

## PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PASIEN POST OPERASI *SECTIO CAESAREA* DI RSUD BANGKINANG

Yulia Mentari<sup>1\*</sup>, Rika Ruspita<sup>2</sup>, Rifa Yanti<sup>3</sup>, Fajar Sari Tanberika<sup>4</sup>

Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah, Pekanbaru<sup>1,2,3,4</sup>

\*Corresponding Author : yuliamentari4593@gmail.com

### ABSTRAK

Nyeri merupakan respons umum yang dialami pasien pasca operasi *sectio caesarea* (SC), yang dapat menghambat mobilisasi dini, mengganggu proses menyusui, serta memperlambat pemulihan. Terapi nonfarmakologis seperti aromaterapi lavender dapat menjadi alternatif dalam manajemen nyeri. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi SC di RSUD Bangkinang. Desain penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan pendekatan one group pretest-posttest design. Sampel berjumlah 20 pasien post operasi SC yang diambil secara total sampling. Intervensi dilakukan dengan meneteskan 2–3 tetes minyak esensial lavender pada tisu, kemudian dihirup selama 5 menit dan diamati efeknya selama 30 menit. Intensitas nyeri diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri yang signifikan setelah diberikan aromaterapi lavender. Sebelum intervensi, sebagian besar pasien mengalami nyeri sedang hingga berat, sedangkan setelah intervensi, mayoritas pasien mengalami nyeri ringan hingga tidak nyeri. Uji statistik menggunakan paired sample t-test menunjukkan nilai signifikansi atau p-value = 0,000 ( $p\text{-value} < 0,05$ ), yang berarti terdapat pengaruh signifikan pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri. Kesimpulan penelitian ini adalah aromaterapi lavender efektif sebagai terapi komplementer untuk mengurangi nyeri post operasi SC, sehingga dapat direkomendasikan sebagai intervensi pendukung dalam meningkatkan kenyamanan, mempercepat pemulihan, serta mengurangi ketergantungan terhadap analgesik.

**Kata kunci** : aromaterapi lavender, nyeri, *sectio caesarea*, terapi komplementer

### ABSTRACT

*Pain is a common response experienced by patients after undergoing a caesarean section (CS), which can hinder early mobilization, disrupt breastfeeding, and delay recovery. Non-pharmacological therapies such as lavender aromatherapy can serve as an alternative for pain management. This study aimed to determine the effect of lavender aromatherapy on reducing pain intensity among post-CS patients at Bangkinang General Hospital. The research design employed a quasi-experimental approach with a one-group pretest–posttest design. A total sample of 20 post-CS patients was selected using total sampling. The intervention was carried out by applying 2–3 drops of lavender essential oil onto a tissue, which was then inhaled by the patients for 5 minutes, with the effects observed over 30 minutes. Pain intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after the intervention. The results showed a significant reduction in pain intensity following the administration of lavender aromatherapy. Before the intervention, most patients experienced moderate to severe pain, whereas after the intervention, the majority reported mild pain to no pain. Statistical analysis using the paired sample t-test demonstrated a significance value of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), indicating that lavender aromatherapy had a significant effect on reducing pain intensity. The conclusion of this study is that lavender aromatherapy is effective as a complementary therapy to reduce post-CS pain, and it can be recommended as a supportive intervention to enhance patient comfort, accelerate recovery, and minimize dependence on analgesics.*

**Keywords** : lavender aromatherapy, pain, caesarean section, complementary therapy

## PENDAHULUAN

Persalinan merupakan kondisi yang harus dipersiapkan oleh ibu yang telah memasuki trimester ketiga kehamilan. Proses ini adalah keluarnya janin yang telah mencapai usia kelahiran melalui jalan lahir atau metode lainnya (Legawati, 2018). Persalinan juga dapat diartikan sebagai proses pembukaan dan penipisan serviks diikuti turunnya janin ke jalan lahir, yang kemudian diakhiri dengan pengeluaran plasenta dan selaput janin melalui jalan lahir atau tindakan lain, baik dengan bantuan maupun kekuatan ibu sendiri (Annisa dkk., 2017). Menurut (Indrayani & Maudy, 2016), persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi, yang meliputi janin, plasenta, dan cairan ketuban, dari rahim ke dunia luar, baik secara spontan maupun dengan bantuan. Berdasarkan *World Health Organization* (WHO), persalinan normal adalah persalinan dengan presentasi belakang kepala janin, berlangsung secara spontan, dengan durasi dalam batas wajar, berisiko rendah dari awal hingga akhir proses, dan terjadi pada usia kehamilan 37–42 minggu. Proses ini dianggap normal jika berlangsung pada kehamilan cukup bulan tanpa komplikasi (JNPK-KR, 2017).

