



## **PENERAPAN RELAKSASI AROMATERAPI JERUK TERHADAP NYERI POST OPERASI HERNIA INGUINAL LATERAL**

**Farah Fadilah<sup>1</sup>, Dian Hudiyawati<sup>2\*</sup>, Maemunah<sup>3</sup>**

<sup>1,2</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>3</sup> RSUD Dr. Soeratno Gemolong, Sragen

[dian.hudiyawati@ums.ac.id](mailto:dian.hudiyawati@ums.ac.id)

### **Abstrak**

Sebagian besar operasi hernia dilakukan sebagai tindakan darurat, sementara untuk prosedur elektif yang dapat dilakukan pada penderita hernia masih sedikit. Meningkatnya penderita hernia inguinal laparaskopi disebabkan oleh kelayakan klinis dengan nyeri pasca operasi yang lebih sedikit dan durasi pemulihan yang lebih singkat dibandingkan dengan perbaikan hernia terbuka. Metode rancangan serta pendekatan yang digunakan dalam yaitu pengelolaan menggunakan pendekatan proses keperawatan. Penerapan ini dilakukan pada tanggal 8 Januari 2025 pada Tn. D di RSUD Dr. Soeratno Gemolong, Sragen. Peneliti mendapatkan data-data pasien menggunakan metode wawancara, observasi, studi kepustakaan dan studi dokumentasi. Hasil penelitian didapatkan diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik, diberikan perencanaan terapi relaksasi aromaterapi jeruk untuk mengurangi nyeri post operasi hernia inguinal. Kesimpulan setelah penerapan relaksasi aromaterapi jeruk pasien post operasi hernia inguinalis lateral terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien. Pemberian aromaterapi jeruk sebagai terapi non-farmakologis bisa menjadi alternative pendukung dalam penatalaksanaan nyeri akut post operasi, memberikan rasa nyaman pada pasien serta mendukung proses pemulihan.

**Kata Kunci:** Aromaterapi jeruk, hernia inguinalis, Nyeri, Post Operasi, Terapi Non-farmakologi

### **Abstract**

*Hernia is a common surgical condition worldwide. Most hernia operations are performed as an emergency, while elective procedures that can be performed on hernia patients are still few. The increase in laparoscopic inguinal hernia patients is due to clinical feasibility with less postoperative pain and shorter recovery duration compared to open hernia repair. The design method and approach used in the management using the nursing process approach. This application was carried out on January 8, 2025 on Mr. D at Dr. Soeratno Gemolong Hospital, Sragen. Researchers obtained patient data using interview methods, observation, literature studies and documentation studies. The results of the study obtained a nursing diagnosis of acute pain related to physical injury agents, given a plan for orange aromatherapy relaxation therapy to reduce post-inguinal hernia pain. The conclusion after the application of orange aromatherapy relaxation in post-inguinal hernia lateral surgery patients was proven effective in reducing pain intensity and increasing patient comfort. Giving orange aromatherapy as a non-pharmacological therapy can be a supporting alternative in the management of acute post-operative pain, providing comfort to patients and supporting the recovery process.*

**Keywords:** Inguinal Hernia, Non-Pharmacological Therapy, Orange Aromatherapy, Pain, Post-Operation

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

\* Corresponding author :

Address : Jl. A. Yani, Mendungan, Pabelan, Kec. Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57162

Email : [dian.hudiyawati@ums.ac.id](mailto:dian.hudiyawati@ums.ac.id)

## PENDAHULUAN

Hernia adalah kondisi di mana terdapat penonjolan isi rongga melalui area yang lemah atau mengalami defek pada dinding rongga. Pada dasarnya, hernia terdiri dari tiga komponen utama, yaitu cincin, kantong, dan isi hernia itu sendiri. Hernia inguinalis adalah salah satu jenis hernia yang paling umum, terutama di kalangan pria. Pada kondisi ini, organ atau jaringan yang menonjol biasanya berasal dari usus kecil atau jaringan lemak. Namun, pada wanita, hernia inguinalis terkadang bisa melibatkan organ reproduksi, seperti indung telur (ovarium) atau saluran indung telur (tuba falopi) (Waweru et al., 2015).

