

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Seksio Sesarea

1. Definisi

Sectio caesarea adalah lahirnya janin melalui insisi pada dinding abdomen (laparatomi) dan dinding uterus (histerektomi) buatan. Anak yang pada keadaan ini untuk membuat anak lahir dalam keadaan utuh dan sehat (Agustin *et al.*, 2020). Seksio sesarea merupakan persalinan buatan dimana janin dilahirkan dengan cara insisi pada dinding perut dan dinding rahim dengan berat janin di atas 500 gram (Kartikasari & Apriningrum, 2020).

2. Indikasi Medis

Terdapat tiga faktor penentu di dalam suatu persalinan diantaranya *power* (tenaga mengejan dan kontraksi dinding otot perut dan dinding rahim), *passageway* (keadaan dari jalan lahir), *passanger* (janin yang dilahirkan). Indikasi *sectio caesarea* dimulai dengan adanya kelainan pada *passangeway*, keadaan pinggul sempit, yang diduga dapat mengakibatkan trauma pada persalinan jika dilakukan persalinan melalui vagina. Akhirnya dapat merambat pada faktor *power* dan *pasaanger* (Sheila, 2021). Kelainan pada *power* seperti mengejan lemah, ibu dengan riwayat penyakit jantung dan penyakit menahun lain yang dapat mempengaruhi tenaga. Sedangkan pada *passanger* yaitu anak dengan berat badan yang besar, anak dengan kelainan jantung, primigravida dengan umur ibu diatas 35 tahun dengan letak janin

sungsang, dan dengan anak yang menderita *fetal distress syndrom* (denyut jantung janin kacau atau melemah) (Antika, 2021).

Secara terperinci indikasi dilakukannya *sectio caesarea* ada tujuh diantaranya :

- 1) Panggul ibu sempit yaitu berat janin besar tidak proporsional dengan ukuran panggul ibu (disporposi). Dengan adanya ini penting bagi ibu untuk melakukan pengukuran panggul pada waktu pemeriksaan awal kehamilan yang bertujuan memperkirakan panggul ibu dalam batas normal atau tergolong sempit untuk dilalui janinnya nanti (Sheila, 2021).
- 2) Kasus gawat janin akibat infeksi, contohnya ialah, kasus ketuban pecah dini yang dapat menyebabkan bayi terendam cairan dan mengakibatkan demam tinggi pada bayi. Dapat mengakibatkan eklampsia (keracunan kehamilan), dan bayi ikut terpengaruh. Kondisi seperti ini dinilai gawat oleh dokter dengan denyut jantung bayi lebih cepat dan terdapat lilitan tali pusat pada leher bayi (Antika, 2021).
- 3) Kasus plasenta yang terletak di bawah (plasenta previa). Plasenta melekat pada bagian tengah rahim. Kasus plasenta previa yaitu plasenta yang terletak pada bagian bawah rahim yang mengakibatkan menutupnya liang rahim dan bayi tidak dapat keluar secara normal melalui rahim ibu (Antika, 2021).

- 4) Kasus kelainan letak. Posisi anak dengan letak melintang di dalam kandungan ibu. Sehingga pada kasus ini persalinan normal sudah tidak mungkin dilakukan baik kepala maupun kaki yang terlebih dahulu turun (Prihartini *et al.*, 2022).
 - 5) Kontraksi lemah dan tidak terkoordinasi. Dapat menyebabkan tidak ada kekuatan bagi ibu untuk mendorong bayi keluar dari jalan lahir (*incoordinate uterine –action*) (Sheila, 2021).
 - 6) Ibu dengan preeklamsia, gejala darah tinggi yang muncul selama kehamilan, dengan adanya protein dalam urine, penglihatan ibu menjadi kabur dan bayangan terlihat menjadi ganda. Gejala yang timbul lebih berat pada ibu dengan eklampsia adalah ibu kejang kejang hingga tidak sadarkan diri (Prihartini *et al.*, 2022).
 - 7) Ibu dengan riwayat sebelumnya telah *sectio caesarea* kelahiran selanjutnya harus *sectio caesarea* ditakutkan akan terjadi robekan pada rahim. Namun sekarang terdapat teknik baru pada *sectio caesarea* yaitu sayatan dibagian bawah rahim sehingga potongan otot rahim tidak membujur lagi. Sehingga bahaya rahim robek lebih kecil terjadi dibandingkan teknik *sectio caesarea* terdahulu.
- Persalinan melalui vagina ibu dengan riwayat *sectio caesarea* dapat dilakukan dengan kriteria : persalinan dilakukan di Rumah sakit dengan ibu yang dirawat selama beberapa hari sebelum persalinan (harapan partus), persalinan kala II, dengan gejala

timbul mules yang ditandai dengan kontraksi otot rahim dan tidak boleh berlangsung lama (Sheila, 2021).

