

PENGARUH AROMATERAPI LEMON TERHADAP PENURUNAN RASA NYERI PADA IBU POST PARTUM SECTIO CAESAREA

Eka Yuliani ¹, Septi Tri Aksari ², Yuli Sya'baniah Khomsah ³, Dahlia Arief Rantauni ⁴

STIKES Serulingmas Cilacap

Alamat: Jl Raya Maos No 505 Kec. Maos, Jawa Tengah Kab. Cilacap Kode Pos 53272

SUBMISSION TRACK

Submitted : 13 Oktober 2024
Accepted : 16 Oktober 2024
Published : 23 Oktober 2024

KEYWORDS

Lemon aromateraphy, labor pain, pain intensity, section caesarea.

KORESPONDENSI

Phone:
081573327504

E-mail:
ekayuliani2018@gmail.com

A B S T R A C T

The puerperium or post partum period is the period after childbirth is completed up to 6 weeks or 42 days. After the postpartum period, the reproductive organs will slowly undergo changes as before pregnancy. Sectio Caesarea surgery method can have several impacts, the most common of which is pain. Lemon aromatherapy is a type of non-pharmacological therapy of high concentrations of essential oils obtained from plants that can be massaged, inhaled, or mixed into bath water in pure form. The subject in this study was Mrs. N P1A0 aged 28 years with complaints of pain in the postoperative wound. Data sources and types of data used use primary and secondary data. From the results of the study of giving lemon aromatherapy to postoperative patients, it was found that there were changes in pain between before and after giving lemon aromatherapy using diffuser. Lemon aromatherapy is a type of aromatherapy that is used to treat pain and anxiety. After administering lemon aromatherapy for 2 days in this case, the results showed a decrease in postoperative pain. In this case, the patient's pain scale was reduced from 5 moderate pain intensity to 3, mild pain intensity

2024 All right reserved This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

PENDAHULUAN

Masa nifas atau post partum adalah masa setelah persalinan selesai sampai 6 minggu atau 42 hari. Setelah masa nifas, organ reproduksi secara berlahan akan mengalami perubahan seperti sebelum hamil. Untuk mengurangi risiko ini pada periode kritis, sangat penting untuk memberikan pelayanan kesehatan yang berkesinambungan dan berkualitas tinggi.

Pelayanan yang berkesinambungan mencakup pemantauan rutin kesehatan ibu dan bayi, penanganan segera terhadap komplikasi, serta dukungan menyeluruh selama masa pemulihan. Upaya ini tidak hanya membantu menurunkan angka kematian ibu, tetapi juga memastikan kesejahteraan ibu dan bayi secara keseluruhan (Noviyani, 2023). Persalinan dapat dilakukan dengan dua cara yaitu persalinan secara normal atau spontan (lahir melalui vagina) dan persalinan abnormal atau persalinan dengan bantuan suatu prosedur seperti Sectio Caesarea. Pada proses sectio caesarea dilakukan tindakan pembedahan, berupa irisan di perut ibu (laparatomi) dan rahim (histerektomi) untuk mengeluarkan bayi (Maryani & Himalaya, 2020)

Sectio caesaria merupakan proses persalinan dengan melalui pembedahan pada daerah abdomen yang akan menimbulkan terputusnya kontinuitas jaringan dan saraf sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri pada daerah bekas sayatan post sectio caesaria (Triani, 2023). Proses ini sering kali diperlukan dalam situasi darurat, di mana kesehatan ibu dan bayi menjadi prioritas utama. Beberapa alasan medis yang mendorong keputusan untuk melakukan sectio caesarea meliputi plasenta previa, di mana plasenta terletak di bagian bawah rahim, dan panggul yang sempit, yang dapat menyulitkan proses persalinan. Selain itu, kondisi seperti disproporsi sefalo pelvik, di mana ukuran kepala bayi tidak sebanding dengan panggul ibu,

juga menjadi faktor penting. Kondisi darurat seperti rupture uteri yang mengancam atau detak jantung bayi yang melambat menjadi pertimbangan serius bagi tim medis. Faktor lain seperti kelelahan persalinan, ukuran bayi yang besar, dan risiko persalinan kembar juga bisa memicu keputusan untuk melakukan pembedahan. Dengan mempertimbangkan berbagai faktor ini, tim medis berusaha untuk memastikan keselamatan ibu dan bayi selama proses persalinan (Aslia et al., 2023)

