data yang diambil menurut WHO dan UNICEF angka kelahiran dengan sectio caesarea sering ditemukan di berbagai negara berkembang, yaitu 40% yang dipengaruhi oleh berbagai pendukungnya antara lain yaitu dari status sosial dan juga fasilitas kesehatan untuk dilakukannya suatu tindakan pembedahan sectio caesarea tersebut (Rahmayani & Machmudah, 2022) Persalinan sectio caesarea di Indonesia bukan hal yang baru, dengan bukt naiknya angka SC dalam 10 tahun terakhir. Data survey persalinan dengan SC di Indonesia terus naik dari tahun 2002 dengan 13,7 %, tahun 2012 dengan 23,1 % . Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia Angka tersebut naik pada tahun 2018 menjadi 17,6% dan diperkirakan akan terus naik. (Selina Fabrianti et al., n.d.)

(AKI ) Angka Kematian Ibu yang terjadi pada tahun 2020 dari (KEMENKES) kementerian kesehatan Indonesia ini disusun dari pencatatan suatu acara untuk kesehatan keluarga tersebut dinyatakan ada 4.672 kematian Ibu melahirkan di Indonesia. Dan pada tahun2019 tercatat 4.122 angka ibu meninggal, ini ditunjukkan bahwa angka kematian melahirkan di Indonesia pada tahun 2019-2020 yaitu sangat naik pesat. Dari data WHO dari Global Survei on Maternal and Perinatal Health (2011) mengatakan ada 46,1% , semua angka melahirkan dilakukan dengan cara pembedahan (SC), tindakan melalui proses pembedahan dapat memberikan efek dampak yang serius bagi ibu tersebut. Setelah proses pembedahan post SC akan menimbulkan dampak/rasa nyeri setelah dilakukan tindakan sectio caesarea dapat membuat pasien mengalami sulit bergerak, ini dapat membuat ibu yang akan menyusui dini (IMD) karena efek dari nyeri saat digunakan untuk bergerak/berpindah, hal ini membuat ibu merasa terganggu kenyamanannya , oleh itu ibu post sectio caesare membutuhkan perawatan yang segera agar ibu bisa merasa rileks(Nyeri et al., 2023). Setelah dilakukan persalinan dengan menggunakan metode sectio caesarea (SC) yaitu timbulnya nyeri pada area luka yang diakibatkan insisi, potensi terjadinya thrombosis, penurunan kemampuan fungsional, penurunan elastisitas otot dan gangguan laktasi. Nyeri yang terjadi setelah operasi sectio caesarea (SC) yang timbul disebabkan oleh luka yang diakibatkan adanya insisi (Puspitasari, Kartikaningtias, & Amin, 2020).

Pasien setelah SC memiliki efek fisik atau fisiologis yaitu nyeri. Kejadian ini terjadi setelah SC akibat sayatan jaringan selama operasi. Ketika kontinuitas jaringan terganggu, menyebabkan rasa sakit yang tidak nyaman bisa membuat pasien sangat sakit, nyeri merupakan suatu keadaan berupa sensasi yang tidak menyenangkan, bersifat sangat subyektif, karena sensasi nyeri mempunyai luas atau tingkatan yang berbeda-beda pada setiap orang, dan hanya dia yang dapat menjelaskan atau memberikan tahu

nyeri yang dialami (Sholati,2023). Masalah yang akan muncul dari tindakan setelah operasi sectio caesarea akibat 11insisi oleh robekan jaringan dinding perut dan dinding uterus bisa membuat terjadinya perubahan kontinuitas bisa membuat ibu merasa nyeri karena adanya pembedahan (Rosseline, 2022). Nyeri post operasi yaitu nyeri akut yang bisa disebabkan oleh trauma, bedah juga inflamasi, bisa seperti saat sakit kepala, sakit gigi, tertusuk jarum, terbakar, nyeri otot, nyeri saat melahirkan, nyeri sesudah tindakan pembedahan, dan yang lainnya (Nisak dkk., 2023).