Banyak orang seringkali tidak menyadari bahwa mereka mengalami hernia inguinalis, meskipun mereka biasanya merasakan adanya tonjolan atau benjolan di area selangkangan. Pada sebagian pria, tonjolan ini dapat meluas sampai ke skrotum, sehingga membuat skrotum terlihat lebih besar (Zuchra Noor & Fajrul Falach, 2024). Faktor risiko terjadinya hernia inguinalis melibatkan peningkatan tekanan intra-abdominal yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti batuk kronis, sembelit, asites, atau angkat berat. Selain itu, kelemahan otot dinding perut yang disebabkan oleh faktor usia, kehamilan, atau prematuritas juga turut berperan (Abbas et al., 2021).

Sayatan dari operasi sebelumnya dapat menyebabkan hernia insisional, dan obesitas merupakan faktor risiko lainnya. Pengobatan yang rasional untuk hernia inguinalis adalah melalui tindakan operasi hernia repair. Teknik operasi untuk pasien dewasa dapat dilakukan dengan dua pendekatan, yaitu menggunakan mesh atau non-mesh, dan dapat dilaksanakan baik secara terbuka (open) maupun laparoskopik (Sayuti et al., 2023).

Pembedahan, atau yang lebih dikenal dengan istilah operasi, merupakan suatu tindakan medis yang dilakukan melalui prosedur invasif. Proses ini melibatkan tahap pembukaan area tubuh yang perlu ditangani. Umumnya, pembukaan tersebut dilakukan dengan membuat sayatan, dan setelah area target terlihat, akan dilakukan perbaikan disertai penutupan serta penjahitan luka. Setelah operasi, pasien seringkali mengalami keluhan nyeri di bagian yang dioperasi. Nyeri ini merupakan efek samping dari proses pembedahan dan termasuk dalam kategori nyeri akut. Nyeri dapat diartikan sebagai sensasi tidak nyaman yang dirasakan baik secara fisik maupun emosional, yang terjadi akibat kerusakan pada jaringan tubuh, baik yang nyata maupun yang berpotensi (Kumaat et al., 2022).

Pada tahun 2015, di Indonesia terdapat 1,2 juta pasien menjalani operasi dan menduduki peringkat ke-11 dari 50 rumah sakit di Indonesia yang memiliki pasien bedah (Kemenkes, 2018). Di Indonesia, nyeri pasca operasi mempengaruhi sekitar 32% populasi, dengan skala nyeri rata-rata

7-9 di antara pasien. Nyeri adalah sensasi dan perasaan yang tidak nyaman secara sensori maupun emosional yang timbul akibat kerusakan aktual atau potensial pada jaringan. Nyeri pasca operasi lazim di antara pasien bedah dewasa, dengan faktor-faktor seperti usia pasien, panjang sayatan kulit (Setyaningsih & Rivani, 2023).

Nyeri pasca operasi adalah hal yang umum dialami oleh pasien bedah dewasa, dengan beberapa faktor berpengaruh seperti usia pasien dan panjang sayatan yang dibuat (N. I. Wati & Rosyid, 2025). Nyeri yang muncul pasca operasi berkaitan dengan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan, dipicu oleh respons inflamasi terhadap trauma bedah yang mengaktifkan nosiseptor visceral. Pengelolaan nyeri pasca operasi yang efektif sangat penting, karena kontrol nyeri yang tidak memadai dapat meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas. Sebaliknya, penanganan nyeri yang tepat dapat meningkatkan kepuasan pasien, mendorong mobilisasi lebih awal, mengurangi risiko komplikasi kardiopulmoner, mempercepat proses pemulihan, dan mempersingkat lama rawat inap di rumah sakit (Supriyanti & Kustriyani, 2024).