Metode operasi Sectio Caesarea dapat memiliki beberapa dampak yang paling umum dirasakan adalah rasa nyeri, adapun efek samping yang bisa ditimbulkan antara lain kelemahan, gangguan integritas kulit, risiko infeksi, dan gangguan tidur. Nyeri dapat diartikan sebagai suatu sensasi yang tidak menyenangkan baik secara sensori maupun emosional yang berhubungan dengan adanya suatu kerusakan jaringan atau factor lain, sehingga individu merasa tersiksa, menderita yang pada akhirnya akan mengganggu aktivitas sehari hari, psikis dan lainnya (Maryani & Himalaya, 2020).

Nyeri dapat diatasi dengan cara farmakologi dan non farmakologi, teknik non farmakologi banyak digunakan untuk mengatasi nyeri masa nifas, selain itu juga pengobatan atau terapi dengan non farmakologi tidak memiliki efek samping. Alternatif yang digunakan untuk pengobatan non farmakologi adalah dengan menggunakan aroma terapi.

Aromaterapi merupakan pengobatan yang holistic, memanfaatkan minyak esensial yang diekstrak dari tanaman aromatic seperti bunga, rempah-rempah, buah-buahan, kayu, dan daun untuk menciptakan keseimbangan dan harmoni pada tubuh, pikiran, dan jiwa (Mechanics, 2007). Aromaterapi memberi rasa nyaman serta relaksasi pada tubuh dan pikiran, rasa nyeri dan cemas akan tereduksi sehingga nyeri akan hilang. Bau yang menyenangkan akan menstimulasi thalamus untuk mengeluarkan encephalin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami (Kadri & Fitrianti, 2020).

Aromaterapi lemon adalah jenis non farmakologi minyak atsiri konsentrasi tinggi yang diperoleh dari tumbuh-tumbuhan yang dapat dipijat, dihirup, atau dengan dicampur ke dalam air mandi dengan bentuk murni. Meskipun aroma berperan penting dalam memengaruhi emosi, bahan kimia yang terdapat dalam berbagai jenis minyak sebenarnya memiliki efek farmakologis yang ditingkatkan berdasarkan jenis metode dan kerjanya (Metasari & Sianipar, 2018).

Cara kerja aromaterapi yaitu melalui indra penciuman dan sirkulasi darah. Bau adalah molekul yang mudah menguap yang masuk ke rongga hidung melalui pernapasan. Saat aromaterapi dihirup, sebagian molekul akan masuk ke dalam paru - paru, kemudian molekul aroma tersebut akan diserap oleh selaput lendir saluran pernapasan di bronkus dan terjadi pertukaran gas di sana. Molekul -molekul ini akan meningkatkan jumlah zat aromatik yang ada di dalam tubuh (F. W. Nurjanah, 2023).

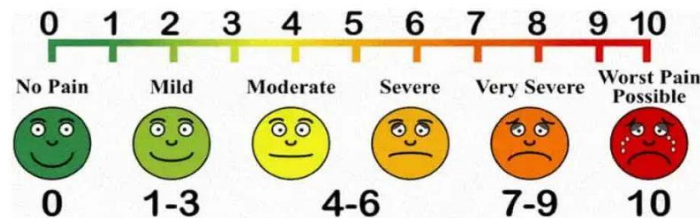
Berdasarkan uraian tersebut penulis tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai pengaruh aromaterapi lemon pada ibu post partum dengan nyeri post operasi sectio caesarea.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan penelitian kualitatif dengan studi kasus yang dilaksanakan pada tahun 2024. Subjek dalam penelitian ini yaitu Ny.N P1A0 usia 28 tahun dengan keluhan luka nyeri pasca operasi. Sumber data dan jenis data yang digunakan menggunakan data primer dan sekunder. Data primer diperoleh dengan cara wawancara, pemeriksaan, serta pengamatan secara langsung dan data sekunder diperoleh dari artikel, jurnal maupun buku yang dapat dijadikan sebagai acuan tentang teknik komplementer aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri pada ibu post partum. Pengukuran skala rasa nyeri pada luka