Persalinan dapat berlangsung secara normal atau tidak normal, di mana persalinan tidak normal sering kali memerlukan tindakan operasi, salah satunya adalah *sectio caesarea* (SC). *Sectio caesarea* merupakan prosedur pembedahan pada dinding perut dan rahim untuk melahirkan bayi (Kapitan, 2021). Umumnya, prosedur ini dilakukan karena adanya indikasi medis yang tidak memungkinkan persalinan normal, seperti panggul sempit, preeklampsia, ketuban pecah dini, atau faktor lain (Purwoastuti & Walyani, 2021). Operasi ini dilakukan untuk mencegah risiko kematian ibu maupun bayi akibat potensi komplikasi jika persalinan dilakukan pervaginam (Juliathi et al., 2021).

Proses SC dilakukan dengan membuat sayatan pada rahim melalui perut atau vagina, dikenal juga sebagai histerotomia. Dibandingkan persalinan normal, SC memiliki risiko kematian ibu 25 kali lebih tinggi serta risiko infeksi 80 kali lebih besar. Selain itu, riwayat SC dapat memengaruhi kehamilan berikutnya dan dikategorikan sebagai persalinan berisiko tinggi (Prawirohardjo, 2015). Angka Kematian Ibu (AKI) adalah jumlah kematian perempuan akibat kehamilan atau persalinan. Pada tahun 2023, Kementerian Kesehatan melalui sistem *Maternal Perinatal Death Notification* (MPDN) mencatat AKI di Indonesia mencapai 4.129 kasus, meningkat dari 4.005 kasus pada tahun sebelumnya. Rasio AKI pada Januari 2023 berada di kisaran 305 per 100.000 kelahiran hidup, menjadikan Indonesia peringkat kedua tertinggi di ASEAN. Target RPJMN 2024 adalah 183 per 100.000 kelahiran hidup, namun angka tersebut masih jauh di atas target SDGs, yakni kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup pada 2030, sehingga diperlukan upaya intensif untuk mencapainya.

WHO (2011) dalam *Global Survey on Maternal and Perinatal Health* melaporkan bahwa 46,1% kelahiran dilakukan melalui SC. Data WHO tahun 2020 juga menunjukkan peningkatan angka SC secara global yang melebihi rekomendasi 10–15%. Amerika Latin dan Karibia mencatat angka tertinggi sebesar 40,5%, diikuti Eropa 25%, Asia 19,2%, dan Afrika 7,3%. Dari 3.509 kasus SC yang tercatat, penyebab umumnya adalah disproporsi janin-panggul (21%), gawat janin (14%), plasenta previa (11%), riwayat SC (11%), kelainan letak janin (10%), serta preeklampsia dan hipertensi (7%). Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019 melaporkan 480.622 kasus SC secara nasional atau sekitar 35,7% dari seluruh persalinan, dengan angka kematian akibat infeksi pasca operasi sebesar 7,3%. Angka SC di perkotaan lebih tinggi (11%) dibandingkan pedesaan (3,9%) (Kemenkes RI, 2019).

Proses SC memiliki konsekuensi yang cukup berat, salah satunya adalah nyeri pada area luka operasi yang menghambat aktivitas ibu di awal masa pemulihan. Nyeri ini juga berdampak pada proses inisiasi menyusui dini (IMD) karena rasa tidak nyaman saat

bergerak, sehingga memerlukan intervensi keperawatan segera (Suryani & Fitriani, 2017). Data RSUD Bangkinang menunjukkan jumlah SC tahun 2022 sebanyak 112 kasus, meningkat menjadi 125 pada 2023, dan kembali naik menjadi 136 pada 2024. SC menyebabkan gangguan kontinuitas jaringan akibat pembedahan, menimbulkan nyeri yang biasanya memuncak pada hari pertama pasca operasi. Nyeri bersifat akut dan bila tidak ditangani dengan tepat dapat mengganggu proses menyusui (Kapitan, 2021). Nyeri pasca SC juga berisiko memperlambat mobilisasi karena rasa takut bergerak, yang pada akhirnya menghambat penyembuhan, memperpanjang masa rawat, dan menghambat perawatan bayi. Keterlambatan mobilisasi ini juga dapat meningkatkan risiko komplikasi, seperti infeksi pada luka insisi (Rukiyah, 2020). Penanganan nyeri pasca SC dapat dilakukan dengan metode farmakologis maupun nonfarmakologis. Penanganan farmakologis biasanya menggunakan analgesik seperti ketorolak injeksi, tramadol, asam mefenamat, atau parasetamol dengan efek meredakan nyeri selama 4–6 jam. Penanganan nonfarmakologis dapat dilakukan melalui teknik relaksasi, seperti latihan pernapasan dalam, hipnoterapi, relaksasi Benson, dan aromaterapi (Furdiyanti et al., 2019).