3. Indikasi Sosial

Adapun indikasi non medis dalam dilakukannya tindakan *sectio caesarea* yaitu indikasi sosial. Persalinan *sectio caesarea* karena indikasi sosial timbul dengan adanya permintaan pasien walaupun tidak ada masalah maupun kesulitan dalam persalinan normal. Indikasi ini biasanya sudah direncanakan terlebih dahulu untuk dilakukan tindakan seksio sesarea dengan sebutan *sectio caesarea* elektif (Sukasih *et al.*, 2020).

4. Keuntungan

- a. Resiko kegagalan rendah
- b. Tidak terdapat peregangan otot panggul dan vagina dikarenakan tidak melewati masa mengejan.
- c. Proses persalinan relatif singkat, hanya membutuhkan waktu kurang dari satu jam (Supriatna, 2021).

5. Kekurangan

- a. Beberapa hari setelah persalinan caesar timbul rasa sakit nyeri yang hebat dengan skala berbeda pada setiap ibu.
- b. Ibu diharuskan menjalani rawat inap yang lebih lama dibandingkan dengan persalinan normal yang diakibatkan oleh pembedahan.
- c. Jarak kehamilan berikutnya tidak boleh terlalu dekat.

- d. Resiko terjadi infeksi pasca pembedahan timbul.
- e. Frekuensi perdarahan yang lebih tinggi.
- f. Bagi dengan *sectio caesarea* berpeluang lebih tinggi mengalami gangguan pernafasan (*neonatal respiratory distress*).
- g. Efek yang ditimbulkan oleh obat bius dapat membuat bayi cepat mengantuk, sembelit, sulit saat memulai untuk bernafas saat dilahirkan.
- h. Penyuntikan obat bius pada tulang punggung mengakibatkan ibu merasakan rasa pusing yang cukup hebat di kemudian hari dan kesemutan.
- i. Resiko mengakibatkan trauma operasi.
- j. Biaya yang dikeluarkan cukup besar (Supriatna, 2021).

6. Komplikasi

Komplikasi yang mungkin terjadi pada *sectio caesarea* antara lain :

- a. Infeksi purperial (nifas)
 - 1) Ringan, terjadi kenaikan suhu beberapa hari.
 - 2) Sedang, terjadi kenaikan suhu yang tinggi yang disertai dengan dehidrasi dan perut yang sedikit kembung.
 - 3) Berat, dengan peritonitis, sepsis, dan ileusparalitik, infeksi berat sering dijumpai pada partus terlantar, sebelum timbul infeksi nifas (Prahesti & Putriningrum, 2021).

b. Perdarahan

- 1) Terbuka dan terputusnya pembuluh darah
- 2) Atonia uteri
- 3) Perdarahan pada placentar bed

c. Luka kandung kemih, emboli paru dan keluhan kandung kemih bila reperitonealisasi terlalu tinggi

d. Kemungkinan ruptur uteri spontan pada kehamilan mendatang (Prahesti & Putriningrum, 2021).

7. Perawatan Pasca Bedah

Perawatan pasca bedah meliputi :

a. Perawatan luka insisi

Luka insisi dibersihkan dengan alkohol dan larutan betadin dan sebagainya, lalu ditutup dengan kain penutup luka. Secara periodik pembalut luka diganti dan luka dibersihkan.

b. Tempat perawatan pasca bedah

Setelah dilakukan pemulihan di kamar operasi, pasien dipindahkan menuju kamar khusus yang dilengkapi dengan alat pendingin kamar selama beberapa hari. Namun apabila pasca bedah pasien mengalami kegawatan segera pindahkan pasien menuju unit gawat darurat.

c. Pemberian cairan

Pasien pasca operasi dipuaskan selama 24 jam, sehingga pemberian cairan perinfus diharuskan banyak mengandung elektrolit yang diperlukan sesuai kebutuhan tubuh pasien, untuk terhindar dari dehidrasi.

d. Nyeri

Nyeri pasca pembedahan merupakan efek samping yang wajar dirasakan oleh mereka yang menjalani operasi, termasuk bedah *sectio caesarea*. Nyeri dapat disebabkan oleh perlekatan-perlekatan antar jaringan yang diakibatkan oleh pembedahan. Nyeri yang diakibatkan oleh pembedahan tidak memungkinkan dihilangkan sepenuhnya (100%), pasien akan mengalami nyeri atau gangguan terutama bila aktivitas berlebih atau melakukan gerakan yang secara mendadak atau tiba-tiba. Rasa nyeri dirasakan sejak pasien sadar dalam 24 jam pertama pasca pembedahan. Dalam mengurangi rasa nyeri tersebut dapat diberikan obat anti nyeri (analgetik) dan penenang seperti suntikan intramuskuler pethidin dengan dosis 100-150 mg atau morfin sebanyak 10-15 mg atau secara perinfus.