post operasi ibu post partum dilakukan selama dua hari dengan menggunakan skala nyeri *Pain Scale Assessment chart*. Apabila diperoleh skor skala Nyeri 0 : tidak ada rasa nyeri, skor skala 1-3 : rasa nyeri ringan, skor skala 4-6 : rasa nyeri sedang, skor skala 7-9 : rasa nyeri berat masih bisa terkontrol, skor skala 10 : rasa nyeri berat tak tertahankan.

Gambar 1 skala nyeri *Pain Scale Assessment chart*



Sumber: Disabled Word, 2016

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus hari pertama dilakukan pada hari Minggu 03 Maret pukul 17.00 WIB di Ruang Nifas Rumah Sakit Umum Daerah Cilacap pada pasien post SC yang diberikan terapi aromaterapi lemon dengan tujuan untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien post SC. Pengkajian pasien diagnosa post sectio caesaria, usia 28 tahun dengan keluhan nyeri pada luka bekas sayatan SC dibagian perut. Keadaan umum sadar penuh, komposmentis, sebelum intervensi TTV TD = 126/89 mmHg, Nadi = 80 x/menit, RR = 20 x/menit, skala nyeri 5.

Berdasarkan data yang didapatkan maka akan dirumuskan intervensi untuk mengurangi nyeri secara non farmakologi yaitu dengan terapi komplementer berupa aromaterapi lemon untuk membantu mengurangi rasa nyeri pada responden.

Studi kasus hari kedua dilakukan pada hari Selasa 05 Maret pukul 17.00 WIB di Rumah pasien, Keadaan umum sadar penuh, komposmentis, sebelum intervensi TTV TD = 120/80mmHg, Nadi = 80 x/menit, RR = 20 x/menit, skala nyeri 4.

Pemberian terapi komplementer yang diberikan terdiri dari beberapa tahap yaitu tahap pra-interaksi, menyiapkan alat, melihat data atau status pasien, melihat intervensi keperawatan yang telah diberikan oleh bidan, mengkaji kesiapan pasien untuk melakukan terapi komplementer aromaterapi lemon, menyiapkan ruangan yang tenang dan tidak ada kebisingan, mencuci tangan. Tahap orientasi dengan memberikan salam dan memperkenalkan diri, menanyakan identitas pasien dan menyampaikan kontrak waktu, menjelaskan tujuan dan prosedur, menanyakan persetujuan dan kesiapan pasien. Tahap kerja yaitu memberikan posisi yang nyaman pada pasien, kemudian meneteskan 3 tetes minyak esensial lemon pada diffuser, menganjurkan pasien menghirup aromaterapi selama 20 menit, merapihkan alat, dan melakukan evaluasi setelah 30 menit dilakukannya aromaterapi.

Tabel 1.1

Hari	Armaterapi Lemon	Tingkat Nyeri
1	Sebelum	5
	Setelah	4
2	Sebelum	4
	Setelah	3

Dari hasil penelitian pemberian aromaterapi lemon pada pasien post operasi diperoleh hasil adanya perubahan pada nyeri antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon. Aromaterapi kulit lemon dapat mengurangi rasa nyeri karena memiliki kandungan limonene. Limonene merupakan komponen utama dalam senyawa kimia aromaterapi lemon yang dapat menghambat kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi rasa nyeri, mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktivitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit (Rosa et al., 2024). Kandungan lain yaitu linalool yang berguna untuk menstabilkan sistem saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi siapapun yang menghirupnya (Hartanti, 2024)

Berdasarkan tabel 1.1 intensitas nyeri post operasi sesudah diberikan aromaterapi lemon didapatkan hasil lebih rendah atau penurunan dibandingkan sebelum diberikan aromaterapi lemon. Hal ini disebabkan oleh aromaterapi lemon beraroma dapat meningkatkan efek nyaman bagi seseorang yang menghirupnya.