Aromaterapi adalah metode terapi komplementer yang memanfaatkan minyak esensial sebagai sumber wewangian. Minyak ini dapat dicampur dengan minyak dasar (*base oil*) untuk dihirup atau digunakan sebagai minyak pijat. Metode aplikasinya meliputi pijat, semprot, inhalasi, mandi, kumur, kompres, maupun pengharum ruangan. Inhalasi menjadi metode paling cepat memberikan efek dibandingkan teknik lainnya (Prasetyo & Susilo, 2020). Aromaterapi lavender dipercaya efektif menurunkan nyeri pasca SC. Herlyssa dkk. (2018) melaporkan bahwa terapi ini dapat menurunkan nyeri dalam 24 jam, dengan efektivitas lima kali lipat dibandingkan tanpa aromaterapi. Lavender mengandung linalyl asetat dan linalool (C<sub>10</sub>H<sub>18</sub>O). Linalyl asetat membantu merilekskan saraf dan otot yang tegang, sedangkan linalool memberikan efek relaksasi dan sedatif. Saat terhirup, senyawa ini menstimulasi reseptor penciuman, mengirim impuls ke pusat emosi otak, dan memicu pelepasan enkefalin yang berfungsi sebagai analgesik alami serta memberikan rasa tenang (Rahmayani & Machmudah, 2022).

Penelitian oleh Collin dkk. (2021) menunjukkan adanya pengaruh aromaterapi lavender dalam menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca SC. Hal ini sejalan dengan temuan Rahmayani & Machmudah (2022) yang melaporkan manfaat signifikan aromaterapi lavender pada penanganan nyeri ibu pasca SC. Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 1 Februari 2025 terhadap lima ibu pasca SC menggunakan skala *Numeric Rating Scale* (NRS) menunjukkan satu orang (20%) mengalami nyeri ringan, tiga orang (60%) nyeri sedang, dan satu orang (20%) nyeri berat. Saat ini, upaya mengurangi nyeri pasca SC di RSUD Bangkinang masih terbatas pada metode farmakologis, seperti pemberian analgesik dan antipiretik. Metode nonfarmakologis, termasuk aromaterapi, belum pernah diaplikasikan di rumah sakit ini.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pasien *post* operasi *sectio caesarea* di RSUD Bangkinang.

## METODE

Desain penelitian merupakan rencana, struktur, dan strategi yang disusun peneliti untuk menjawab pertanyaan penelitian. Dalam penelitian ini digunakan desain Quasi Eksperimen, yaitu bentuk eksperimen yang tidak sepenuhnya memiliki karakteristik rancangan eksperimen murni. Penelitian menggunakan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*, di mana hanya terdapat satu kelompok eksperimen. Pada pendekatan ini, pengukuran awal (*pretest*) dilakukan terhadap kelompok sebelum intervensi diberikan. Tempat penelitian ini telah

dilaksanakan di RSUD Bangkinang. Waktu penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Februari sampai dengan bulan Mei tahun 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien *post* operasi *sectio caesarea* di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Bangkinang. Berdasarkan data triwulan akhir tahun 2024, tercatat sebanyak 20 pasien yang menjalani operasi *sectio caesarea* di rumah sakit tersebut. Dengan demikian, jumlah populasi dalam penelitian ini adalah sekitar 20 orang pasien. Jenis pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel di mana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian. Hal ini sesuai dengan karakteristik populasi yang relatif kecil, yaitu hanya 20 pasien. Dengan menggunakan total sampling, maka seluruh 20 pasien *post* operasi *sectio caesarea* di RSUD Bangkinang pada periode waktu penelitian akan menjadi sampel dalam penelitian ini.

Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi setiap variabel yang diteliti. Pada penelitian ini, analisis tersebut memaparkan skor intensitas nyeri sebelum intervensi (*pretest*) dan sesudah intervensi (*posttest*) dengan menyajikan nilai rata-rata (*mean*), median, standar deviasi, serta nilai minimum dan maksimum. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri pasien *post* operasi *sectio caesarea*. Tingkat kepercayaan yang digunakan adalah 95%, dengan pengambilan keputusan berdasarkan perbandingan nilai *p-value* terhadap  $\alpha$  (0,05). Hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima apabila *p-value* <  $\alpha$  ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat pengaruh signifikan. Sebaliknya, jika *p-value* >  $\alpha$  ( $p > 0,05$ ), maka hipotesis alternatif ditolak.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di RSUD Bangkinang terhadap 20 orang pasien *post* operasi *sectio caesarea*, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri. Data penelitian ini merupakan data primer yang dikumpulkan langsung dari satu kelompok intervensi tersebut.