e. Mobilisasi

Mobilisasi bertahap dapat membantu dalam penyembuhan pasien. Mobilisasi pun berguna dalam mencegah terjadinya thrombosis dan emboli. Miring ke kanan dan ke kiri sudah dapat dimulai sejak 6-10 jam pasca pasien sadar. Sedini mungkin dilakukan latihan pernafasan

bagi pasien yang diawali dengan tidur terlentang yang kemudian bertahap menjadi setengah duduk dan selanjutnya belajar duduk selama sehari dan berjalan sendiri tanpa menggunakan bantuan pada hari ketiga hingga kelima pasca pembedahan (Sitopu *et al.*, 2022).

B. Nyeri

1. Definisi Nyeri

Menurut *The International Association for the Study Of Pain* (2018), Nyeri adalah suatu pengalaman seseorang yang meliputi perasaan maupun emosi yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan sebenarnya atau potensial pada suatu jaringan yang dirasakan di area terjadinya kerusakan. Nyeri dapat menimbulkan pengalaman alam rasa dimana perasaan tubuh dan bagian tubuh seseorang menimbulkan respon yang tidak menyenangkan (Treede, 2020).

2. Mekanisme Nyeri

Reaksi fisik, emosi, dan tingkah merupakan campuran reaksi yang disebabkan oleh nyeri. Reseptor nyeri menginduksi serabut saraf perifer aferen adalah serabut A-delta dan serabut C. Myelin yang dimiliki serabut A-delta mampu menyampaikan impuls nyeri secara cepat, sehingga menimbulkan sensasi tajam, yang melokalisasi sumber nyeri serta mendeteksi intensitas nyeri. Serabut C tidak memiliki myelin yang mengakibatkan impuls nyeri menjadi lebih lambat yang berukuran sangat kecil. Ketika mediator-mediator biokimia aktif serabut A-delta dan serabut C akan maju untuk menyampaikan rangsangan dari saraf perifer kepada

respon nyeri seperti potasium dan prostaglandin dibebaskan akibat adanya jaringan yang rusak (Damayantika & Haryanto, 2022).

Transmisi stimulus nyeri berlanjut disepanjang serabut saraf aferen (sensori) dan berakhir di bagian kortus dorsalis medulla spinalis. Neurotransmitter di dalam kornu dorsalis seperti substansi P dilepaskan sehingga menimbulkan suatu transmisi sinapsis dari saraf perifer ke saraf traktus spinothalamus. Impuls atau informasi nyeri selanjutnya disampaikan dengan cepat ke pusat thalamus (Damayantika & Haryanto, 2022).

3. Klasifikasi Nyeri

a. Nyeri kronis

Nyeri yang terjadi lebih dari 6 bulan, tidak diketahui penyebabnya. Nyeri kronis adalah rasa nyeri yang sulit hilang maupun dihilangkan. Sensasi nyeri yang dirasakan pada nyeri kronis berupa difus yang mengakibatkan sulit untuk diidentifikasi penyebabnya secara spesifik (Iskandar & Hanina, 2020).

b. Nyeri akut

Nyeri yang terjadi secara mendadak dan nyeri yang dirasakan kurang dari 6 bulan dengan lokasi nyeri dan intensitas nyeri yang dapat diidentifikasi penyebab maupun sumbernya. Karakteristik yang biasanya ada pada nyeri akut ialah kecemasan yang meningkat, terjadi perubahan frekuensi pernafasan maupun ketegangan otot (Iskandar & Hanina, 2020).

4. Nyeri Post Operasi

Nyeri pasca pembedahan merupakan suatu hal yang fisiologis dirasakan dan keluhkan oleh pasien yang menjalani pembedahan. Sensasi nyeri mulai dirasakan meningkat dengan berkurangnya anestesi dalam tubuh. Nyeri akut adalah nyeri yang dirasakan oleh pasien dengan pasca pembedahan yang diakibatkan oleh luka insisi ataupun luka operasi. (Bahar, 2021).

Luka insisi dapat merangsang mediator kimia nyeri seperti histamin, bradikinin, asetilkolin, dan prostaglandin dimana zat-zat tersebut diduga dapat meningkatkan sensitifitas reseptor terhadap nyeri yang mengakibatkan rasa nyeri dialami oleh pasien dengan pasca pembedahan (Iskandar & Hanina, 2020).