Dalam penatalaksanaan nyeri pasca operasi, terdapat dua pendekatan yang umum digunakan, yaitu metode farmakologis dan non-farmakologis. Pendekatan farmakologis biasanya mengikuti skala analgesik dari WHO untuk menentukan tingkat pereda nyeri yang sesuai. Sementara itu, penatalaksanaan non-medis meliputi penggunaan kompres panas dan dingin, pijatan, terapi suara, teknik relaksasi seperti pernapasan dalam, serta metode terapi dzikir dan aromaterapi (Jannah & Riyadi, 2021).

Relaksasi adalah teknik yang digunakan untuk mengatasi stres dan mengurangi perasaan nyeri. Tujuan utama dari relaksasi adalah meningkatkan aliran darah, sehingga dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan suplai oksigen ke area yang mengalami nyeri. Selain itu, relaksasi juga dimaknai sebagai metode untuk mengurangi ketegangan dengan cara merelaksasikan otot. Melalui penerapan teknik relaksasi, diharapkan intensitas nyeri dapat menurun. Salah satu metode relaksasi yang sering dipraktikkan adalah menggunakan aromaterapi jeruk. Penanganan untuk mengurangi nyeri dapat dilakukan dengan pendekatan farmakologis maupun non-farmakologis (Hayati & Hartiti, 2021).

Berdasarkan hal tersebut, maka pengkajian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi jeruk terhadap penurunan nyeri pada pasien post operasi hernia ingunal lateral. Pengkajian ini dilakukan selama tiga hari selama 3 x 24 jam di RSUD Dr. Soeratno Gemolong, Sragen.

## METODE

Metode yang digunakan dalam studi ini adalah pendekatan evidence-based practice yang diterapkan dengan cara mewawancarai pasien secara langsung menggunakan desain pra-ujian dan pasca-ujian (pretest-posttest) tanpa kelompok pembanding. Tujuan dari penggunaan metode pretest-posttest ini adalah untuk mengetahui efektivitas sebelum dan sesudah pemberian terapi aromaterapi jeruk dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien. Penerapan aromaterapi jeruk dimulai dengan pelaksanaan pengukuran awal (pre-test) untuk mengetahui tingkat nyeri sebelum diberikan intervensi. Setelah pengukuran pertama, pasien menerima terapi aromaterapi jeruk dan diarahkan untuk menghirupnya. Setelah intervensi selesai, dilakukan pengukuran ulang (post-test) guna menilai efektivitas terapi aromaterapi dalam menurunkan tingkat nyeri pasien (Burhanudin Ashar, 2020)

Jenis rancangan dalam karya tulis ilmiah ini menggunakan studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Penerapan intervensi dilakukan pada tanggal 8 Januari 2025 pada Tn. D di RSUD Dr. Soerarno Gemolong, Sragen. Data-data pasien didapatkan menggunakan metode wawancara, observasi, studi kepustakaan dan studi dokumentasi. Instrument penelitian yang digunakan peneliti yaitu menggunakan instrument wawancara mendalam dan melakukan intervensi dengan alat bantu pedoman pengkajian dan strategi pelaksanaan. Intervensi pemberian aromaterapi jeruk dilakukan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP) pemberian aromaterapi untuk nyeri yang telah disusun oleh peneliti, dengan memperhatikan waktu, dosis, teknik pemberian, serta evaluasi skala nyeri sebelum dan sesudah tindakan. Sedangkan instrument yang lain digunakan dalam studi kasus ini menggunakan skala nyeri peringkat numerik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pasien bernama Tn. D, perempuan berusia 71 tahun bersama anak. Pasien masuk dengan diagnosa medis Hernia Inguinalis Lateral (HIL). Pasien datang ke IGD RSUD dr. Soertano Gemolong, Sragen pada hari Rabu, 8 Januari 2025 jam 10.00 WIB dengan keluhan terdapat benjolan dilipatan paha sebelah kanan dan terasa nyeri. Saat dilakukan pengkajian di tanggal 8 Januari 2025 jam 10.05 WIB di dapatkan pasien mengeluh nyeri pada perut bagian lipatan paha kanan bawah, skala nyeri 5 seperti ditusuk-tusuk, pasien tampak meringis dan gelisah. Setelah dilakukan pemeriksaan, didapatkan hasil TTV dengan TD 135/86 mmHg, N 105 kali/menit, S 36,5°C, RR 20 kali/menit, SpO2 96%. Setelah dilakukan pemeriksaan oleh dokter, pasien disarankan untuk dilakukan tindakan pembedahan.