Berdasarkan penelitian (Puspitasari & Ekacahyaningtyas, 2020 dalam Ismiyati 2023) didapatkan hasil karakteristik nyeri yang dirasakan ibu adalah nyeri seperti tersayat – sayat, dengan skala 7, nyeri di area perut tengah, terdapat luka jahitan sepanjang kurang lebih 15 cm, nyeri timbul setiap 2 menit dan bertambah jika terlalu banyak bergerak. Keparahan nyeri yang dirasakan ibu post SC tergantung pada fisiologi dan psikologis ibu dan toleransi yang ditimbulkan akibat nyeri (Puspitasari & Ekacahyaningtyas, 2020). Aromaterapi merupakan terapi komplementer dengan menggunakan wewangian dari esensial. Minyak esensial dapat dicampurkan dengan minyak campuran dari obat dapat dihirup dan bisa untuk minyak untuk pijat pada kulit. Tindakan ini dapat dilakukan dengan cara yaitu pijat, inhalasi, kompres dan bisa digunakan untuk pewangi ruangan. Terapi yang melalui hidung merupakan pengobatan lebih cepat dibanding dengan cara yang lainnya. Efek yang ditimbulkan oleh aromaterapi lavender dapat memberikan sensori yang dapat diterima oleh reseptordi hidung, juga dapat melakukan informasi ke otak, bisa mengontrol emosi, juga memori dan dapat menyalurkan rangsangan ke hipotalamus yang memberikan pengaturan suhu tubuh untuk memberikan manfaat relaksasi (Kesdam & Malang, 2020)

Aromaterapi adalah salah satu teknik pengobatan atau perawatan menggunakan bau-bauan yang menggunakan minyak esensial aromaterapi. 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 (Harnita,2021). Lavender adalah salah satu jenis aromaterapi yang biasa digunakan dalam pembuatan minyak esensial analgesik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton. Monoterpena adalah jenis senyawa terpena yang sering ditemukan dalam minyak atsiri tanaman. Pada aplikasi medis monoterpena digunakan sebagai sedatif. Minyak lavender mengandung 30-50% linalil asetat. Linalil asetat adalah senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang serta tonikum, khususnya pada sistem saraf (Suryani, 2022). Pemberian aromaterapi lavender essential oil yang dilakukan untuk ibu sectio caesarea yaitu menurunkan tingkatan nyeri, sehingga dengan ini aromaterapi lavender bisa dijadikan terapi non farmakologis atau alternatif untuk mengatasi masalah yang timbul dari nyeri post sectio caesarea dan nyeri yang lain, serta dapat menekan rasa cemas karena memiliki reaksi untuk relaksasi (Tirtawati et al., 2020) Tujuan dari penelitian ini yaitu guna mencoba menggali manfaat aromaterapi lavender, menganalisis, menguraikan, dan mengidentifikasi efektifitas pengaruh dari aromaterapi lavender essential oil tersebut apakah dapat menurunkan skala nyeri (SC).

## **METODE**

Pada metode ini dengan cara Literature Review. Sumber data adalah dari literature review dengan tinjauan pustaka terhadap 7 penelitian utama. Proses pencarian artikel melalui cara dengan menggunakan database jurnal Google Scholar dan Pubmed. Hasil awal pencarian menemukan pada google scholar dan juga pada pubmed yang kemudian artikel akan diidentifikasi. Data yang dibutuhkan dalam literature review dikumpulkan bagian – bagian penting dan relevan dengan permasalahan literature review yang sesuai dengan judul yaitu “ Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender

Essential Oil untuk Menurunkan Skala Nyeri Post Section Caesarea”. Dan strategi mencari artikel dengan menggunakan PICO atau PICOS yaitu :

Tabel 1.  
Kriteria inklusi dan eksklusi penelitian

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Population / populasi</i>	<i>post sectio caesarea</i>	Bukan <i>post section caesarea</i>
<i>Intervention / intervensi</i>	Tindakan sederhana menggunakan aromaterapi lavender essential oil	Terapi farmakologi pemberian analgetik
<i>Comparation / pembanding</i>	Terapi non farmakologis sederhana lainnya menggunakan aromaterapi bunga mawar, lemon dan kopi	Terapi non farmakologi lainnya seperti melakukan tindakan teknik distraksi relaksasi nafas dalam, genggam jari
<i>Outcomes / hasil yang diharapkan</i>	Skala nyeri menurun	-
<i>Study Design and Publication Type</i>	Quasi-experimental, desain deskriptif, kuantitatif	Systematic Review
<i>Publication Years / tahun publikasi</i>	2020-2024	Pre 2020
<i>Language</i>	Inggris dan Indonesia	Selain Inggris dan Indonesia

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil 188 literature review yang dicari menggunakan database dari Google Scholar, dan database lainnya dari Pubmed dengan judul juga abstrak akan disaring kemudian dimasukkan. 156 yang tidak cocok dikeluarkan karena belum memenuhi kriteria. Kemudian didapatkan hasil 7 literatur memiliki semua kriteria dari inklusi.

