

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Persalinan *Sectio Caesarea*

1. Definisi Persalinan *Sectio Caesarea*

Sectio Caesarea adalah persalinan janin melalui sayatan perut terbuka (*laparotomi*) dan sayatan di rahim (*histerotomi*). Sesar pertama yang didokumentasikan terjadi pada 1020 M, dan sejak itu prosedurnya telah berkembang pesat. (Ulfa, 2021).

Sectio caesarea suatu pembedahan guna melahirkan janin lewat insisi pada dinding abdomen dan uterus persalinan buatan. Sehingga *janin* di lahirkan melalui perut dan dinding perut dan dinding rahim agar anak lahir dengan keadaan utuh dan sehat. *Sectio caesarea* adalah suatu persalinan buatan, dimana janin dilahirkan melalui suatu insisi pada dinding perut dan dinding rahim dengan syarat rahim dalam keadaan utuh serta berat *janin* diatas 500 gram (Sari, 2018).

2. Jenis-jenis *Sectio Caesarea*

- a. *Sectio caesarea klasik (corporal)* dengan sayatan memanjang pada *korpus uteri* kira-kira sepanjang 10 cm
- b. *Sectio caesarea ismika (profunda)* dengan sayatan melintang *konkaf* pada *segmen bawah rahim* sepanjang kira-kira 10 cm

c. *Sectio caesarea transperitonealis* yang terdiri dari *sectio ekstra peritonealis*, yaitu tanpa membuka *peritoneum parietalis* dengan demikian tidak membuka *kavum abdominal*

3. Indikasi Persalinan *Sectio Caesarea*

Ada berbagai alasan mengapa *janin* tidak bisa, atau tidak boleh dilahirkan melalui *vagina*. Beberapa dari indikasi ini dianggap tidak fleksibel karena persalinan *pervaginam* akan berbahaya dalam kasus klinis tertentu. Misalnya, kelahiran *sectio caesarea* sering kali merupakan tatalaksana yang direkomendasikan jika pasien pernah mengalami bekas luka sesar klasik atau sebelumnya terdapat riwayat *ruptur uteri*. Namun, karena potensi komplikasi persalinan *section caesarea* banyak penelitian telah dilakukan untuk mencari cara untuk mengurangi angka operasi sesar (Gerald, 2020).

a. Indikasi Ibu untuk Operasi *Caesar* yakni sebagai berikut :

- 1) Persalinan sesar sebelumnya
- 2) Permintaan ibu
- 3) Deformitas panggul atau *disproporsi sefalopelvis*
- 4) *Trauma perineum* sebelumnya
- 5) Faktor hambatan jalan lahir
- 6) *Herpes simpleks* atau infeksi HIV
- 7) Penyakit jantung atau paru
- 8) Kelainan kontraksi rahim
- 9) Ketuban pecah dini

b. Indikasi Janin untuk operasi caesar yakni sebagai berikut :

- 1) Ancaman gawat janin (*fetal distress*)
- 2) Bayi besar (*makrosomia*)
- 3) Letak sungsang
- 4) Letak lintang
- 5) *Plasenta previa*
- 6) *Solusio plasenta*
- 7) *Plasenta Acreta*
- 8) Prolapsus tali pusat
- 9) Terlilit tali pusat

Namun tidak menutup kemungkinan akan indikasi non medis yang didapatkan dalam persalinan *Sectio caesarea*. Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan, didapatkan beberapa faktor non medis, seperti ; *induksi* permintaan sisi penawaran, masalah keputusan yang berkaitan dengan kenyamanan professional dan optimalisasi waktu dan kecenderungan untuk *sectio caesarea* di rumah sakit swasta dibandingkan rumah sakit umum. Diartikulasikan oleh 4 faktor seperti :

- a. Penilaian diri dan pengaturan diri dalam praktik medis
- b. Penggunaan teknologi yang bertanggung jawab
- c. Faktor keuangan
- d. Adanya faktor ketakutan akan tindakan / peralatan medis

4. Kontraindikasi Tindakan *Sectio Caesarea*

Menurut Ulfa, (2021) tidak ada kontraindikasi tegas yang digunakan

dalam praktek sehari-hari terhadap persalinan *sectio caesarea*, namun tindakan ini jarang dilakukan bila terjadi keadaan seperti:

- a. Kematian janin.
- b. Janin terlalu premature untuk bertahan hidup.
- c. Terdapat infeksi pada dinding abdomen.
- d. Anemia derajat berat yang belum ditangani.
- e. Kelainan kongenital.
- f. Tidak ada/kurangnya sarana atau fasilitas atau kemampuan yang ada untuk melakukan persalinan *sectio caesarea*.