Pasien dilakukan tindakan operasi pada tanggal 9 Januari 2025 jam 10.00 WIB. Tampak balutan luka pada perut bagian kanan bawah,

panjang luka kurang lebih 5-8 cm, luka tampak kemerahan, bengkak dan terasa panan. Dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital dengan TD 122/84 mmHg, N 102 kali/menit, S 36,5°C, RR 20 kali/menit, SpO2 98%. Pasien mengatakan nyeri pada luka operasi bertambah saat bergerak, nyeri seperti tertusuk-tusuk, nyeri hilang timbul, pasien tampak meringis dan gelisah dengan skala nyeri 6 setelah operasi. Setelah dilakukan tindakan operasi, pasien tidak berani untuk menggerakkan kakinya, pasien hanya tidur terlentang.

Pasien mengatakan tidak mempunyai riwayat penyakit dahulu, seperti hipertensi, diabetes melitus dan lain-lainnya. Pasien mengatakan tidak memiliki alergi makanan dan obat-obatan. Pasien mengatakan tidak memiliki riwayat penyakit keluarga.

Setelah dilakukan pengkajian post operasi, didapatkan hasil presepsi dan pemeliharaan kesehatan pasien mengatakan ingin nyeri yang dirasakan segera menghilang dan cepat sembuh dan pasien ada sering kontrol kesehatannya sesuai jadwal yang sudah ditetapkan dari rumah sakit. Pola nutrisi atau metabolisme pasien sebelum sakit didapatkan tinggi badan 162 cm, berat badan 70 kg, hasil lab leukosit menunjukkan 7,80 dan neutrophil 93,0. Clinical sign didapatkan nyeri hilang timbul pada lipatan paha bagian bawah dan nyeri tekan pada daerah paha. Tidak terdapat masalah pada pola eliminasi, tidak ada masalah pada pola aktivitas dan latihan, tidak ada masalah pada pola tidur atau istirahat, pola preceptual tampak normal keseluruhan.

Pemeriksaan fisik pasien, keadaan umum compos mentis (E4M6V5), tanda-tanda vital TD 114/77 mmHg, N 105 x/menit, S 36,4 C, SpO2 96%, RR 20x/menit. Abdomen ditemukan bentuk simetris, lesi tidak ada, asites tidak ada, distensi abdomen tidak ada. Terdengar bising usus 20x/menit, terdengar suara timpani pada sebagian besar region, teraba nyeri tekan pada inguinal kanan, tidak ada pembesaran hati dan asites tidak ada. Pada inguinal terdapat luka tertutup perban.

Diagnosa keperawatan yang ditegakkan yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik. Didapatkan data subjektif pasien mengatakan nyeri pada lipatan paha bagian kanan bawah, nyeri bertambah ketika pasien bergerak, kualitas nyeri seperti ditusuk-tusuk, rest luka operasi pada lipatan paha kanan, skala nyeri 6 dan hilang timbul. Data objektif didapatkan terdapat luka post operasi pada paha kanan bawah, pasien tampak memegang area yang sakit, tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah 123/79 mmHg, nadi 102 kali/menit, suhu 36,7°C, SpO2 96%, respiratori 20 kali/menit.