### Analisis Univariat

#### Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien *Post* Operasi *Sectio caesarea* di RSUD Bangkinang Tahun 2025

No	Karakteristik	Kelompok Intervensi	
		F	%
<b>Usia</b>			
1	< 20 Tahun	1	5%
2	20-29 Tahun	7	35%
3	30-39 Tahun	11	55%
4	$\geq 40$ Tahun	1	5%
<b>Total</b>		<b>20</b>	<b>100%</b>
<b>Jumlah Anak (Paritas)</b>			
1	Primipara (1 anak)	9	45%
2	Multipara (2-4 anak)	11	55%
3	Grandemultipara (>4 anak)	0	0%
<b>Total</b>		<b>20</b>	<b>100%</b>

Pendidikan			
1	SD/SMP/Sederajat	3	15%
2	SMA/Sederajat	11	55%
3	S1/Sederajat	6	30%
<b>Total</b>		<b>20</b>	<b>100%</b>

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden penelitian berdasarkan usia, mayoritas berada pada rentang 30-39 tahun sebanyak 55%. Berdasarkan jumlah anak (paritas), mayoritas adalah multipara (memiliki 2-4 anak) sebanyak 55%. Sementara itu, berdasarkan pendidikan, mayoritas responden adalah lulusan SMA/Sederajat sebanyak 55%.

### Intensitas Nyeri Pasien *Post Operasi Sectio caesarea* Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender

**Tabel 2.** Intensitas Nyeri Pasien *Post Operasi Sectio caesarea* Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender di RSUD Bangkinang Tahun 2025

No	Intensitas Nyeri	N	Mean	SD	Min-Max	CI 95%
1	<i>Pre</i> Intervensi	20	6.55	1.605	4-10	5.80- 7.30
2	<i>Post</i> Intervensi	20	4.80	1.908	2-9	3.91- 5.69

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa rata-rata intensitas nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 6.55 yang diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), tergolong kategori nyeri sedang hingga berat. Skor nyeri terendah yang dilaporkan adalah 4 dan tertinggi adalah 10. Tingkat nyeri ini merupakan respons fisiologis yang dapat dipahami, mengingat tindakan *sectio caesarea* melibatkan trauma bedah akibat sayatan pada dinding abdomen dan uterus, yang menyebabkan terputusnya kontinuitas jaringan. Kondisi ini secara langsung merangsang reseptor nyeri dan memicu persepsi nyeri akut. Sebagian besar responden berada pada usia produktif (30–39 tahun) dan merupakan multipara (memiliki 2–4 anak). Walaupun mungkin sudah memiliki pengalaman persalinan sebelumnya, pengalaman nyeri dari operasi besar seperti *sectio caesarea* tetap menjadi stresor fisik dan psikologis yang signifikan. Hal ini menjelaskan tingginya rata-rata skor nyeri sebelum intervensi.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Ariyanti (2020) yang mengevaluasi tingkat nyeri pada pasien pasca operasi *sectio caesarea* sebelum diberikan intervensi aromaterapi lavender. Dalam penelitiannya, intensitas nyeri diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), yaitu skala penilaian dari 0 (tidak nyeri) hingga 10 (nyeri terberat yang dapat dibayangkan). Hasil menunjukkan bahwa rata-rata skor nyeri sebelum intervensi adalah 5,44, dengan rentang skor antara 2 hingga 9, yang mencerminkan kategori nyeri ringan hingga berat. Kesamaan juga ditemukan dalam penelitian oleh (Shiddiqiyah, 2023) yang mengevaluasi kondisi pasien post *sectio caesarea* sebelum diberikan aromaterapi lavender di RSUD Kardinah Tegal. Ia melaporkan bahwa skala nyeri pasien mencapai angka 7 diukur menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), yang menyebabkan gangguan aktivitas dan penurunan nafsu makan.

Sementara itu, riset yang dilakukan oleh (Dewi dkk, 2022) mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pada ibu pasca operasi *sectio caesarea* di RS Ari Canti Gianyar dengan menggunakan skala perhitungan nyeri Numeric Rating Scale (NRS), juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang belum mendapat



intervensi mengalami nyeri sedang, yaitu sebanyak 16 orang (80%). Nyeri yang muncul pasca operasi dapat memicu respons baik secara fisik maupun psikologis pada ibu nifas. Dampaknya antara lain kesulitan bergerak, keengganan untuk melakukan aktivitas, gangguan tidur, berkurangnya nafsu makan, hingga penolakan untuk merawat bayi. Oleh karena itu, penting untuk mengendalikan nyeri sedini mungkin agar ibu mampu beradaptasi selama masa nifas dan proses pemulihan berjalan optimal (Anjelia, 2021).