5. Komplikasi Tindakan *Sectio Caesarea*

Menurut Ulfa, (2021) komplikasi-komplikasi serius yang mungkin terjadi setelah operasi *sectio caesarea* adalah perdarahan karena *atonia uteri*, pelebaran *insisi uterus*, kesulitan mengeluarkan *plasenta*, dan *hematoma ligamen latum*. Infeksi juga dapat terjadi seperti pada *traktus genitalia*, *traktus urinaria*, paru-paru, dan pada *traktus respiratorius* atas. Komplikasi lain yang bersifat ringan juga dapat terjadi seperti kenaikan suhu tubuh selama beberapa hari selama masa nifas.

6. Risiko Tindakan *Sectio Caesarea*

Terdapat beberapa risiko akibat *sectio caesarea* menurut Simkin dalam kutipan (Ulfa, 2021) diantaranya:

- a. Masalah yang diakibatkan oleh obat bius yang digunakan dalam pembedahan dan obat penghilang nyeri yang diberikan setelah pembedahan.

Peningkatan kejadian infeksi dan kebutuhan terhadap antibiotik.

- b. Perdarahan pada persalinan *sectio caesarea* terjadi lebih berat sehingga dapat mengakibatkan anemia bahkan sampai memerlukan transfusi darah.
- c. Rawat inap pasien dengan persalinan *sectio caesarea* cenderung lebih lama sehingga biaya perawatan rumah sakit juga meningkat.
- d. Nyeri setelah tindakan bedah yang berlangsung lebih lama menyebabkan pasien tidak dapat beraktivitas dengan maksimal dalam waktu yang lebih lama juga.
- e. Kemungkinan terjadinya risiko akibat masalah pada jaringan parut atau perlekatan di dalam perut.
- f. Kemungkinan terjadinya cedera pada organ-organ dalam seperti usus besar atau kandung kemih.
- g. Risiko dilakukannya persalinan *sectio caesarea* pada kehamilan berikutnya.

B. Nyeri

1. Definisi nyeri

Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan tidak menyenangkan bersifat sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda dari setiap orang dalam hal skala atau tingkatnya, dan hanya orang tersebutlah yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya (Ulfa, 2021). Nyeri adalah sensasi yang tidak nyaman yang dimanifestasikan sebagai

penderitaan yang diakibatkan oleh persepsi jiwa yang nyata, ancaman dan fantasi luka (Carolin et al., 2022). Nyeri adalah sensasi yang sangat tidak menyenangkan dan sangat individual yang tidak dapat dibagi dengan orang lain, Nyeri bersifat universal, berbeda persepsi dan bersifat individual (Tirtawati et al., 2020).

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli mengenai definisi nyeri, maka penulis dapat merangkum definisi nyeri tersebut sebagai suatu mekanisme fisiologis tubuh yang menandakan ada sesuatu yang terjadi pada tubuh yang mengakibatkan ketidaknyamanan.

2. Jenis-jenis nyeri

Menurut (Bulan, 2020) jenis-jenis nyeri adalah berikut ini :

a. Nyeri *somatis* superfisial (kulit)

Nyeri ini berasal dari struktur kulit dan jaringan subkutis. Apabila yang terlibat hanya kulit, nyeri terasa seperti penyengat atau tajam tetapi bila pembuluh darah ikut berperan nyeri akan terasa berdenyut.

b. Nyeri *somatis* dalam

Nyeri ini berasal dari otot, *tendon*, *ligamen*, tulang, sendi dan *arteri*, karena memiliki *reseptor* nyeri sehingga lokasi cenderung menyebar.

c. Nyeri *visera*

Nyeri ini berasal dari organ tubuh, mekanisme utama yang menyebabkan nyeri ini adalah peregangan atau *distensi abnormal*

organ atau *iskemia*

d. Nyeri alih

Nyeri ini dirasakan pada salah satu daerah tubuh, tetapi dirasakan terletak didaerah lain.

e. Nyeri *neuropati*

Sistem saraf secara normal menyalurkan rangsangan yang merugikan dari sistem saraf pusat ke sistem saraf tepi yang menimbulkan perasaan nyeri. Nyeri *neuropati* biasanya memiliki sensasi rasa terbakar.