PRISMA flow chart

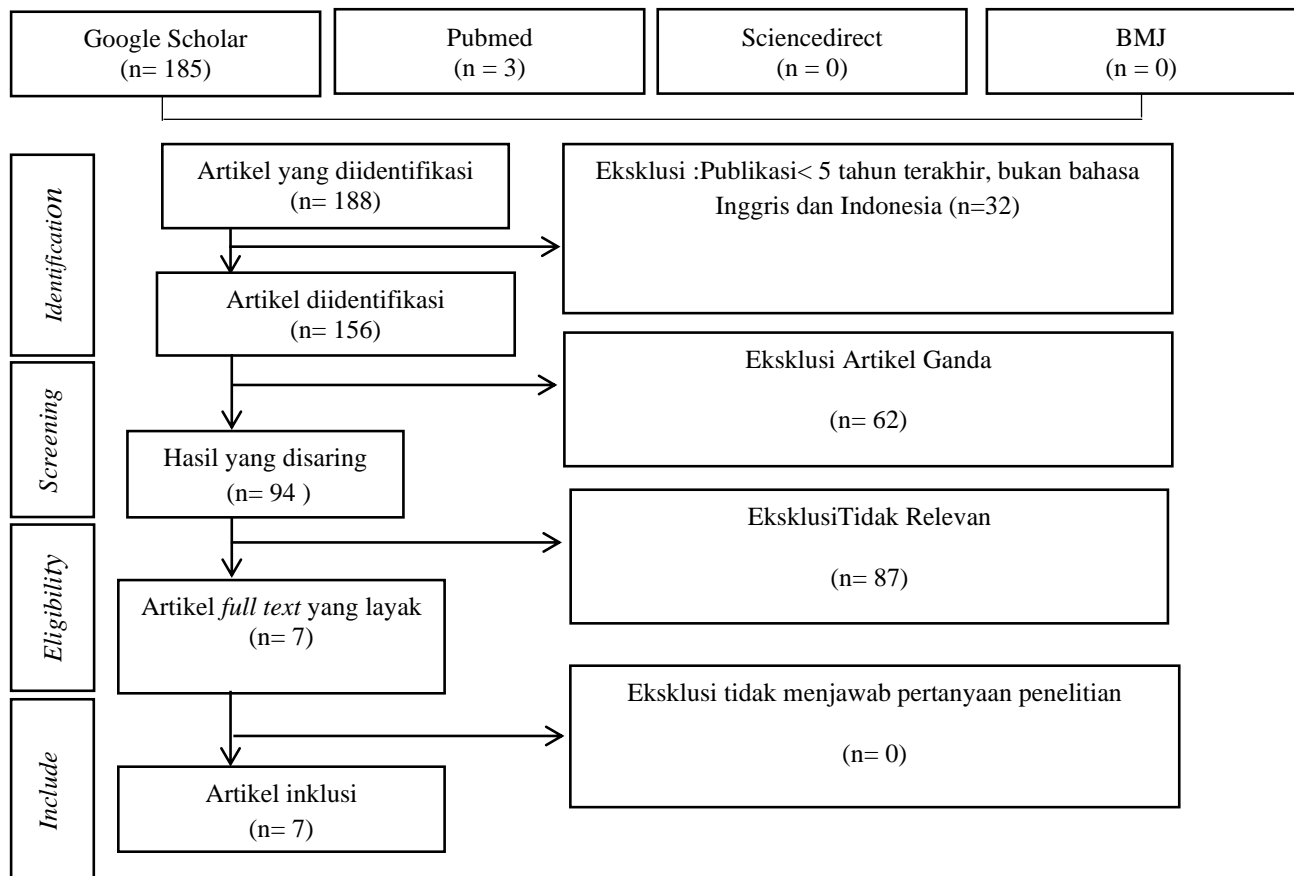


Table 2.  
Ringkasan Pencarian Artikel

Author Jurnal	Title	Method (Design, Sampel, Variable, Instrumen, Analyssis	Conclution
Novita Anjelia, (2021)	The effect of lavender essential oil on post caesarean section	Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif cara penelitian pre eksperimen. Yang berada di Rumah Sakit Umum Daerah Sekayu, tanggal dilakukan penelitiannya yaitu pada tanggal 3 sampai tanggal 21 february pada 2020. Pada penelitian yaitu melibatkan ibu <i>post sectio caesarea</i> yang berada pada Rumah Sakit Umum Daerah Sekayu dengan 320 orang di tahun 2019 setiap 30 orang.	Berdasarkan dari hasil yang telah diteliti menggunakan perujian secara berpasangan, dihasilkan p-value yaitu = 0.000 ( $p < 0,05$ ). Didapatkan hasil dalam pengujian ternyata setelah diberikan aromaterapi lavender dapat mengurangi skala nyeri SC yang signifikan.
Bagus Dadang Prasetyo, Bambang Susilo (2020)	Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri luka ibu post sectio caesarea di RS dr g Soepraoen kesdam/Brawijaya Malang	Metode penelitian dengan metode pre experiment design yang menggunakan one group pre test-post test design. Responden dari penelitian yaitu ibu post sectio caesarea pada hari ke 1 dan 2 di bulan Juni 2019 pada Rumah Sakit Tentara dr. Soepraoen Malang. Cara ini dengan 8 responden .	Berdasarkan hasil dari penelitian ditunjukkan hasil p value lebih kecil dari $\alpha$ $0,021 < 0,05$ H1, dengan ini disimpulkan yaitu dari pemberian aromaterapi lavender yang berguna untuk penurunan nyeri luka ibu post sectio caesarea. Dikarenakan lavender oil memiliki kandungan linaly acetate dan linalool bisa membuat turun skala nyeri, mengendurkan, dan bisa melemaskan ketegangan.