5. Faktor yang Mempengaruhi Nyeri

Penting bagi seorang bidan untuk memahami faktor yang mempengaruhi nyeri yang berguna dalam melakukan asuhan keperawatan, pengkajian dengan pendekatan secara holistic (Rejeki, 2020). Berikut faktor-faktor yang dapat mempengaruhi nyeri :

a. Faktor fisiologis

- 1) Usia, semakin tua usia maka penerimaan terhadap rasa sakit baik
- 2) Kelemahan (*fatigue*), rasa lelah dapat menyebabkan nyeri semakin intens yang mengakibatkan coping penderita menurun

- 3) Keturunan, faktor genetik yang diturunkan dari orang tua kemungkinan dapat menentukan intensitas nyeri maupun toleransi rasa nyeri
- 4) Fungsi neurologis, faktor yang dapat memperparah maupun mengganggu penerimaan dalam sensasi yang normal seperti cedera medula spinalis, neuropatik perifer maupun penyakit saraf yang mempengaruhi kesadaran dan persepsi nyeri. Analgesik, sedatif, anestesi adalah agen farmakologis yang dapat berperan untuk mempengaruhi persepsi maupun respon terhadap nyeri yang membutuhkan tindakan pencegahan

b. Faktor sosial

- 1) Perhatian, saat pasien terfokuskan perhatiannya kepada rasa nyeri maka pasien akan semakin merasakan nyeri sehingga upaya pengalihan distraksi dapat dilakukan oleh perawat dalam upaya untuk meminimalkan rasa nyeri yang dirasakan oleh pasien
- 2) Pengalaman sebelumnya, orang yang sebelumnya pernah mengalami rasa nyeri yang sama yang dirasakan sekarang dan dapat mengendalikan ataupun mengatasi nyerinya lebih mudah mengatasi nyeri yang dirasakan sekarang juga (*Rachmawati et al.*, 2022).

3) Keluarga dan dukungan sosial, kehadiran orang terdekat dan sikap mereka dapat mempengaruhi respon nyeri yang dirasakan pasien.

c. Faktor spiritual

Bidan dapat melakukan konsultasi keagamaan dengan mendatangkan kerohanian sesuai dengan kepercayaan yang dianut oleh pasien tersebut. Dikarenakan nyeri merupakan sebuah pengalaman fisik maupun emosional pasien tersebut sehingga diperlukan pengobatan bagi keduanya (Alam, 2020).

d. Faktor psikologis

- 1) Kecemasan
- 2) Teknik koping

e. Faktor budaya

Arti nyeri tiap individu berbeda, nyeri dapat memberikan kesan tersendiri bagi setiap individu contohnya dapat memberikan kesan ancaman, hukuman yang mempengaruhi cara beradaptasi dari individu tersebut (Iskandar & Hanina, 2020). Suku bangsa, keyakinan pasien maupun nilai budaya yang dianut oleh pasien dapat mempengaruhi individu dalam mengatasi nyeri yang dialaminya (Rejeki, 2020).

6. Skala Nyeri

Numerical Rating Scale (NRS), skala numerik (0-10) yang digunakan untuk mengukur intensitas nyeri fisik maupun distress psikologis. Alat dengan pengukuran ini digunakan oleh perawat untuk mengukur kualitas nyeri yang dialami pasien (Shafshak & Elnemr, 2021). Dianggap sederhana dan mudah dimengerti, sensitif terhadap dosis, jenis kelamin, dan perbedaan etnis. Lebih baik daripada VAS terutama untuk menilai nyeri akut. Namun, kekurangannya adalah keterbatasan pilihan kata untuk menggambarkan rasa nyeri, tidak memungkinkan untuk membedakan tingkat nyeri dengan lebih teliti dan dianggap terdapat jarak yang sama antar kata yang menggambarkan efek analgesik. NRS biasanya dijelaskan kepada pasien secara verbal, namun dapat disajikan secara visual. Ketika disajikan secara visual, NRS dapat ditampilkan dalam orientasi horizontal atau vertikal. Alat ukur skala nyeri NRS telah menunjukkan sensitivitas terhadap pengobatan dalam intensitas nyeri. NRS dapat digunakan untuk penelitian analgesik yang sesuai untuk penilaian nyeri secara klinis. Bukti mendukung validitas dan kemampuan dari alat NRS dapat digunakan pada pasien dewasa dan tua. Dalam penelitian ini penulis melakukan pemeriksaan derajat atau intensitas nyeri dengan menggunakan skala NRS (Iskandar & Hanina, 2020).



Gambar 2.1. *Numerical Rating Scale*

Keterangan :

0 : tidak nyeri

1-3 : mulai terasa dan dapat ditahan, nyeri ringan

4-6 : nyeri sedang yang mengganggu dan memerlukan usaha untuk menahan, nyeri sedang

7-10 : rasa nyeri sangat mengganggu dan tidak dapat ditahan, meringis, menjerit bahkan teriak, nyeri berat.