3. Bentuk nyeri

Rasa nyeri akan dirasakan oleh seseorang dalam beberapa bentuk. Terdapat dua bentuk sindrom nyeri yaitu Nyeri *Akut* dan Nyeri *kronis*.

a. Nyeri *akut* (Nyeri *Nosiseftif*)

Sering juga disebut nyeri *nosiseftif* adalah nyeri yang berlangsung bersamaan dengan masih adanya kerusakan jaringan (Muttaqin, 2008). Nyeri *akut* adalah nyeri yang berlangsung secara singkat misal: Nyeri yang diakibatkan oleh pembedahan *abdomen*, rasa nyeri ini tidak melebihi enam bulan. Serangan mendadak dari sebab yang sudah diketahui dan daerah yang nyeri biasanya dapat diketahui. Nyeri *akut* biasanya ditandai dengan peningkatan tegangan otot, cemas yang keduanya meningkatkan persepsi nyeri.

b. Nyeri *kronis*

Nyeri yang berlangsung lebih dari enam bulan biasanya diklasifikasikan sebagai nyeri *kronis*, baik sumber nyeri itu diketahui atau tidak, atau nyeri itu tidak bisa disembuhkan, penginderaan nyeri menjadi lebih dalam sehingga sukar bagi penderita untuk menunjukkan lokasinya (Muttaqin, 2008).

4. Faktor yang mempengaruhi nyeri

Beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri antara lain :

a. Usia

Perbedaan usia dalam berespon terhadap nyeri. Anak kecil memiliki kesulitan untuk memahami dan mengekspresikan nyeri. Pada lansia mereka lebih untuk melapor nyeri karena: persepsi nyeri yang harus mereka terima, menyangkal merasakan nyeri karena takut akan konsekuensi atau tindakan medis yang dilakukan dan takut akan penyakit dari rasa nyeri itu.

b. Jenis kelamin

Seorang lelaki harus lebih berani sehingga tertanamkan yang menyebabkan mereka lebih tahan terhadap nyeri dibanding wanita.

c. Kebudayaan

Beberapa kebudayaan meyakini bahwa memperlihatkan nyeri adalah sesuatu yang wajar namun ada kebudayaan yang mengajarkan untuk menutup perilaku untuk tidak memperlihatkan nyeri.

d. Makna nyeri

Makna nyeri mempengaruhi pengalaman nyeri dan adaptasi terhadap nyeri.

e. Perhatian

Seseorang yang mampu mengalihkan perhatian, sensasi nyeri akan berkurang. Karena upaya pengalihan dihubungkan dengan respon nyeri yang menurun.

f. *Ansietas*

Ansietas sering meningkatkan persepsi nyeri dan nyeri dapat menimbulkan *ansietas*.

g. Kelelahan

Kelelahan meningkatkan persepsi nyeri yang menurunkan kemampuan.

h. Pengalaman sebelumnya

Seseorang dengan pengalaman nyeri akan lebih terbentuk koping yang baik dibanding orang yang pertama kali terkena nyeri.

i. Gaya koping

Klien sering menemukan cara mengembangkan koping terhadap efek fisiologis. Gaya koping ini berhubungan dengan pengalaman nyeri.

j. Dukungan keluarga dan sosial

Kehadiran keluarga atau orang yang dicintai akan meminimalkan persepsi nyeri.