Elsa Selina Fabrianti, Erika Dewi Noorratri, Fitriani Purnawati (2023)	Penerapan terapi kompres hangat dengan aromaterapi lavender essential oil dalam menurunkan skala nyeri ibu post sectio caesarea di ruang ponok RSUD Gemolong	Penelitian ini dengan cara kuantitatif yaitu dengan deskriptif bentuk studi kasus yang melibatkan 2 responden dengan cara, Penerapan dengan kompres yang hangat menggunakan aromaterapi lavender essential oil pada ibu dilakukan pada 2 hari lama pemberian 20 menit dan terapi diberikan 1 kali/hari.	Berdasarkan hasil penerapan ternyata kompres hangat menggunakan aromaterapi lavender essential oil bisa mengurangi intensitas nyeri pada post SC, hasil nilai uji pada statistik paired t-test p value $0,000 < 0,05$ , ternyata didapatkan pengaruh sebelum pemberian dan juga sesudah diberikan kompres hangat ini menggunakan aromaterapi lavender tersebut.
Gusti Ayu Tirtawati, Atik Purwandari, Nur Hidayah Yusuf (2020)	Efektivitas pemberian aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri post sectio caesarea	Pada metode menggunakan cara Quasi Experimental Design menggunakan cara None quivalent Control Group Design, responden pada penelitian ini dengan 30 orang, kelompok yang kontrol 15 orang dan kelompok yang dilakukan intervensi ada 15 orang, diambil dengan teknik Purposive Sampling.	Berdasarkan dari hitungan dengan uji One Way Anova dengan hasil analisis data yang ternyata ada perbedaan skala nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender, juga setelah dilakukan aromaterapi lavender yaitu hasil $F=4,115$ dan p-value yaitu = $0,010$ ( $p \text{ value} = < 0,05$ ). Dikarenakan aromaterapi lavender memberikan efek relaksasi dan juga memberikan efek yang menenangkan pikiran sehingga nyeri tersebut dapat berkurang.
Diyah Wahyu Utami, Ika Silvitarsi, Panggah Widodo (2023)	Penerapan pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea di Ruang Adas Manis Rsud Pandan Arang Boyolali	Metode menggunakan metode diskriptif dengan melakukan studi kasus. Subjek untuk studi yaitu 2 ibu post operasi sectio caesarea di Bangsal Adas Manis RSUD Pandan Arang Boyolali.	Berdasarkan dari uji statistic dengan uji wilcoxon didapatkan p value = $0,000$ ( $p \text{ value} < 0,005$ ). Dan disimpulkan yaitu ibu <i>post sectio caesarea</i> yang diberikan aromaterapi lavender mengalami nyeri yang menurun yang dari berat menurun menjadi sedang.