7. Penatalaksanaan Nyeri

a. Penatalaksanaan Farmakologi

- 1) Analgesik narkotika (*opioid*), yang berfungsi sebagai pereda nyeri yang dapat memberikan efek Euphoria yang disebabkan ikatan dengan reseptor opiat dan mengaktifkan penekan nyeri endogen yang terletak pada susunan saraf pusat.
- 2) Analgesik non narkotika (*non opioid*), yang biasa disebut sebagai *Nonsteroid Anti-Inflammatory Drugs* (NSAIDs) dengan contoh aspirin, asetaminofen dan ibuprofen. Efek samping yang dapat

ditimbulkan dari penggunaan obat jenis ini yaitu gangguan pada sistem pencernaan. Selain mengurangi rasa nyeri obat jenis ini dapat pula memberikan efek anti inflamasi dan antipiretik (Utami & Putri, 2020).

b. Penatalaksanaan Non- Farmakologi

Metode yang digunakan lebih sederhana, murah, praktis dan minim menimbulkan efek yang merugikan bagi pasien dengan terapi non farmakologi ini (Rejeki, 2020). Adapun terapi lain yang dapat digunakan diantaranya. Terapi dingin dan hangat, pemberian aromaterapi, terapi musik, rekreasi dengan menonton televisi, memberikan sentuhan terapeutik serta pemberian terapi teknik relaksasi nafas dalam (Hariati *et al.*, 2021).

C. Aromaterapi

1. Definisi Aromaterapi

Aromaterapi berasal kata aroma yang memiliki arti harum dan wangi, dan *therapy* yang memiliki arti cara pengobatan atau penyembuhan. Sehingga aromaterapi diartikan sebagai: "suatu cara perawatan tubuh dan atau penyembuhan penyakit dengan menggunakan minyak esensial" (*Essential Oil*) (Mutiara, 2021).

Minyak atsiri adalah metode yang digunakan dalam aromaterapi yang berperan dalam meningkatkan kesehatan fisik dan emosi seseorang.

Minyak atsiri merupakan minyak alami yang diambil dari tanaman yang bernama aromatic (Diah *et al.*, 2022).

2. Metode Dalam Aromaterapi

Aromaterapi minyak atsiri masuk kedalam badan dapat melalui tiga cara yaitu : ingesti, inhalasi dan melalui absorpsi kulit.

- a. Ingesti, merupakan metode masuknya minyak atsiri kedalam badan dengan cara ingesti melalui mulut yang kemudian menuju pada saluran pencernaan. Ada berbagai macam metode ingesti diantaranya per os, yaitu memasukan minyak atsiri pada badan melalui mulut. Dengan dosis 3 tetes sehari dengan maksimal penggunaan selama 3 minggu. Adapun yang perlu diwaspadai, ingesti secara berkepanjangan akan menyebabkan keracunan yang disebabkan adanya penumpukan. Oleh karena setelah 3 minggu terapi dihentikan selama beberapa hari yang bertujuan agar hati dapat menetralsir racun (dokosifitas yang menumpuk).
- b. Inhalasi, rute paling cepat dibandingkan dengan yang lain dikarenakan hidung mempunyai kontak langsung dengan otak yang dapat secara langsung menanggulani masalah psikologis seperti stress, dan depresi(Diana, 2022).
- c. Absorpsi melalui kulit, metode yang banyak menggunakan air bahan lotion yang bertujuan untuk meratakan, mengencerkan minyak atsiri dipermukaan kulit, adapun beberapa aplikasi diantaranya :

- 1) Kompres, digunakan dalam menangani luka terbuka, bengkak yang kira-kira dibutuhkan 200 ml dan 5-6 tetes minyak atsiri.
- 2) Gargarisma dan cuci mulut, cara yang baik digunakan oleh pasien yang menjalani operasi amandel, digunakan dengan berkumur 2-3 tetes dalam setengah gelas.
- 3) Semprot/spray, dapat digunakan pada permukaan kulit yang sakit yang tidak boleh untuk disentuh contohnya herpes dan luka bakar. Digunakan 15-20 tetes dalam 50 ml air steril.
- 4) Mandi, berguna untuk antiseptik kulit dan relaksasi dibutuhkan 6-8 tetes minyak atsiri dalam air hangat, sebaiknya berendam 10 menit untuk anak dan 5 menit untuk orang tua.
- 5) Pijat aplikasi optikal dilakukan oleh ahlinya. Digunakan minyak atsiri 15-20 tetes dalam 50 ml minyak pembawa atau lotion (Diningrat *et al.*, 2021).