5. Pengkajian nyeri

Komponen pengkajian nyeri menurut (Bulan, 2020), antara lain:

a. Lokasi

Nyeri *superficial* biasanya dapat secara akurat ditunjukkan oleh klien. Sedangkan nyeri yang timbul dari bagian dalam lebih dirasakan secara umum. Nyeri dapat pula dijelaskan menjadi 4 kategori yang berhubungan dengan lokasi :

- 1) Nyeri terlokalisir: nyeri jelas terlihat pada area asalnya.
- 2) Nyeri terproyeksi: nyeri sepanjang saraf atau serabut saraf *spesifik*.
- 3) Nyeri radiasi: penyebaran nyeri sepanjang area asal yang tidak dapat dilokalisir.
- 4) Referred pain (nyeri alih): nyeri dipersepsikan pada area yang jauh dari area terangsang nyeri.

b. Intensitas

Beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri :

- 1) Distraksi atau konsentrasi dari klien pada suatu kejadian.
- 2) Status kesadaran klien.
- 3) Harapan klien : nyeri dapat berupa (ringan, sedang, berat atau tak tertahankan). Perubahan intensitas nyeri dapat menandakan adanya perubahan kondisi patologis klien.
- 4) Waktu dan lama (*time & duration*).

Perawat perlu mengetahui atau mencatat kapan nyeri mulai

timbul, berapa lama, bagaimana timbulnya dan juga interval tanpa nyeri dan nyeri terakhir timbul.

c. Kualitas

Mengkomunikasikan kualitas dari nyeri. Anjurkan pasien menggunakan bahasa yang dia ketahui; nyeri kepala mungkin dikatakan “ada yang membentur kepalanya”, nyeri abdominal dikatakan “seperti teriris pisau”. Perilaku non verbal yang dapat kita amati antara lain: ekspresi wajah, gemeretak gigi, menggigit bibir bawah dll.

d. Faktor *presipitasi*

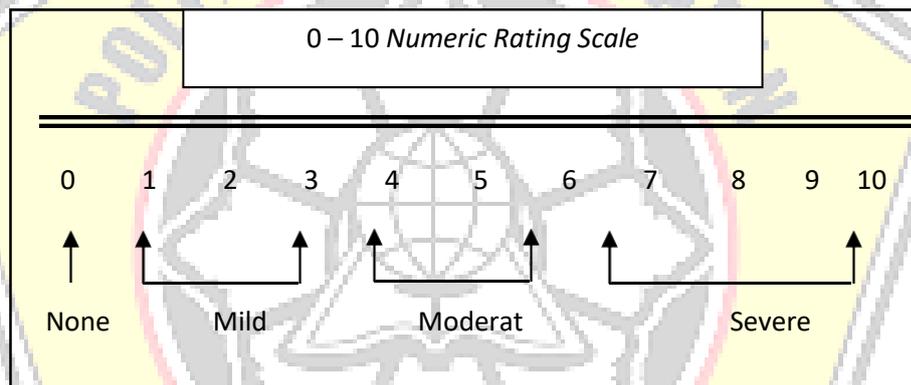
Beberapa faktor *presipitasi* yang akan meningkatkan nyeri : lingkungan, suhu ekstrim, kegiatan yang tiba-tiba, *stressor fisik* dan emosi.

6. Skala dan Intensitas Nyeri

Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri dirasakan oleh individu dan pengukuran intensitas nyeri sangat subjektif dan individual dan kemungkinan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda oleh dua orang yang berbeda (Tamsuri, 2007). Penilaian nyeri merupakan hal yang penting untuk mengetahui intensitas dan menentukan terapi yang efektif. Intensitas nyeri sebaiknya harus dinilai sedini mungkin dan sangat diperlukan komunikasi yang baik dengan pasien. Penilaian intensitas nyeri dapat diukur menggunakan berbagai cara yaitu :

a. Skala intensitas nyeri numeric

Numerik Rating Scale (NRS) adalah alat ukur tingkat nyeri dimana cara penilaian dengan meminta pasien untuk menilai rasa nyeri yang dirasakan sesuai dengan level/tingkatan rasa nyerinya. Pada metode ini intensitas nyeri akan ditanyakan kepada pasien, kemudian pasien diminta untuk menunjuk angka sesuai dengan derajat/tingkat nyeri yang dirasakan. Derajat nyeri diukur dengan skala 0-10 (Loretz, 2005).



Gambar 2,1

Skala Nyeri Numeric Skala Intensitas Nyeri dengan Numeric Rating Scale
(Murray & McKinney, 2017).