Ragaa Ali Abdrabo o, Hadayat AbdEl-Raof Amasha, Sally Ebrahim Ali (2020)	Effectiveness of inhalation of lavender oil in relieving post caesarea section pain	Penelitian kuasi-eksperimental terkontrol ini dilakukan di Unit Pascapersalinan yang berafiliasi dengan Rumah Sakit Universitas Suez-Canal dengan sampel praktis 100 wanita pascapersalinan yang dilahirkan oleh CS. Mereka dibagi secara acak menjadi dua kelompok yang sama, 50 menerima minyak Lavender dan oksigen, dan 50 kontrol. Lembar kuesioner wawancara dengan Visual Analogue Scale (VAS), digunakan untuk mengumpulkan data	perempuan dalam kelompok penelitian mengalami gejala ringan atau sedang, dibandingkan dengan tidak ada (0,0%) perempuan dalam kelompok kontrol. Selain itu, rata-rata skor nyeri MJPOM (sensorik, afektif, dan total) semuanya tinggi untuk kelompok yang melakukan kontrol jika dengan kelompok penelitian. Semua perbedaan ini signifikan ( $p < 0,001$ ).
Sisca Puspitas ari, Chint hia Kartikan ingtias, Zakaria Amin (2022)	Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea di Ruang Maternitas RS Prima Husada Malang	Metode penelitian dengan metode eksperimen dalam bentuk kuasi eksperimen. Berdasarkan perhitungan sampel besar sampel yang akan diambil adalah sebanyak 30 responden. Yang nantinya akan dibagi menjadi 2 bagian, 15 responden sebagai kelompok tanpa pemberian perilaku atau kelompok kontrol dan 15 responden dengan pemberian perilaku.	Terdapat pengaruh dari aromaterapi Lavender untuk tingkat skala nyeri ibu post operasi Sectio Caesarea dapat dibuktikan dari hasil uji analisa dari kelompok yang telah diberi aromaterapi lavender, juga kelompok yang tidak dikasih aromaterapi lavender dengan $p = \text{value } 0,001 < \alpha (0,05)$ .

Sectio caesarea merupakan suatu proses pembedahan dengan cara pembuatan sayatan pada dinding perut, serta rahim (histerektomi), untuk mengangkat rahim dan untuk mengeluarkan janin. Dibandingkan dengan proses kelahiran secara normal yang memberikan efek sekitar 9% sakit, sedangkan operasi pembedahan dapat memberikan efek sekitar 27,3% , dan membuat tidak nyaman ibu post (SC). Nyeri dapat dikatakan sebagai pengalaman sensorik juga rasa emosional sangat tidak menyenangkan disebabkan adanya kerusakan pada jaringan, Setelah dilakukan penelitian oleh Novita Anjelia hasil dari penelitian tersebut nyeri dari ibu Post Sectio Caesarea bisa memberikan penurunan yang awal nyeri yang sedang bias jadi nyeri ringan dengan 28 orang, satu orang masih nyeri sedang, satu orang masih mengalami nyeri ringan. Dan dapat disimpulkan ternyata nyeri sebelum dan sesudah dilakukan tindakan ini sebelum dilakukan penanganan semua ibu Post Sectio Caesarea mengalami nyeri sedang dan setelah dilakukan penanganan ibu mengalami nyeri yang ringan dan 2 orang yang mengalami nyerinya tetap. Nyeri Post Sectio Caesarea dapat berkurang karena adanya molekul yang ada di dalam lavender essential oil dapat diterima baik oleh sel di yang ada di dalam hidung, jika dihirup bisa memberikan sinyal-sinyal masuk ke otak dan dapat membantu sistem limbik di otak dan dapat mempengaruhi emosi, suasana hati, dapat menghasilkan neurohormon di endorpin dan encephalin yang dapat mengurangi rasa sakit. Hasil dari tindakan ini tingkat nyeri setelah dilakukan diberikan Lavender Essential Oil berkurang yang dapat memberikan efek rileks. Pemberian esensial melalui hidung bisa juga memberikan perubahan psikologis dan fisiologis, minyak esensial dapat memberikan efek gelombang pada alfa ke otak, gelombang ini bisa memberikan keadaan yang rileks.

Berdasarkan hasil penelitian oleh Bagus Dadang Prasetyo (2020) pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri ibu post sectio caesarea yang didapatkan dari didapatkan hasil dari penelitian yaitu (62,5%) adalah 5 orang mengalami nyeri yang menurun atau nyeri ringan dan sisanya (37,5%) adalah 3 orang mengalami nyeri yang sedang. Hasil ini memberikan bahwa nilai  $p \text{ value} = \text{lebih kecil daripada } \alpha 0,021 < 0,05$  H, setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender guna

