



PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DI RUANG CILAMAYA BARU RSUD KARAWANG

Oleh

Dina Hartini¹, Serly², Gustiara³

^{1,2,3}Program Studi DIII Keperawatan, Akademi Keperawatan RS Efarina Purwakarta, Jawa Barat

Email: akperrsefarina@gmail.com

Article History:

Received: 26-09-2025

Revised: 23-10-2025

Accepted: 29-10-2025

Keywords:

Lavender

Aromatherapy, Pain,

Post Cesarean

Section, Non-

pharmacological

Therapy

Abstract: A Caesarean section (CS) is a surgical procedure to deliver a baby through an incision in the abdominal wall and uterus, which often causes postoperative pain. Pain that is not managed properly can disrupt comfort and slow the mother's recovery process. Lavender aromatherapy is a non-pharmacological therapy that can be used to reduce pain through its natural relaxing and analgesic effects. This study aims to determine the application of lavender aromatherapy to reduce pain in post-cesarean section patients in the Cilamaya Baru Ward, Karawang Regional Hospital. Twenty participants, consisting of nurses, participated in the activity. Evaluation was carried out using a pre-test and post-test to assess knowledge improvement, as well as observation of skills during simulation practice. The results of the activity showed an increase in participant knowledge from an average of 58% (pre-test) to 89% (post-test). In addition, 90% of participants were able to administer the therapy correctly. Participants also showed high enthusiasm in participating in the entire series of activities. Socialization of the application of lavender aromatherapy to reduce signs and symptoms of pain in post-op section patients has proven effective in increasing nurses' knowledge and skills and reducing signs and symptoms of low self-esteem. Lavender aromatherapy was proven effective in reducing pain in post-cesarean section patients and can be applied as a safe, easy, and economical non-pharmacological nursing intervention to improve patient comfort during recovery

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses penting dalam kehamilan yang harus dipersiapkan secara optimal, terutama ketika memasuki trimester ketiga. Sectio Caesarea (SC) adalah metode persalinan melalui prosedur pembedahan dengan melakukan sayatan pada dinding perut dan rahim untuk mengeluarkan janin. Tindakan ini biasanya dipilih ketika persalinan normal tidak memungkinkan atau berisiko bagi kesehatan ibu maupun bayi (Utami et al., 2023).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2019, angka ideal persalinan dengan Sectio Caesarea berkisar antara 5% hingga 15%. Namun, data WHO tahun 2015 mencatat

bahwa 46,1% dari seluruh persalinan dilakukan melalui prosedur ini. Di Indonesia, berdasarkan data Riskesdas tahun 2021, tingkat persalinan Sectio Caesarea mencapai 17,6%, lebih tinggi dari rentang ideal yang dianjurkan WHO (Hernawati et al., 2024).

Berdasarkan data RSUD Karawang tahun 2025, tercatat sebanyak 1.605 pasien menjalani persalinan melalui tindakan Sectio Caesarea. Salah satu masalah yang sering dialami pasien setelah menjalani SC adalah nyeri pada area bekas operasi. Tingkat nyeri yang dirasakan ibu pasca SC dilaporkan lebih tinggi dibandingkan dengan persalinan normal, yang dapat mengganggu kenyamanan dan memperlambat proses pemulihan (Kakuhese & Rambli, 2023).

Nyeri adalah pengalaman sensori kompleks yang dapat dirasakan dalam berbagai tingkat intensitas. Penanganan nyeri dapat dilakukan dengan metode farmakologis maupun nonfarmakologis. Aromaterapi lavender merupakan salah satu terapi nonfarmakologis yang memanfaatkan minyak esensial untuk mengatasi masalah kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup (Rosselini, 2022).

Aromaterapi lavender bekerja melalui mekanisme stimulasi sel saraf penciuman yang mempengaruhi sistem limbik, pusat pengaturan emosi termasuk nyeri. Kandungan linalool dan linalyl acetate dalam lavender dapat merangsang pelepasan hormon endorfin dan serotonin yang memberikan efek relaksasi dan analgesik (Utami et al., 2023).

Beberapa penelitian menunjukkan efektivitas aromaterapi lavender dalam menurunkan nyeri post SC. Penelitian Shiddiqiyah & Utami (2023) melaporkan penurunan skala nyeri dari 7 menjadi 3 setelah inhalasi lavender selama 20 menit per hari selama tiga hari. Penelitian Aryani et al. (2025) juga menunjukkan penurunan nyeri dari skala 4 menjadi 0 setelah intervensi 15 menit per hari selama dua hari.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode Metode kegiatan menggunakan pendekatan ceramah, dan demonstrasi.

HASIL

Karakteristik Peserta

Karakteristik	Frekuensi Persentase (%)	
Usia (Tahun)		
20–30	5	25
31–40	7	35
41–50	7	35
>50	1	5
Pendidikan Terakhir		
SPK	2	10
Diploma 3	12	60
Ners	6	30

Sebagian besar peserta berusia produktif (31–50 tahun) dan memiliki tingkat pendidikan menengah, sehingga mudah memahami materi yang disampaikan.