Penggunaan skala nyeri tertulis untuk mengukur nyeri tidak mungkin dilakukan jika klien mengalami sakit serius atau nyeri hebat atau baru saja mengalami pembedahan. Untuk melakukan pengkajian, misalnya menggunakan skala intensitas nyeri numeric 0-10, klien dapat ditanya: “pada skala nyeri nol sampai sepuluh, nol berarti tidak

nyeri dan sepuluh adalah nyeri paling hebat yang pernah terjadi, seberapa berat nyeri yang anda rasakan saat ini?”. Hasil yang diharapkan dari pasien menyatakan kenyamanan menjadi baik, perilaku atau gejala-gejala yang berhubungan dengan nyeri berkurang atau hilang.

7. Nyeri *Post Sectio Caesarea*

Nyeri yang dirasakan ibu *pasca sectio caesarea* berasal dari luka yang terdapat dari perut (Kasdu, 2013). *Toxonomi Committe of The International Association* mendefinisikan nyeri *post* operasi sebagai *sensori* yang tidak menyenangkan dan pengalaman emosi yang berhubungan dengan kerusakan jaringan potensial nyata atau menggambarkan terminologi suatu kerusakan.

Nyeri *post* operasi akan meningkatkan stres *post* operasi dan memiliki pengaruh negatif pada penyembuhan nyeri. Kontrol nyeri sangat penting sesudah pembedahan, nyeri yang dibebaskan dapat mengurangi kecemasan, bernafas lebih mudah dan dalam, dapat mentoleransi mobilisasi yang cepat. Pengkajian nyeri dan kesesuaian analgesik harus digunakan untuk memastikan bahwa nyeri pasien *post* operasi dapat dibebaskan (Potter dan Perry, 2016).

Intensitas nyeri pasien *pasca* operasi *sectio caesarea* mengalami nyeri disekitar luka operasi, tindakan pembedahan berarti jaringan syaraf dan otot yang terputus cukup banyak serta proses involusi, dimana pada kehamilan kedua dan ketiga proses involusi keluhan mulas seperti kram

perut ini akan sedikit lebih terasa karena kondisi rahim semakin kendur akibat peregangan pada kehamilan sebelumnya, sehingga menambah intensitas nyeri pasien pasca operasi SC berulang. Masalah lain yang timbul adalah potensi penurunan kekuatan otot - otot perut karena adanya sayatan pada dinding perut, adanya penurunan kekuatan otot dasar panggul karena selama kehamilan otot-otot dasar panggul teregang seiring dengan membesarnya janin dalam uterus. (Basuki, 2015)

Salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas, intensitas dan lamanya nyeri pasca operasi adalah pengalaman pembedahan sebelumnya, bila pembedahan ditempat yang sama rasa nyeri tidak seberat nyeri pembedahan sebelumnya.

Ibu *post partum* dengan *sectio caesarea* tentunya akan mengalami ketidaknyamanan, terutama luka *insisi* pada dinding *abdomen* akan menimbulkan rasa nyeri. Keadaan tersebut menyebabkan ibu akan mengalami kesulitan untuk menyusui karena kalau ibu bergerak atau merubah posisi maka nyeri yang dirasakan akan bertambah berat. Rasa sakit yang dirasakan oleh ibu akan menghambat produksi *oksitosin* sehingga akan mempengaruhi produksi ASI (Suradi & Roesli, 2015).

C. Aromaterapi

1. Definisi Aromaterapi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) arti kata aromaterapi adalah terapi atau pengobatan yang dilakukan dengan menggunakan wewangian, seperti bunga, akar-akaran, daun-daunan.

Balqis (2018) menyebutkan kata aromaterapi berarti terapi dengan memakai minyak esensial yang ekstrak dan unsur kimianya diambil dengan utuh.

Aromaterapi berasal dari kata aroma yang berarti harum dan wangi, dan terapi yang dapat diartikan sebagai cara pengobatan ataupun penyembuhan. Sehingga aromaterapi dapat diartikan sebagai : “ suatu cara perawatan tubuh dan atau penyembuhan penyakit dengan menggunakan minyak esensial (Wulansari, 2017).

Aromaterapi adalah salah satu bagian dari pengobatan alternatif yang menggunakan bahan cairan tanaman yang mudah menguap dikenal sebagai minyak *esensial* dan senyawa aromatik lainnya yang dapat mempengaruhi jiwa, emosi dan kesehatan seseorang (Nurghiwiati, 2015).