Diberikan planing setelah operasi dengan tujuan setelah diberikan asuhan

keperawatan selama 3x24 jam tingkat nyeri menurun dengan kriteria hasil keluhan nyeri menurun menjadi skala 5, meringis menurun, gelisah menurun dan frekuensi nadi membaik. Dilakukan perencanaan pemberian terapi relaksasi aromaterapi dengan dilakukan Observasi untuk mengidentifikasi pilihan aroma yang disukai dan tidak disukai pasien, identifikasi tingkat nyeri, stress, kecemasan, monitor tanda-tanda vital sebelum dan sesudah, monitor skala nyeri sebelum dan sesudah. Lakukan pemberian relaksasi aromaterapi dengan esensial oil yang tepat, teteskan 5-10 esensial oil ke air berisi 20 ml, pusatkan pikiran ke daerah yang sakit selama 10 menit. Kemudian diberikan edukasi dengan menganjurkan menggunakan esensial oil secara bervariasi, anjurkan menghindari kemasan esensial oil dari jangkauan anak-anak dan diberikan terapi farmakologi yaitu cairan ringer laktat, santagesik, omeprazole, ceftriaxone dan ranitidine.

Setelah diberikan implementasi pada tanggal 9 sampai 12 Januari 2025 aromaterapi jeruk didapatkan evaluasi data subjektif pasien mengatakan nyeri sudah jarang timbul, nyeri bertambah ketika beraktivitas, kualitas nyeri seperti tertusuk-tusuk, nyeri terdapat di area luka operasi pada lipatan paha kanan, skala nyeri 5 dan nyeri hilang timbul. Data objektif didapatkan pasien tampak senang setelah diberikan aromaterapi jeruk, tanda-tanda vital tekanan darah 125/79 mmHg, nadi 95 kali/menit, suhu 36,6°C dan SpO2 97%. Hasil evaluasi keperawatan didapatkan masalah teratasi sebagian, diberikan planning intervensi dilanjutkan dengan discharge planning menggunakan lilin aromaterapi jeruk saat nyeri.

### Pembahasan

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak nyaman, sering kali disebabkan oleh kerusakan jaringan, baik yang telah terjadi maupun yang mungkin terjadi. Rasa nyeri dapat mendominasi pikiran seseorang, memengaruhi seluruh aktivitas dan mengubah cara hidup mereka (Zahri & Ririen Tyas Nur, 2020). Pasien post operasi pembedahan akan mengalami nyeri dengan tingkatan hampir 80% dengan mengeluh nyeri akut setelah pengaruh obat anastesi yang sudah hilang. Nyeri akan bertambah ketika terdapat radang atau infeksi pada luka post operasi (F. Wati & Ernawati, 2020). Selama 25 tahun terakhir, sebuah gerakan kuat di seluruh dunia telah berkembang dengan menerapkan terapi non-farmakologis yang aman, efektif, hemat biaya dan praktis dapat dilakukan secara mandiri atau dibantu oleh orang lain. Salah satu penerapan non-farmakologis yang

digunakan untuk menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi hernia adalah dengan pemberian inhalasi aromaterapi jeruk (Musharyan et al., 2024).

Terapi yang diberikan untuk mengurangi nyeri pasca operasi mencakup terapi non-farmakologis. Jika cara ini tidak cukup efektif, maka terapi farmakologis seperti analgesik dapat diberikan untuk membantu mengurangi rasa sakit (N. A. Nurhayati et al., 2015). Nyeri yang dialami pasca operasi adalah pengalaman sensori dan emosional yang berhubungan dengan kerusakan jaringan, baik secara potensial maupun aktual. Jika nyeri akibat pembedahan tidak ditangani dengan baik, hal ini dapat mengganggu proses penyembuhan (Erlin et al., 2023).