Prosedur operasi *sectio caesarea* sendiri dapat menimbulkan rasa nyeri karena terjadinya kerusakan jaringan akibat pembedahan. Rasa sakit ini merupakan efek pasca tindakan operasi dan menimbulkan ketidaknyamanan yang perlu segera ditangani. Karena kenyamanan merupakan bagian dari kebutuhan dasar manusia, maka manajemen nyeri harus dilaksanakan secara menyeluruh. Salah satu bentuk intervensi keperawatan untuk mengurangi nyeri selain metode farmakologis adalah penggunaan aromaterapi lavender (Widayani, 2019). Berdasarkan pengamatan peneliti, Peneliti berasumsi bahwa tingginya rata-rata skor nyeri sebelum intervensi (6.55) merupakan akibat langsung dari trauma bedah. Meskipun mungkin memiliki pengalaman persalinan sebelumnya, pengalaman nyeri dari operasi besar seperti *sectio caesarea* tetap merupakan stresor fisik dan psikologis yang signifikan, yang menjelaskan mengapa tingkat nyeri yang dilaporkan berada pada kategori sedang hingga berat.

Setelah intervensi aromaterapi lavender, terjadi penurunan rata-rata intensitas nyeri menjadi 4.80 (Diukur dengan Numeric Rating Scale). Penurunan ini merupakan perbaikan klinis yang positif. Efektivitas aromaterapi lavender secara teoritis didukung oleh kandungan aktif linalyl asetat dan linalool. Saat dihirup, senyawa ini menstimulasi sistem limbik di otak dan memicu pelepasan neurokimia seperti endorfin dan serotonin, yang berfungsi sebagai analgesik alami serta memberi efek relaksasi. Hasil ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh (Utami dkk, 2023), yang meneliti efek aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri pada pasien post *sectio caesarea* di Ruang Adas Manis RSUD Pandan Arang Boyolali. Hasil penelitian mereka dengan menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), menunjukkan bahwa setelah diberikan aromaterapi sekali sehari selama tiga hari berturut-turut, terjadi penurunan skala nyeri dari tingkat sedang ke ringan pada kedua responden. Aromaterapi lavender dapat dimanfaatkan sebagai metode nonfarmakologis atau tindakan mandiri untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi caesar.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh (Dwijayanti dkk, 2019) yang mengevaluasi efek pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi terhadap tingkat nyeri pasca operasi *sectio caesarea*. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya penurunan nyeri (Dihitung dengan Numeric Rating Scale), dengan rerata skala nyeri sebesar 4,31 (kisaran 1–7), yang memperlihatkan bahwa penggunaan aromaterapi lavender memberikan kontribusi penting dalam mengurangi nyeri pasca operasi. Penelitian lainnya oleh (Dey dkk, 2023) di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam juga mendukung temuan ini. Mereka menemukan bahwa pasien post operasi caesar yang mendapatkan perlakuan aromaterapi lavender mengalami penurunan nyeri ke dalam rentang 1–3, yang termasuk kategori nyeri ringan dengan pengukuran menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Setelah intervensi, sebagian besar pasien (45,5%) berada pada kategori nyeri ringan, menandakan adanya perbaikan signifikan terhadap keluhan nyeri.

Aromaterapi merupakan salah satu pendekatan pengelolaan nyeri tanpa menggunakan obat-obatan. Aromaterapi melibatkan penggunaan minyak atsiri murni sebagai metode penyembuhan alami. Terapi ini dapat dilakukan melalui berbagai cara seperti pemijatan, penyemprotan, penghirupan, mandi, berkumur, kompres, maupun melalui pewangi ruangan. Jalur inhalasi (penghirupan) merupakan metode yang dianggap paling cepat dalam memberikan efek terapeutik dibandingkan metode lainnya. Jenis minyak atsiri yang

digunakan dalam terapi aromaterapi sangat beragam, di antaranya lavender, melati, mint, cengkih, citrus, kenanga, kayu manis, kemangi, cendana, rose, dan sebagainya (Dean, 2020). Lavender sebagai salah satu jenis aromaterapi bekerja dengan cara menstimulasi sel penciuman yang memengaruhi sistem limbik otak, yaitu pusat pengendali emosi dan persepsi nyeri. Sistem limbik memiliki peran dalam mengatur rasa senang, takut, marah, depresi, serta emosi lainnya. Hipotalamus, sebagai pusat pengatur dan penghubung, akan meneruskan sinyal ke berbagai bagian otak dan tubuh. Sinyal tersebut kemudian diterjemahkan menjadi respons berupa pelepasan hormon seperti melatonin dan serotonin, yang memberikan efek relaksasi, sedatif, dan rasa nyaman (Fanda dan Christine, 2019). Aromaterapi lavender terbukti sangat bermanfaat, baik melalui penghirupan maupun pemakaian luar, karena indra penciuman manusia sangat erat kaitannya dengan pusat emosi, sehingga mampu menimbulkan reaksi psikologis seperti perasaan tenang dan nyaman (Octasari dkk., 2022).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat nyeri karena telah menerima intervensi berupa aromaterapi lavender. Penggunaan aromaterapi lavender menunjukkan efektivitas dalam menurunkan nyeri pasca operasi SC. Rata-rata intensitas nyeri mengalami penurunan dari 6,55 menjadi 4,80. Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa efek relaksasi yang ditimbulkan oleh aromaterapi lavender telah membantu pasien dalam mengontrol rasa nyeri mereka, sehingga menghasilkan penurunan skor intensitas nyeri yang terukur.