Efek pemberian aromaterapi lemon yang dilakukan selama 2 hari sangat berpengaruh dalam mengurangi nyeri. Zat yang dikandung oleh minyak esensial lemon ini dapat menyebabkan terjadinya penurunan tekanan darah, penurunan denyut nadi, penurunan skala nyeri, perubahan intensitas nyeri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Aromaterapi lemon yang dilakukan pada kasus ibu yang mengalami nyeri post operasi di RSUD Cilacap dapat disimpulkan sebagai berikut: sebelum pemberian aromaterapi lemon pada kasus didapatkan skala nyeri pasien 5, intensitas nyeri sedang, tekanan darah 126/89 mmHg, dan frekuensi denyut nadi 80x/menit, dan respirasi 20x/m. Setelah dilakukan pemberian aromaterapi lemon selama 2 hari pada kasus tersebut didapatkan hasil penurunan nyeri post operasi. Pada kasus didapatkan skala nyeri pasien berkurang menjadi 3, intensitas nyeri ringan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa aromaterapi lemon dapat menurunkan intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea.

DAFTAR REFERENSI

- Aslia, W. O., Amdriyani, & Hamudi, J. P. (2023). Analisis Penyebab Sectio Caesarea (SC) Di Rumah Sakit Umum Aliyah 1 Kota Kendari. *Jurnal Pelita Sains Kesehatan*, 3(6), 46–55.
- Hartanti, Y. (2024). DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf15nk104> Pengaruh Aromaterapi Lemon pada Postpartum Siti Nurlaili. 15(6), 21–27.
- Kadri, H., & Fitrianti, S. (2020). Pengaruh Aromaterapi Lemon terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Post Operasi Laparatomi di Ruang Bedah RSUD Raden Mataher Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(2), 246. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i2.227>
- Maryani, D., & Himalaya, D. (2020). Efek Aroma Terapi Lavender Mengurangi Nyeri Nifas. *Journal Of Midwifery*, 8(1), 11–16. <https://doi.org/10.37676/jm.v8i1.1028>
- Mechanics, S. (2007). 郭小红 1, 2, 王梦恕 2 (1. 1(2004), 2234–2239. <https://doi.org/10.16285/j.rsm.2007.10.006>
- Metasari, D., & Sianipar, B. K. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penurunan Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea Di Rs. Raflessia Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 6(1), 1–7. <https://doi.org/10.37676/jnph.v6i1.488>
- Noviyani, P. S. R. E. P. (2023). SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1275--1289. https://www.researchgate.net/publication/381100251_HUBUNGAN_MOTIVASI_IBU_DUKUNGAN_KELUARGA_DAN_PERAN_BIDAN_TERHADAP_KUNJUNGAN_NIFAS_DI_PUSKESMAS_MARIPARI_KABUPATEN_GARUT_TAHUN_2023

- Nurjanah, F. W. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus) terhadap Penurunan Dismenorea (Litterature Review). *Jurnal Sains Dan Teknologi Kesehatan*, 5(1), 18–24.
- Nurjanah, S. (2017). Siti Nurjanah. *Terapi Musik Sebagai Penatalaksanaan Cemas Pada Persalinan*, NO.3(3), 1 of 6.
- Rosa, E., Marlina, & Siahaan, M. F. (2024). Pengaruh Aroma Terapi Minyak Esensial Dan Jeruk Lemon Terhadap Hiperemesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I Di Desa Kw. Begumit Kabupaten Langkat Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 24.
- Triani, N. (2023). Pengetahuan, Dukungan Keluarga dengan Perilaku Konsumsi Nutrisi pada Ibu Post Sectio Cesarea Fase Early Post Partum. *Indonesia Journal of Midwifery Sciences*, 2(1), 192–201. <https://doi.org/10.53801/ijms.v2i1.57>