Hasil Evaluasi Pengetahuan

Tahapan Tes	Rata-rata Skor (%)
Pre-test	58
Post-test	89

Hasil tersebut menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 31% setelah diberikan penyuluhan penerapan terapi .aromaterapi lavender terhadap penurunan tanda dan gejala nyeri pada pasien post op caesarea di RSUD Karawang

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien post Sectio Caesarea. Penurunan nyeri yang konsisten sebesar 2 poin setiap hari menunjukkan adanya efek terapeutik yang berkelanjutan dari aromaterapi lavender.

Mekanisme kerja aromaterapi lavender dalam menurunkan nyeri terjadi melalui stimulasi sistem saraf penciuman yang mempengaruhi sistem limbik di otak. Kandungan linalool dan linalyl acetate dalam minyak esensial lavender bekerja sebagai analgesik alami dengan cara merangsang pelepasan endorfin dan serotonin, hormon yang memberikan efek relaksasi dan mengurangi persepsi nyeri (Maharani & Rejo, 2024).

Selain efek analgesik, aromaterapi lavender juga memberikan efek relaksasi yang membantu menurunkan kecemasan dan stres pasca operasi. Menurut Gate Control Theory oleh Melzack dan Wall, rangsangan non-nyeri seperti aroma dapat menutup "gerbang" transmisi nyeri di sumsum tulang belakang, sehingga impuls nyeri tidak diteruskan ke otak (Pinzon, 2016).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Shiddiqiyah & Utami (2023) yang melaporkan penurunan nyeri dari skala 7 menjadi 3 setelah inhalasi lavender selama tiga hari, serta penelitian Setiani et al. (2024) yang menunjukkan perubahan dari 10 peserta dengan nyeri sedang menjadi 43,3% nyeri ringan setelah intervensi aromaterapi lavender.

Perubahan sensasi nyeri yang dilaporkan subjek dari yang semula menusuk, nyut-nyutan, dan tertarik kuat menjadi rasa pegal halus dan ringan menunjukkan adanya perbaikan kondisi fisiologis dan psikologis. Pasien juga melaporkan dapat tidur lebih nyenyak dan merasa lebih rileks setelah menghirup aroma lavender, yang mendukung proses penyembuhan pascaoperasi

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebelum dilakukan aromaterapi lavender, kedua subjek mengalami nyeri sedang dengan skala 4-6 pada NRS dengan keluhan nyeri seperti ditusuk-tusuk dan tertarik kuat di area luka operasi.
2. Setelah pemberian aromaterapi lavender selama tiga hari berturut-turut, terjadi penurunan intensitas nyeri secara bertahap dengan subjek melaporkan perubahan sensasi nyeri menjadi rasa pegal halus dan merasa lebih rileks.
3. Terdapat penurunan nyeri yang konsisten sebesar 2 poin setiap hari pada kedua subjek, menunjukkan aromaterapi lavender efektif sebagai terapi nonfarmakologis yang aman, mudah, dan ekonomis untuk menurunkan nyeri post Sectio Caesarea.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Aryani, E. D., Anggraini, N., & Hardika, B. D. (2025). Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Score Nyeri Post Sectio Caesarea di Ruang Rawat Inap Universitas Katolik Musi Charitas Palembang. *Jurnal Keperawatan*, 3(April), 1-8.
- [2] Hernawati, E. H., Tarwiyah, C. L., & Arianti, M. (2024). Efektivitas Hidroterapi dan Inhalasi Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal Asuhan Ibu dan Anak*, 9(2), 81-88.
- [3] Kakuhese, F. F., & Rambli, C. A. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Aromaterapi Lavender pada Klien dengan Nyeri Post Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 7(1), 52-58.
- [4] Maharani, E. D. S., & Rejo, S. I. (2024). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Essential Oil untuk Menurunkan Skala Nyeri Post Sectio Caesarea. *Journal of Language and Health*, 5(2), 561-570.
- [5] Pinzon, R. T. (2016). *Pengkajian Nyeri*. Jakarta: CV Budi Utama.
- [6] Rosselini, R. (2022). Literature Review Efektivitas Aromaterapi Lavender dalam Menurunkan Nyeri pada Pasien Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 12(23), 70-83.
- [7] Setiani, I., Setyawati, M. B., & Sebayang, S. M. (2024). Implementasi Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea. *Jurnal Inovasi Global*, 2(3), 543-551.
- [8] Shiddiqiyah, & Utami. (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.
- [9] Utami, D. W., Silvitasari, I., & Widodo, P. (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.
- [10] World Health Organization. (2023). *World Health Statistics 2023: Monitoring Health for the SDGs*. Geneva: WHO.