## Analisis Bivariat

### Uji Normalitas

Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan uji *Shapiro-Wilk*. Keputusan normalitas data ditentukan berdasarkan nilai signifikansi (*p-value*) yang dihasilkan. Berikut adalah hasil dari uji normalitas:

**Tabel 3. Hasil Uji Normalitas**

No	Variabel	Sig	Keterangan
1	<i>Pre Test</i> Kelompok Intervensi	0.410	Normal
2	<i>Post Test</i> Kelompok Intervensi	0.346	Normal

Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 3, berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan menggunakan metode Shapiro-Wilk, diketahui bahwa data penelitian berdistribusi normal. Hal ini dibuktikan oleh perolehan nilai signifikansi untuk data *pretest* ( $p=0.410$ ) dan data *posttest* ( $p=0.346$ ) yang keduanya lebih besar dari tingkat signifikansi yaitu  $p>0.05$ . Oleh karena asumsi normalitas telah terpenuhi dan desain penelitian ini bersifat komparatif berpasangan (membandingkan pengukuran sebelum dan sesudah pada satu kelompok), maka analisis hipotesis dilanjutkan dengan menggunakan uji statistik parametrik, yaitu Uji T Berpasangan (*Paired Samples T-Test*). Uji ini bertujuan untuk membuktikan apakah terdapat perbedaan rata-rata skor nyeri yang signifikan secara statistik antara sebelum dan sesudah intervensi diberikan.

### Uji Hipotesis

Hasil analisis pada tabel 4, menunjukkan bahwa nilai  $p\text{-value} = 0,000$ . Oleh karena nilai  $p\text{-value}$  tersebut lebih kecil dari tingkat signifikansi  $\alpha = 0.05$  ( $p < 0.05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima. Hasil ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien *post* operasi *sectio caesarea*. Penelitian ini mendukung temuan dari (Collin dan Maydinar, 2021) yang mengkaji efektivitas aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri pada pasien *post sectio caesarea* di Ruang Tribrata RS Bhayangkara Kota Bengkulu. Hasil

penelitian tersebut menunjukkan nilai  $p=0,000$  yang menandakan adanya pengaruh yang signifikan antara pemberian aromaterapi lavender dengan penurunan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi *sectio caesarea*.

**Tabel 4. Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi *Sectio caesarea* di RSUD Bangkinang Tahun 2025**

Rata rata Penurunan Nyerii	Variabel		
	Nilai t	df	p-value (sig.)
Skor Nyeri (Pretest-Posttest)	1.75	7	19

Temuan dalam penelitian ini juga selaras dengan studi (Hastuti, 2019), yang mengeksplorasi dampak pemberian aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri pasien pasca *sectio caesarea* di RSUD Dr. H Abdul Moeloek Provinsi Lampung. Hasil analisis menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender secara signifikan mampu menurunkan intensitas nyeri, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai p-value sebesar 0,000. Penelitian lain oleh (Prasety dan Susilo, 2020) mengenai pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri luka pada ibu post *sectio caesarea* di RST dr. Soepraon Kesdam V/Brawijaya Malang juga memperkuat temuan ini. Hasilnya menunjukkan bahwa nilai p-value sebesar  $0,021 < 0,05$ , sehingga hipotesis alternatif diterima, yang berarti terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap perubahan skala nyeri. Lavender terbukti efektif dalam mengurangi berbagai bentuk ketidaknyamanan seperti stres, tekanan emosional, nyeri menstruasi, ketidakseimbangan emosi, histeria, frustrasi, hingga kepanikan.