3. Kelebihan dan Keunggulan Aromaterapi

Aromaterapi masuk ke dalam metode pengobatan kuno sederhana yang berlangsung secara turun temurun yang masih bertahan memikat ketertarikan masyarakat hingga kini. Adapun Kelebihan yang dimiliki oleh aromaterapi Menurut Diana (2022) diantaranya :

- a. Biaya yang digunakan relatif murah.
- b. Dapat dilakukan diberbagai tempat dan keadaan.

- c. Tidak mengganggu aktivitas.
- d. Rasa senang dapat timbul dengan aromaterapi.
- e. Praktis dan efisien dalam pemakaiannya.
- f. Efek zat yang ditimbulkan aromaterapi aman bagi tubuh.
- g. Dapat bersaing dengan metode lain dan khasiatnya terbukti cukup manjur.

4. Manfaat Aromaterapi

Berdasarkan pengalaman empiris pada masa lampau, aromaterapi memiliki banyak khasiat dan manfaat. Adapun manfaat yang dapat diberikan oleh aromaterapi menurut Diana (2022) diantaranya :

- a. Aromaterapi merupakan bagian utama dari parfum keluarga, yaitu memberikan sentuhan keharuman dan suasana wewangian yang menyenangkan ketika berada di dalam rumah maupun saat berpergian keluar rumah.
- b. Digunakan sebagai pelengkap kosmetik diantaranya *body lotion*, *body scrub*, *body mask*, *massage oil*, *herbal bath*, sehingga dapat menjadikan kulit lebih halus, bersih, segar dan tampak keluar aura kecantikannya.
- c. Salah satu metode perawatan yang efisien dan tepat dalam menjaga tubuh agar tetap sehat.

- d. Banyak dimanfaatkan dalam pengobatan, utamanya dalam membantu penyembuhan berbagai penyakit, yang lebih ditujukan sebagai terapi pendukung (*support therapy*).
- e. Dapat membantu kelancaran fungsi sistem tubuh (*Improving body functions*), antara lain, dengan cara mengembalikan keseimbangan bioenergi tubuh.
- f. Membantu dalam meningkatkan stamina dan gairah seseorang, yang sebelumnya kurang memiliki gairah dan semangat hidup.
- g. Dapat menumbuhkan perasaan yang tenang pada jasmani, pikiran dan rohani (*Shoothing the physical, mind and spiritual*), yang dapat menciptakan suasana yang damai, serta menjauhkan perasaan dari rasa cemas dan gelisah.

5. Tahapan Pemberian Aromaterapi

a. Persiapan Pasien

- 1) *Inform consent* dengan ibu dan keluarga tentang pelaksanaan pemberian aromaterapi.
- 2) Ruang tidak pengap dan mempunyai sirkulasi udara yang baik.
- 3) Ruang bersih
- 4) Memposisikan ibu senyaman mungkin

b. Waktu

Dilakukan ketika ibu merasakan sakit.

c. Persiapan Alat

- 1) Minyak esensial aromaterapi lavender
- 2) Pipet

d. Cara Kerja

- 1) Teteskan tiga hingga 5 tetes minyak esensial aromaterapi lavender ke kapas/ tissue
- 2) Dekatkan aromaterapi simpan kira-kira 10-20 atau tepat di daerah dada sehingga minyak atsiri atau minyak aromaterapi menguap akibat panas badan dan terhirup oleh pasien.
- 3) Bidan memberikan instruksi kepada pasien untuk rileks dan menghirup aromaterapi
- 4) Anjurkan pasien untuk tarik nafas dari hidung dengan lembut dan dalam, lalu hirup aromaterapi secara perlahan.
- 5) Keluarkan nafas secara perlahan melalui mulut dengan hembusan yang lembut.
- 6) Lakukan secara berulang hingga 10 menit

Sumber : modifikasi dari Andriani, (2022) dan Ristiani, (2022).

6. Cara Kerja Aromaterapi

Aroma yang berupa zat-zat minyak esensial yang berupa tetes-tetes uap halus atau dalam bentuk lainnya akan membasahi saluran pernafasan, yaitu dengan cara membasahi sebagian selaput lendir pada hidung, faring, laring, trakea, bronkus, bronkioli, dan alveoli (Diningrat et al., 2021).