Pasien pasca operasi mungkin mengalami perubahan dalam ekspresi, aktivitas sehari-hari, dan kenyamanan. Nyeri yang dirasakan berkaitan dengan adanya insisi atau pengaruh mekanis yang terinduksi oleh impuls pada nociceptor, melalui proses transduksi, transmisi, modifikasi, dan persepsi. Respon nyeri ini berbeda-beda pada setiap pasien, yang dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengekspresikan serta merespons rasa sakit (S. Nurhayati & Sari, 2022). Dampak dari nyeri ini dapat menimbulkan masalah baik bagi pasien. Bagi pasien, nyeri dapat membatasi mobilisasi, yang pada gilirannya dapat meningkatkan intensitas nyeri saat bergerak. Mobilisasi dini yang dilakukan secara teratur akan memperlancar sirkulasi di area insisi, sehingga jaringan yang mengalami cedera dapat menerima zat-zat esensial untuk penyembuhan, seperti oksigen, asam amino, vitamin, dan mineral (Rangkuti et al., 2023).

Salah satu teknik pernapasan adalah melakukan inhalasi melalui hidung sambil menggunakan aromaterapi. Aromaterapi sendiri dapat didefinisikan sebagai kombinasi dari dua kata, yaitu "aroma" yang berarti wewangian, dan "terapi" yang berarti perlakuan pengobatan (Oktarisa et al., 2020). Setelah mempelajari catatan keperawatan pasien, peneliti mengajarkan pasien cara untuk mengurangi nyeri dengan cara menerapkan teknik aromaterapi jeruk. Salah satu jenis aromaterapi yang dapat dimanfaatkan adalah aromaterapi Jeruk. Jeruk dikenal sebagai buah yang sangat baik untuk dikonsumsi saat memulai proses detoksifikasi. Buah jeruk mengandung komponen utama berupa gula dan asam sitrat, serta sejumlah kandungan penting lainnya seperti flavonoid (flavanones), limonene, asam folat, tannin, dan berbagai vitamin (C, A, B1, dan P) serta mineral (kalium dan magnesium) (Kaswindarti & Khotimah, 2021).



Aromaterapi jeruk memiliki banyak manfaat, seperti berfungsi sebagai pembersih dan tonik, menurunkan demam, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, bertindak sebagai antioksidan dan antiseptik, serta dapat membantu mencegah hipertensi dan mengontrol emosi yang berlebihan (Zahri & Ririen Tyas Nur, 2020).

Efek pemberian aromaterapi jeruk terhadap intensitas nyeri pasca bedah dapat menurunkan intensitas nyeri pasca bedah di RSUD dr. Soeratno Gemolong. Aromaterapi jeruk tersebut diberikan 1-3 jam pasca bedah, aromaterapi tersebut diberikan sebelum pemberian analgetik. Setelah diberikan terapi selama tiga hari pasien mengatakan nyerinya sudah jarang muncul, nyeri bertambah ketika beraktivitas, kualitas nyeri seperti tertusuk-tusuk, nyeri di area luka operasi pada lipatan paha kanan, skala nyeri 5, hilang timbul dengan hasil tanda-tanda vital tekanan darah 125/79mmHg, nadi 95 kali/menit, suhu 36,60C, SpO2 97%.

Minyak atsiri, yang dihasilkan dari kulit dan daun tanaman jeruk, telah terbukti memiliki potensi kesehatan yang signifikan dalam dunia aromaterapi. Minyak ini kaya akan senyawa bioaktif, terutama monoterpen, dengan d-limonene sebagai komponen utamanya. D-limonene dikenal memiliki sifat antioksidan yang penting untuk mengurangi stres oksidatif, yang merupakan salah satu penyebab berbagai masalah kesehatan. Selain itu, minyak atsiri jeruk memiliki sifat antibakteri, menjadikannya pilihan yang tepat untuk aplikasi di bidang medis maupun kosmetik (Rizqi et al., 2024).

Pengembangan produk aromaterapi memerlukan perhatian yang cermat terhadap konsentrasi minyak atsiri yang digunakan, jenis minyak pembawa, serta stabilitas produk secara keseluruhan (Ariani & Muhsin, 2023).