mengurangi nyeri luka ibu post sectio caesarea. dari aromaterapi lavender memiliki kandungan yaitu linaly acetate dan juga linalool yang memberikan efek yaitu menurunkan skala nyeri , mengendurkan, serta melemaskan ketegangan. Hasil penelitian dari Suryani et al (2022) “Pengaruh Terapi Kompres Hangat Dengan Aromaterapi Lavender Essential Oil Terhadap Respon Nyeri Jahitan Luka Post Sectio Caesarea Di RSIA Aisyiyah Samarinda” dari nial uji statistik paired t-test p value  $0,000 < 0,05$ , menunjukkan adanya pengaruh dari sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat menggunakan aromaterapi lavender essential oil, untuk menurunkan skala nyeri (SC). Efek hangat yang ditimbulkan memberikan efek untuk pembuluh darah yang nantinya bisa meningkatkan aliran darah pada jaringan. Dengan pemberian kompres hangat dengan cara ditempelkan di area yang sakit agar memberikan kelancaran sirkulasi darah juga dapat mengurangi skala nyeri.

Berdasarkan dari perhitungan dengan menggunakan uji One Way Anova didapatkan hasil berupa analisis data statistik terbuktik adanya perubahan skala nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender dan setelah pemberian aromaterapi lavender yaitu nilai  $F=4,115$  dan  $p\text{-value}=0,010$  ( $p\text{ value} < 0,05$ ). Dikarenakan aromaterapi lavender dapat memberikan efek relaksasi dan juga dapat memeberikan ketenangan pikiran sehingga nyeri bisa menurun. Dari hasil penelitian ini bisa di dukung dengan penelitian lainnya, dari penelitian yang sebelumnya, mengenai efek aromaterapi ditunjukkan bahwa skala nyeri pasien post SC yang bisa rata – rata 5,44 dan setelah diberikan aromaterapi berupa penghirupan aromaterapi lavender bisa mengurangi nyeri yang dengan rata – rata 4,33 pada nilai  $p=0,01$  ( $p < 0,05$ ). Hasil dari Ana Marisa dan Desfia Haryati HS (2018) tentang Pengaruh Aroma Terapi Essensial Minyak Lavender Pada Nyeri Pasien Operasi Sectio Caesarea di RSUD Pringsewu 2016. Dari Ana Marisa dan Desfia Haryanti HS didapatkan hasil berupa nyeri dari 32 ibu pasca (SC) dan sebelum diberikan aromaterapi menggunakan nilai mean 7,12, dengan nilai minimal 6 nilai maksimal 8. Setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender nyeri dari 32 ibu pasca (SC) yaitu nilai mean 5,16, dengan nilai minimal 4 dan maksimal 6. Nilai tersebut dapat disimpulkan dengan adanya pengaruh secara signifikan dalam diberikannya aromatherapi essential pada nyeri pada ibu pasca (SC) dengan  $p\text{-value} 0,000$ .

Berdasarkan Penelitian dari Octasari et al (2022) memberikan penjelasan tentang aromaterapi yang dapat mengobati masalah untuk pasien diantaranya yaitu yang memiliki gangguan pada pernapasan, emosi juga nyeri. Aromaterapi lavender adalah suatu terapi non farmakologis yang memakai berupa minyak tumbuhan yang dapat memberikan kesehatan, minyak hasil dari ekstraksi dari tumbuhan ini disebut dengan minyak esensial, yang dapat berguna pada aromaterapi yaitu minyak yang diambil pada bagian dalam tumbuhan tersebut, dari sari bunga, daun, batang, kayu. Aromaterapi lavender bisa merangsang sel saraf penciuman dan dapat mempengaruhi sistem kerja limbik, sistem limbik adalah pada pusat nyeri, senang, marah, takut, depresi. Hipotalamus juga berperan baik untuk relay, dapat mengirimkan pesan ke dalam otak. Berdasarkan Penelitian Ebrahim Ali (2020) Penggunaan terapi penghirupan minyak lavender oil sangat bagus untuk mengurangi nyeri pasca operasi (SC). Dan bisa untuk terapi alternatif atau non farmakologi sangat baik dan tidak menimbulkan efek lainnya. ( $p < 0,001$ ). Selain itu, rata-rata skor nyeri MJPOM (sensorik, afektif, dan total) semuanya lebih tinggi dari pada kelompok kontrol ( $p < 0,001$ ). Skor nyeri pada primipara ( $p < 0,001$ ), dan 68,0% wanita dalam kelompok studi melaporkan bahwa Lavender efektif dalam mengurangi nyeri pasca CS.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi, 2012 dalam Solehati, 2024) dengan menggunakan latihan teknik relaksasi menggunakan aroma terapi lavender dengan waktu pemberian selama 15 menit secara teratur. Hasil menunjukkan bahwa lavender berpengaruh untuk menurunkan intensitas nyeri ibu post SC (Pratiwi, 2012). Menurut Purbasari (2019), aroma terapi lavender merupakan cara pengobatan yang dilakukan dengan menggunakan minyak esensial. Fungsi dari aroma terapi lavender adalah untuk mengurangi nyeri, dan juga memiliki efek untuk menenangkan, dan menurunkan aktivitas motorik