Hidung sendiri bukanlah suatu organ untuk membau, melainkan hanya memodifikasi suhu dan kelembaban udara yang masuk serta mengumpulkan benda asing yang ikut terhisap. Saraf otak (*cranial*) pertama bertanggung jawab terhadap penciuman atau indra pembau dimana berfungsi sebagai penyampai pesan pada sel-sel reseptor. Ketika molekul menempel di rambut-rambut tersebut sehingga satu persen elektromia akan ditransmisikan melalui bola dan saluran olfactorius ke dalam sistem limbik. Hipotalamus berperan dalam menyampaikan reseptor ke bagian otak serta bagian badan lain. Apabila seseorang menghirup uap (*vapour*), molekul-molekul uap akan melakukan perjalanan ke arah paru-paru. Sesampainya diparu-paru, bila molekul-molekul itu mempunyai aktivitas menghilangkan kesukaran dalam bernafas, maka dia akan melakukan tugasnya. Endotelium hidung itu tipis, berada dekat dengan otak. Ketika molekul minyak atsiri terhirup, uap akan segera berefek pada saraf yang berada disekitarnya, termasuk ke otak. Dalam perjalanan uap menuju paru-paru, molekul akan diabsorpsi oleh lapisan membran mukosa dari nafas dan bronkhi serta bronkioli. Ketika sampai pada alveoli terjadi pertukaran gas lalu molekul ditransfer melalui sirkulasi darah menuju

paru-paru. Jika minyak atsiri dihisap dengan tarikan nafas dalam, dapat menyebabkan reseptor akan berubah menjadi pelepasan senyawa elektromia yang menyebabkan euphoria, relaks dan sedatif. Sistem limpatik digunakan dalam ekspresi emosi (Andriani, 2022).

D. Aromaterapi Lavender

1. Bunga Lavender

Bunga lavender memiliki 25-30 spesies, beberapa diantaranya adalah *lavandula angustifolia*, *lavandula lattifolia*, *lavandula stoechas* (Fam. Lamiaceac). Asal tumbuhan ini adalah dari wilayah selatan Laut Tengah sampai Afrika tropis dan ke timur sampai India. Lavender juga menyebar di Kepulauan Kanari, Afrika Utara dan Timur, Eropa Selatan dan Mediterania, Arabia, dan India (Kobesi & Windayanti, 2022).

Nama Lavender berasal dari bahasa Latin “*lavera*” yang berarti menyegarkan dan orang-orang Roma telah memakainya sebagai parfum dan minyak mandi sejak zaman dahulu. Manfaat bunga lavender adalah dapat dijadikan minyak esensial yang sering dipakai sebagai aromaterapi karena dapat memberikan manfaat relaksasi dan memiliki efek sedasi yang sangat membantu pada orang yang mengalami insomnia (Ristiani, 2022).

2. Zat yang Terkandung dalam Minyak Lavender

Minyak Lavender memiliki banyak potensi karena terdiri atas beberapa kandungan. Menurut penelitian, dalam 100 gram bunga lavender tersusun atas beberapa kandungan, seperti: minyak esensial (1-3%), *alpha-*

pinene (0,22%), *camphene* (0,06%), *beta-myrcene* (5,33%), *p cymene* (0,3%), *limonene* (1,06%), *cineol* (0,51%), *linalool* (26,12%), *borneol* (1,21%), *terpinen-4-ol* (4,64%), *linalyl acetate* (26,32%) , *geranyl acetate* (2,14%), dan *caryophyllene* (7,55%). Berdasarkan data diatas, dapat disimpulkan bahwa kandungan utama dari bunga lavender adalah *linalyl asetat* dan *linalool* (C₁₀H₁₈O).(Ristiani, 2022).

Diteliti efek dari tiap kandungan bunga lavender untuk mencari tahu zat mana yang memiliki efek *anti-anxiety* (efek anti cemas/relaksasi) menggunakan *Geller conflict test* dan *Vogel conflict test*. *Linalool*, yang juga merupakan kandungan utama lavender, memberikan hasil yang signifikan pada kedua tes. Dapat dikatakan *linalool* adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) pada lavender (Diningrat *et al.*, 2021).

3. Manfaat Aromaterapi Lavender

Lavender secara tradisional diduga memiliki berbagai sifat terapeutik dan kuratif, mulai dari mengurangi stress. Ada bukti yang berkembang yang menunjukkan bahwa minyak lavender bisa menjadi obat yang efektif dalam pengobatan beberapa gangguan neurologis. Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek *sedatif*, *hypnotic*, dan *anti-neurodepressive* pada manusia. Karena minyak lavender dapat memberi rasa tenang, sehingga dapat digunakan sebagai manajemen stres. Kandungan utama dalam minyak lavender adalah *linalool asetat* yang mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja

urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang (Saud, 2022). Selain itu, beberapa tetes minyak lavender dapat membantu menanggulangi insomnia, memperbaiki mood seseorang, menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan tingkat kewaspadaan, dan tentunya dapat memberikan efek relaksasi (Andriani, 2022).