Aromaterapi memiliki kemampuan untuk memberikan efek tenang dan relaksasi, yang berperan dalam mengurangi sensasi nyeri pada pasien post *sectio caesarea*. Efek ini dicapai melalui proses inhalasi aroma yang mampu menenangkan pikiran (Jaelani, 2017). Lavender dipercaya memberikan dampak positif dalam meredakan nyeri pasca operasi *sectio caesarea*, sebagaimana dibuktikan oleh (Herlyssa dkk, 2020) yang menemukan bahwa aromaterapi ini mampu menurunkan nyeri dalam waktu 24 jam pasca operasi dan lima kali lebih efektif dalam menurunkan nyeri dari tingkat berat menjadi sedang. Lavender mengandung senyawa aktif seperti linalool dan linalyl acetate yang berfungsi sebagai analgesik dan merangsang produksi hormon endorfin. Rangsangan terhadap hipotalamus akibat inhalasi aroma lavender menimbulkan perasaan nyaman, rileks, dan mampu meredakan ketegangan otot akibat nyeri, sehingga dapat mengurangi intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea* (Haniyah & Setyawati, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa terdapat pengaruh dari aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi *sectio caesarea*. Rata-rata intensitas nyeri sebelum intervensi sebesar 6,55, kemudian menurun menjadi 4,80 setelah pemberian aromaterapi lavender pada 20 orang responden. Aromaterapi ini memberikan efek relaksasi serta membantu merilekskan otot-otot tubuh ibu pasca persalinan melalui proses inhalasi. Aromaterapi menjadi salah satu pilihan nonfarmakologis yang bermanfaat dalam mengurangi rasa nyeri melalui peningkatan hormon endorfin, yang berdampak pada relaksasi fisik dan mental. Meski demikian, pengaruh yang ditimbulkan tidak terlalu besar, diduga karena faktor psikologis individu turut memengaruhi persepsi dan respons terhadap nyeri.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pasien post operasi *sectio caesarea* di RSUD Bangkinang, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut : Intensitas nyeri pasien post



operasi *sectio caesarea* sebelum diberikan intervensi aromaterapi lavender di RSUD Bangkinang menunjukkan rata-rata skor nyeri sebesar 6,55, yang termasuk dalam kategori nyeri sedang. Intensitas nyeri pasien *post* operasi *sectio caesarea* sesudah diberikan intervensi aromaterapi lavender mengalami penurunan, dengan rata-rata skor nyeri menjadi 4,80. Terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien *post* operasi *sectio caesarea* di RSUD Bangkinang. Hal ini dibuktikan secara statistik melalui hasil uji hipotesis yang menunjukkan nilai  $p$ -value = 0,000 ( $p < 0,05$ ), sehingga  $H_a$  diterima.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan terimakasih atas dukungan, inspirasi dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada peserta yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

## DAFTAR PUSTAKA

- 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), pp. 8-13. doi: 10.36086/maternalandchild.v1i1.953.
- Aprianty, Y.A., Suhartono, & Ngadiyono. (2019). "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri dan Kadar Hormone Beta- Endorphine Pada Ibu Post *Sectio caesarea*." *Jurnal Kebidanan*, 1(2).
- Aprina, A., Hartika, R., & Sunarsih, S. (2018). "Latihan *Slow Deep Breathing* dan Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri pada Klien Post Seksio Sesaria." *Jurnal Kesehatan*, 9(2).
- Asmadi. (2017). *Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Collin, V., Maydinar, D.D., & Latifah, M. (2021). "Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post *Sectio caesarea* di Ruang Tribrata RS Bhayangkara Kota Bengkulu." *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 1235-1242.
- Damayanti, R., Nurdianti, D., Novayanti, N., & Nuryuniarti, R. (2022). "Penatalaksanaan Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I." *Jurnal BIMTAS: Jurnal Kebidanan Umtas*, 6(2), 86-92. <https://doi.org/10.35568/bimtas.v6i2.2919>
- Depkes RI, JNPK-KR. (2017). *Asuhan Persalinan Normal*. Jakarta: Departemen Kesehatan Indonesia.
- Dewi, I. G. A. D. S., Asdiwinata, I. N., & Arisusana, I. M. (2018). "Pengaruh Aroma Terapi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Terhadap Insomnia Pada Lansia Banjar Tangtu Puskesmas II Denpasar Timur." *Bali Medika Jurnal*, 5(1), 101-117.
- 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.
- Furdiyanti, N. et al. (2019). "Keefektifan Ketoprofen dan Ketorolak Sebagai Analgesik pada Pasien Bedah Caesar." *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product*, 02.