Sebagian besar penelitian saat ini lebih menekankan pada sifat terapeutik minyak atsiri jeruk, seperti kemampuannya dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan suasana hati, sementara informasi terkait berbagai formulasi aromaterapi masih terbatas. Studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi lebih jauh bagaimana berbagai konsentrasi dan kombinasi minyak atsiri jeruk dengan bahan lainnya dapat mempengaruhi stabilitas, daya tarik sensorik, serta stabilitas pH, yang hingga saat ini belum banyak diteliti (Pradita et al., 2025).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan formulasi optimal dan melakukan evaluasi organoleptik terhadap minyak atsiri jeruk sebagai produk aromaterapi. Ruang lingkup penelitian mencakup pengembangan formulasi produk minyak atsiri jeruk,

dilanjutkan dengan evaluasi sensorik untuk menilai aroma, sensasi, dan tingkat penerimaan secara keseluruhan (Rizqi et al., 2024).

## SIMPULAN

Penerapan relaksasi aromaterapi jeruk pasien post operasi hernia inguinalis lateral terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien. Penerapan dilakukan selama 3 hari dan hasilnya pasien mengatakan nyeri sudah jarang muncul dan skala nyeri menurun serta nyeri hilang timbul. Pemberian aromaterapi jeruk sebagai terapi non-farmakologis bisa menjadi alternative pendukung dalam penatalaksanaan nyeri akut post operasi, memberikan rasa nyaman pada pasien serta mendukung proses pemulihan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, S. A., Kadhim, S. J., & Turfa, A. H. (2021). Clinical and Post-operative Outcomes of Laparoscopic Inguinal Hernia repair. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 15(3), 739–741.
- Ariani, F., & Muhsin, L. B. (2023). Analisis Kadar Vitamin C Pada Buah Jeruk Nipis (*Citrus aurantifolia* Swing.) dan Jeruk Manis (*Citrus sinensis*) menggunakan Titrasi Iodometri. *Biocity Journal of Pharmacy Bioscience and Clinical Community*, 1(2), 73–80. <https://doi.org/10.30812/biocity.v1i2.2811>
- Burhanudin Ashar. (2020). Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Orif. *British Medical Journal*, 2(5474), 1333–1336.
- Erlin, F., Hanim, B., & Romadhan, F. (2023). Pengaruh aroma terapi kopi terhadap intensitas nyeri postpartum Sectio Caesarea (SC). *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(8), 673–681. <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i8.8641>
- Hayati, N. A., & Hartiti, T. (2021). Pemberian Aromaterapi Lavender Menurunkan Intensitas Nyeri Post Op Debridement Pada Pasien Ulkus Granulosum. *Ners Muda*, 2(1), 49. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i1.6233>
- Jannah, N., & Riyadi, M. E. (2021). Pengaruh Terapi Dzikir Terhadap Skala Nyeri Pasien Post Operasi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(1), 77. <https://doi.org/10.31290/jpk.v10i1.2256>
- Kaswindiarti, S., & Khotimah, T. H. (2021). PENGARUH AROMATERAPI JERUK MANIS (*Citrus Sinensis*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH DAN DENYUT NADI ANAK USIA 6-9 TAHUN PADA KUNJUNGAN PERTAMA KE DOKTER GIGI. *JIKG (Jurnal Ilmu*