Lavender merupakan salah satu jenis aromaterapi. Aromaterapi lavender menurut Faizah, (2021) merupakan salah satu minyak esensial analgesik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton. Monoterpena merupakan jenis senyawa terpena yang paling sering ditemukan dalam minyak atsiri tanaman. Pada aplikasi medis monoterpena digunakan sebagai sedatif. Minyak lavender juga mengandung 30-50% linalil asetat. Linalil asetat merupakan 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. Wangi yang dihasilkan aromaterapi lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami. Enkefalin merupakan neuromodulator yang berfungsi untuk menghambat nyeri fisiologi (Faizah, 2021).

4. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri

Persalinan dengan metode *sectio caesarea* merupakan persalinan dengan cara operasi pada perut ibu sehingga akan menyebabkan nyeri pada saat post

operasi terutama saat hari pertama post operasi karena efek dari obat bius sudah tidak ada kemudian ibu harus bisa mobilisasi seperti miring kanan, miring kiri, duduk dan berjalan secara perlahan untuk memberikan ASI kepada bayinya. Rasa nyeri yang dirasakan kemudian respon ibu yang kurang bisa beradaptasi dengan rasa nyeri akan membuat ibu enggan untuk melakukan mobilisasi sehingga berbagai pengembangan strategi dilakukan untuk membuat rasa nyeri yang dirasakan berkurang, salah satunya dengan aromaterapi lavender. Lavender memiliki khasiat yang mana bisa merelaksasikan ketegangan otot akibat nyeri.

Penelitian Prasetiyo & Susilo, (2020) yang berjudul Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Luka Ibu *Post Sectio Caesarea* Di Rst Dr Soepraoen Kesdam V/Brawijaya Malang menyebutkan bahwa kandungan lavender oil yang utama linalyl acetate dan linalool dapat menurunkan, mengendorkan, dan melemaskan ketegangan. Apabila minyak aromaterapi masuk pada rongga hidung melalui penghirupan langsung akan bekerja lebih cepat karena molekul- molekul minyak esensial mudah menguap oleh hipotalamus karena aroma tersebut diolah dan dikonversikan oleh tubuh menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi neurokimia berupa zat endorfin dan serotonin sehingga berpengaruh langsung pada organ penciuman dan dioperasikan oleh otak untuk memberikan reaksi yang membuat perubahan fisiologis pada tubuh, jiwa, pikiran, dan menghasilkan efek menenangkan pada tubuh (Prasetiyo & Susilo, 2020).

Penelitian Darmawan et al., (2022) yang berjudul Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RS

Lira Medika Karawang-Jawa Barat menyebutkan bahwa aromaterapi lavender yang diberikan pada ibu yang akan bersalin sangat berpengaruh, dengan diberikannya aromaterapi rasa cemas dan nyeri yang dialami ibu selama proses persalinan akan turun. Ini dikarenakan kandungan minyak lavender yang mengandung *linalool acetate* yang mempunyai efektivitas untuk membuat ibu bersalin relaksasi. Dimana *linalool* ini mempunyai kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) pada lavender. Selama proses penelitian berlangsung ibu yang sebelumnya belum diberikan aromaterapi rata – rata mengalami nyeri berat terkontrol untuk kelompok intervensi dengan presentasi 73,3% sedangkan setelah diberikan aromaterapi mengalami nyeri sedang dengan presentasi 80%. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan aromaterapi lavender sebagian besar mengalami perubahan nyeri (Darmawan *et al.*, 2022).

Penelitian Dinda Puspita (2020) yang berjudul Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri *Post Partum Sectio Caesarea* Di Rsud Panembahan Senopati Bantul menyebutkan bahwa tingkat nyeri ibu *postpartum sectio caesarea* sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender sebagian besar dalam kategori nyeri sedang dengan rentang nyeri 4-6 sebanyak 12 responden (54.5%), Sedangkan tingkat nyeri ibu *postpartum sectio caesarea* setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender sebagian besar dalam kategori nyeri ringan dengan rentang nyeri 1-3 sebanyak 16 responden (72.7%), yang artinya da pengaruh aromaterapi lavender dalam menurunkan nyeri pada ibu *postpartum sectio caesarea* di Ruang Alamanda 3 RSUD Panembahan Senopati Bantul(Puspita & Yati, 2020).

Aromaterapi lavender memiliki kandungan utama yaitu linalool. Linalool memiliki efek dapat meningkatkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu kita untuk merasa rileks dan menghambat sistem prostanooid yang terlibat dalam produksi PGE2. Bau berpengaruh terhadap otak untuk membedakan lebih dari 100.000 bau yang berbeda. Bau-bauan tersebut mempengaruhi bagian otak yang berkaitan dengan *mood* (suasana hati) dan emosi.