- Ghasemi, A., & Zahediasl, S. (2012). *Normality Tests for Statistical Analysis: A Guide for Non-Statisticians*. *International Journal of Endocrinology and Metabolism*, 10(2), 486–489. <https://doi.org/10.5812/ijem.3505>
- Hafid, M. F. (2017). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Hasil Tes Potensi Akademik Siswa Kelas XII SMA Negeri 21 Makassar. Skripsi.
- Handayani, S. (2015). "Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Intensitas Nyeri Post  *Sectio caesarea* di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Moewardi."
- Hartati & Maryunani. (2015). *Asuhan Keperawatan Ibu Postpartum Sectio caesarea (Pendekatan Teori Model Selfcare dan Comfort)*. Jakarta: TIM.
- Hasanah, N., Zakir, S., Djamil, S. M., Bukittinggi, D., Sjech, N., & Djamil, M. (2023). "Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Cisco Webex Terhadap Hasil Belajar iswa Pada Mata Pelajaran TIK Kelas XI di SMAN 2 Mandau." *ANTHOR: Education and Learning Journal*, 2.
- Hastuti, A. T. (2021). "Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Pasca Operasi  *Sectio caesarea* di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung." *Ners Muda*, 3(3), 292–298.
- Herlina, W. (2019). *Kitab Tanaman Obat Nusantara*. Yogyakarta: Media Pressindo (Anggota IKAPI).
- Herlyssa, H., Jehanara, J., & Wahyuni, E.D. (2018). "Aromaterapi Lavender Essential Oil Berpengaruh Dominan terhadap Skala Nyeri 24 Jam Post Seksio Sesaria." *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 192.
- Hetia EN, Ridwan M, Herlina. (2017). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Aktif. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai Volume X No 1*. Politeknik Kesehatan Tanjungkarang.
- Hidayat, A. (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Jaelani. (2017). *Aroma Terapi*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Kapitan, M. (2021). *Konsep dan Asuhan Keperawatan pada Ibu Intranatal*. Jakarta: Media Sains Indonesia.
- Karo, H.Y. et al. (2017). "*Lavender (Lavandula Angustifolia) Aromatherapy As an Alternative Treatment in Reducing Pain in Primiparous Mothers in the Active First Stage of Labor*." *Belitung Nursing Journal*, 3(4), 420–425.
- Kim, T. K. (2015). *T test as a parametric statistic*. *Korean Journal of Anesthesiology*, 68(6), 540. <https://doi.org/10.4097/kjae.2015.68.6.540>.
- Kemendes RI. (2019). "Angka Persalinan Dengan  *Sectio caesarea*." Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <http://www.kemkes.go.id>
- Mursyidah. (2024). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pasien pasca operasi  *sectio caesarea* di Rumah Sakit Palang Merah Indonesia (PMI) Lhokseumawe tahun 2024 (Skripsi, Universitas Bina Bangsa Getsampena).
- Mochtar, R. (2018). *Sinopsis Obstetri Edisi 3*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran. Nisa, K., & Hidayani, H. (2023). "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Akseptor KB Implan di Puskesmas Haurpanggung Kabupaten Garut Tahun 2023." *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(10), 3970–3981. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i10.1620>
- Potter, P., & Perry, A. (2017). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- 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.

- Pratiwi, Ratna. 2012. Penurunan Intensitas Nyeri Akibat Luka Post *Sectio caesarea* Setelah Dilakukan Latihan Teknik Relaksasi Pernapasan Menggunakan Aromaterapi Lavender Di Rumah Sakit Al Islam Bandung [Jurnal Online]. Diperoleh tanggal 28 maret 2018 dari <http://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/view/711>.
- Price, S., & Wilson, L. (2015). Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit (Edisi 6). Jakarta: EGC.
- 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). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.8377>
- Rosselini, R. (2022) 'Efektivitas Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Nyeri Pada Pasien Operasi *Sectio caesarea*', *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*, 12(23), pp. 70–83.
- Sagita, Y.D. and Martina (2019) 'Pemberian Aroma Terapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pemberian Aroma Terapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan.', *Wellness and Healthy Magazine*, 1(2), pp. 151–156.
- Said, F.F.I., Oktavia, E. and Astuti, D. (2022) 'Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Pasca *Sectio caesarea*: Literatur Review', *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 7(2), pp. 172–180.
- Shiddiqiyah, N and Utami, T. (2023). 'Penerapan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post *Sectio Caesarea* di RSUD Kardinah Tegal
- Sihombing, 77N.M., Saptarini, I. and Putri, D.S.K. (2017) 'Determinan Persalinan *Sectio caesarea* Di Indonesia (Analisis Lanjut Data Riskesdas 2013)', *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), pp. 63–73.
- Siti Safaah., Iwan Purnawan., & Yunita Sari (2019). Perbedaan Efektivitas Aromaterapi Lavender dan Aromaterapi Peppermint terhadap Nyeri pada Pasien Post *Sectio caesarea* di RSUD Ajibarang. Universitas Soedirman.
- Smeltzer, S.C. (2015). Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sunito. (2010) Aroma Alam Untuk Kehidupan. Jakarta: PT Raketindo Primamdeia Mandiri.
- Tamsuri. (2018). Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri. Jakarta: EGC.
- Tricintia, Y., Ivana, T. and Agustina, D.. (2018) 'Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stress Dalam Menjalani Osce Mahasiswa Semester VI Angkatan VII di Stikes Suaka Insan Banjarmasin', *Jurnal Kesehatan*, 3(8), pp. 85–102.
- WHO. (2011). *Health Profile. World Health Organization*, 561–565.
- Winter, J. C. F. (2013). *Using the Student's t-test with extremely small sample sizes. Practical Assessment, Research & Evaluation*, 18(10)