- Kedokteran Gigi*, 3(2), 19–23.  
<https://doi.org/10.23917/jikg.v3i2.12469>
- Kumaat, M. A., Lampus, H., & Pali, N. (2022). Inguinal hernia in infants. *Pediatrics*, 1(6), 772–776.  
<https://doi.org/10.35790/eci.v10i2.37617>
- Musharyan, L., Riska Berliana, F., Musharyanti, L., Studi Profesi Ners, P., Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, F., & Muhammadiyah Yogyakarta, U. (2024). Implementasi Terapi Pijat Kombinasi Aromaterapi Inhalasi Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Post Operasi Hernia Repair: Laporan Kasus. *Jurnal Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 2, 141–150.
- Nurhayati, N. A., Andriyani, S., & Malisa, N. (2015). Relaksasi Autogenik Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Ibu Post Operasi Sectio Saecarea. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1(2), 52–61.  
<https://doi.org/10.35974/jsk.v1i2.87>
- Nurhayati, S., & Sari, S. A. (2022). Pengaruh teknik relaksasi aroma terapi lavender dan autogenik terhadap penurunan kecemasan pada pasien pra operasi Sectio Caesarea. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(5), 471–477.  
<https://doi.org/10.33024/hjk.v16i5.8077>
- Oktarisa, A., Farida, B. N., Rachmawati, D. A., & Murti, T. B. (2020). Strategi Revolusi Industri 4.0 Guna Mengatasi Tantangan JKN dalam Pemberian Pelayanan Penyakit Kronis. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14.
- Pradita, D., Pertiwi, I., & Limbong, Y. S. (2025). Tinjauan Literatur: Mekanisme Antibakteri Ekstrak Kulit Jeruk Purut (*Citrus hystrix* DC). *Edible Medicinal And Non-Medicinal Plants*, 06(01), 634–643.  
[https://doi.org/10.1007/978-94-007-4053-2\\_76](https://doi.org/10.1007/978-94-007-4053-2_76)
- Rangkuti, N. A., Zein, Y., Batubara, N. S., Harahap, M. A., & Sodikin, M. A. (2023). Hubungan Mobilisasi Dini Post Sectio Caesarea Dengan Proses Penyembuhan Luka Operasi Di Rsud Pandan. *Jurnal Education and Development*, 11(1), 570–575.  
<https://doi.org/10.37081/ed.v11i1.4563>
- Rizqi, J., Amestiasih, T., & Rahmadani, I. F. (2024). *Formulasi Dan Evaluasi Organoleptik Minyak Atsiri Jeruk Nipis sebagai Sediaan Aromaterapi*. 20, 67–72.
- Sayuti, M., Khairunnisa, C., Salsabila, E. N., Haura, J., & Aprilita, R. (2023). Teknik Operasi dan Faktor Risiko Residif Hernia Inguinalis Lateralis di RSU Cut Meutia Kabupaten Aceh Utara. *Malahayati Nursing Journal*, 5(3), 728–738.  
<https://doi.org/10.33024/mnj.v5i3.8104>
- Setyaningsih, F. A., & Rivani, D. (2023). Identifikasi Nyeri Akut Pada Pasien Post Operasi Appendectomy Hari Pertama Menggunakan Instrumen Pemantau Nyeri Visual. *Cakrawala Medika: Journal of Health Sciences*, 2(1), 96–101.  
<https://doi.org/10.59981/j9ycp712>
- Supriyanti, E., & Kustriyani, M. (2024). *RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENURUNKAN NYERI SAAT PERAWATAN LUKA*. 6, 4270–4278.
- Wati, F., & Ernawati, E. (2020). Penurunan Skala Nyeri Pasien Post-Op Appendectomy Menggunakan Teknik Relaksasi Genggam Jari. *Ners Muda*, 1(3), 200.  
<https://doi.org/10.26714/nm.v1i3.6232>
- Wati, N. I., & Rosyid, F. N. (2025). LITERATUR REVIEW: EFEKTIFITAS MOBILISASI DINI UNTUK MENURUNKAN SKALA NYERI POST LAPARATOMI. *Jurnal Ners*, 9(1).  
<http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Waweru, J., Barasa, M., As, M., & Mwago, J. (2015). *Hernia Surgery in Nyeri Provincial General Hospital , Kenya : Our 6 Year Experience*. July 2014.
- Zahri, D., & Ririen Tyas Nur, K. (2020). Penggunaan Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Post Operasi: Sebuah Studi Kasus. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan*, 4(2), 138–148.  
<https://doi.org/10.36971/keperawatan.v4i2.71>
- Zuchra Noor, H., & Fajrul Falach, M. (2024). Hubungan Faktor Risiko Hernia Inguinalis Terhadap Kejadian Hernia Inguinalis Di Rsud Dr. Soeselo Kabupaten Tegal. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 4(2), 140–152.  
<https://doi.org/10.59141/cerdika.v4i2.754>