(Purbasari, 2019). Dengan menghirup aromaterapi lavender, bisa meningkatkan gelombang alpha didalam otak yang bisa membantu seseorang untuk menjadi rileks, sehingga dapat berpengaruh pada penurunan nyeri. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Haryanti (2019) menunjukkan bahwa tingkat nyeri pada ibu bersalin post sectio caesarea (SC) pada hari pertama sebelum pemberian aromaterapi lavender memiliki nilai rata-rata (mean) sebesar 5,8. Setelah pemberian aromaterapi lavender pada hari pertama, tingkat nyeri menurun menjadi 3,4 dengan nilai rata-rata (mean). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin post SC pada hari pertama, dengan nilai p-value sebesar 0,000. Sebagai tambahan, penelitian oleh Kurniadi (2022) yang mengkaji tentang kombinasi footbath therapy dan aromaterapi lavender menunjukkan bahwa keduanya memiliki efek menurunkan tekanan darah dan memberikan efek relaksasi yang berdampak pada peregangan otot tubuh. Hal ini mengakibatkan penurunan hormon adrenalin dan tekanan darah (Handayani, 2024).

Aroma lavender terhirup, molekul yang mudah menguap (volatile) dari minyak tersebut dibawa oleh arus udara ke “atap” hidung dimana silia-silia yang lembut muncul dari sel-sel reseptor. Ketika molekul-molekul itu melekat pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektrokimia akan ditransmisikan melalui bola dan saluran olfaktory ke dalam sistem limbik. Hal ini akan mendatangkan memori dan respons emosional. Hipotalamus berperan sebagai relay dan regulator, membangun pesan-pesan yang harus disampaikan ke bagian otak serta bagian badan yang lain. Pesan yang diterima itu kemudian dioindai menjadi respon yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan euphoria atau kesenangan yang berlebihan dan relaks. Sistem limbik ini biasanya digunakan dalam ekspresi emosional. Hasil penelitian yang sama dilakukan oleh ( Kim, 2017 dalam Krisnanto 2023) aromaterapi lavender lebih efektif dalam proses menurunkan nyeri dibandingkan dengan pemakaian analgesik (p-value = 0,007). Penelitian Tirtawati et al., (2020) menunjukkan bahwa intensitas nyeri luka operasi sesudah diberikan aromaterapi lavender, pada kelompok kontrol tidak mengalami perubahan sedangkan pada kelompok intervensi menurun dari skala berat menjadi skala sedang.

Menurut penelitian (Bangun dan Nur'aeni, 2013 dalam Widaningsih, 2023), pengaruh aromaterapi lavender untuk penurunan intensitas nyeri dapat didukung dengan fakta yaitu aromaterapi bermanfaat untuk menurunkan ketegangan otot, biasa menurunkan tingkat nyeri, relaksasi, dan kecemasan. Peneliti berasumsi terjadinya penurunan tingkat nyeri pada ibu bersalin yang mendapatkan aromaterapi lavender, hal ini disebabkan karena dalam minyak lavender memiliki kandungan linalol asetat dimana kandungan tersebut dihirup masuk ke hidung kemudian selanjutnya ditangkap oleh saraf yang akhirnya akan masuk ke dalam otak, disini otak bekerja sebagai tempat pusat memori suasana hati dan intelektualitas berada (Yulyana, 2023). Lavender essential oil dalam menurunkan nyeri post SC, biasa dengan cara diteteskan pada tissue yaitu 2-3 tetes, kemudian dihirup dengan jarak 10 cm selama 5 menit. Aromaterapi adalah salah satu minyak yang mengandung antiseptic, antivirus dan jamur dan bisa meringankan nyeri serta sakit kepala (Anjelia, 2021; Tirtawati, Purwandari, & Yusuf., 2020). Minyak dari esensial lavender yang dihirup dapat membuat gelombang alfa di dalam otak, gelombang ini yang membantu kita merasakan ketenangan. Ini terjadi karena aromaterapi atau minyak esensial bias memberikan sensasi yang menenangkan diri dan otak, serta stress yang dirasakan Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian Lavender Essential Oil terhadap penurunan derajat nyeri pasca operasi sectio caesarea. (Anjalia, 2021)

Aroma dari bunga lavender memiliki khasiat seperti meredakan stress, mengurangi sakit kepala, migraine, mempercepat penyembuhan luka dan mengurangi tingkat kecemasan dan kesakitan (Oktavia, 2022) Karena linalyl asetat dan linalool, dua komponen utama yang ditemukan dalam minyak lavender, keduanya bisa memberikan efek menenangkan, tidak ada efek samping dalam dengan penggunaannya. Saat dihirup, senyawa yang ada pada aromaterapi lavender dapat memicu hipotalamus agar

memproduksi hormon endorfin yang bisa membuat menenangkan. (Shiddiqiyah, 2023) Berdasarkan dari 7 artikel utama yang telah di teliti dengan menggunakan metode Literature Review didapatkan bahwa lavender essential oil ternyata dapat mengurangi intensitas pada skala nyeri ibu (SC) yang dari nyeri berat bisa menjadi nyeri ringan karena aromaterapi lavender essential oil memiliki neurohormon di dalam endorpin dan encephalin memiliki efek yang dapat mengurangi rasa sakit, aromaterapi lavender essential oil juga memiliki kandungan berupa linaly acetate dan juga linalool yang dapat mengurangi skala nyeri, mengendurkan dan melemaskan ketegangan. Aromaterapi lavender essential oil dapat diaplikasikan dengan cara dihirup dan juga dapat digunakan untuk pijat yang bisa mengurangi skala nyeri ibu post sectio caesarea, aromaterapi lavender essential oil bisa sebagai terapi non farmakologi atau terapi alternatif yang bisa dilakukan dirumah untuk mengatasi nyeri ibu post sectio caesarea.

## **SIMPULAN**

Kesimpulan dari 7 artikel maka dapat di simpulkan mengenai pengaruh pemberian aromaterapi lavender essential oil bisa menurunkan nyeri ibu post sectio caesarea merupakan tindakan sangat efektif dan mudah untuk dilakukan dirumah untuk dapat mengatasi nyeri post sectio caesarea dibanding terapi farmakologi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- 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>
- 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>
- Dey, T. N., Pasaribu, S. K., & Siregar, W. W. (2023). The Effect Of Lavender Aromatherapy On Post Sectio Caesaria Pain Intensityat The Grandmed Hospital Lubuk Pakam. *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 6(1), 73-78. <https://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 Ponek Rsud Gemolong. *Jurnal Osadhawedyah*, 1(4), 292-298. <https://nafatimahpustaka.org/osadhawedyah/article/view/212>
- Handayani, Y. P., Hartati, D., Sumiati, S., & Hadiningsihi, E. F. (2024). Pengaruh Kombinasi Foothbath 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>
- Harnita, H., Fildzah, F., & Handayani, R. N. (2021, November). Efektivitas Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea. In *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* (Pp. 298-302). <https://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPPKM/article/view/967>

- Ismiyati, Y., & Hastuti, W. (2023). Penerapan Kompres Hangat Dengan Aroma Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Post Sc. Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN: 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>
- 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), 2003-17. <https://doi.org/10.33024/Mnj.V4i8.6764>
- 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., Kartikaningtyas, C., & Amin, Z. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesaria 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>
- Rambe, N. L. (2022). Pengaruh Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan: A Systematic Review. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 8(1), 25-34. <https://doi.org/10.52943/Jikebi.V8i1.741>
- Rosselini, R. (2022). Literature Review Efektivitas Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Nyeri Pada Pasien Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 12(23), 70-83. <https://doi.org/10.52047/Jkp.V12i23.126>
- Shiddiqiyah, N., & Utami, T. (2023). Penerapan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di RSUD Kardinah Tegal. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 60-66. <https://doi.org/10.55606/Detector.V1i4.2504>
- Sholati, S. S., Susanti, S., Sugiyah, S., & Haniyah, S. (2023). Implementasi Aromaterapi Lavender Pada Pasien Post Sectio Caesarea (Sc) Dengan Masalah Gangguan Nyeri Dan Ketidaknyamanan. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(10), 7841-7846. <https://doi.org/10.47492/Jip.V3i10.2512>
- Solehati, T., Sholihah, A. R., Rahmawati, S., Marlina, Y., & Kosasih, C. E. (2024). Terapi Non-Farmakologi Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Sectio Caesarea: Systematic Review. *Jurnal*

Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal, 14(1), 91-106.  
<https://doi.org/10.32583/Pskm.V14i1.1487>

Suryani, H., Timur, R. A. P. K. K., & Timur, W. W. P. K. K. 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>