Aromaterapi merupakan metode penyembuhan dengan menggunakan minyak *esensial* yang sangat pekat yang sering kali sangat wangi dan diambil dari sari-sari tanaman. Unsur-unsur pokok minyak memberikan aroma atau bau sangat khas yang diperoleh dari suatu tanaman tertentu. Setiap bagian tanaman batang, daun, bunga, buah, biji, akar atau kulit kayu bisa menghasilkan minyak esensial atau saripati tetapi sering kali hanya dalam jumlah yang sangat sedikit. Bagian-bagian yang berbeda dari tanaman yang sama mungkin menghasilkan minyak dalam bentuk tersendiri (Dinda Puspita, 2020).

Aromaterapi berpengaruh langsung terhadap otak manusia, seperti

hanya narkotika. Hidung memiliki kemampuan untuk membedakan lebih dari 100.000 aroma yang berbeda yang mempengaruhi bagian otak yang berkaitan dengan emosi, mood dan ingatan. Misalnya, dengan cara menghirup aroma lavender maka akan meningkatkan gelombang-gelombang alfa dalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks (Sari, 2021).

2. Manfaat Aromaterapi

Aromaterapi sangat efektif untuk mempengaruhi emosi seseorang dan meredakan gejala penyakit. Penggunaan minyak esensial diyakini oleh para ahli terapi dapat mencegah berkembangnya beberapa penyakit. Berbagai kondisi yang dapat diredakan dengan aromaterapi antara lain gigitan dan sengatan serangga, sakit kepala, tekanan darah tinggi, sakit demam, peredaran darah tidak lancar dapat disembuhkan dengan aromaterapi (Sari, 2021).

3. Jenis-jenis aromaterapi

Jenis jenis aromaterapi menurut Nurgiwati (2015) yaitu :

a. *Jasmine*

Sebagai pembangkit gairah cinta, baik untuk kesuburan wanita, anti depresi, sakit saat menstruasi dan pegal linu.

b. *Lemon*

Sebagai pembersih dan tonik, penurun panas, meningkatkan sistem imun pada kondisi tubuh yang demam, menurunkan kemerahan.

c. Kenanga

Untuk menurunkan kemarahan, cemas, mengurangi depresi, insomnia, gejala stres, anti jamur, pada kulit tonik rambut.

d. *Tea tree*

Untuk sariawan karena jamur, melindungi kulit dari bakar selama terapi kanker, saluran reproduksi.

e. Lavender

Dapat menurunkan kecemasan, nyeri sendi, tekanan darah tinggi, dan mengatasi gangguan tidur, stress.

4. Bentuk- Bentuk Aromaterapi

Menurut Wulansari (2017) bentuk-bentuk aromaterapi terbagi menjadi 4 yaitu:

a. Minyak *esensial* aromaterapi

Berbentuk cairan atau minyak. Penggunaannya bermacam - macam, pada umumnya digunakan dengan cara dipanaskan pada tungku. Namun bisa juga jika dioleskan pada kain atau pada saluran udara.

b. Dupa Aromaterapi

Awalnya hanya digunakan untuk acara keagamaan tertentu, namun seiring dengan perkembangan zaman, dupa pun kini sudah menjadi bagian dari salah satu bentuk aromaterapi. Bentuknya padat dan berasap jika dibakar, biasanya digunakan untuk ruangan berukuran besar atau pada ruangan terbuka. Jenis dupa aromaterapi ini terdiri dari

3 jenis, yaitu dupa aromaterapi panjang, dupa aromaterapi pendek, dan dupa aromaterapi berbentuk kerucut.

c. Lilin aromaterapi

Ada dua jenis lilin yang digunakan, yaitu lilin digunakan untuk pemanas tungku dan lilin aromaterapi. Lilin yang digunakan untuk memanaskan tungku aromaterapi tidak memiliki wewangian, karena hanya berfungsi untuk memanaskan tungku yang berisi essential oil. Sedangkan lilin aromaterapi mengeluarkan wangi aromaterapi jika dibakar.

d. Minyak pijat aromaterapi

Bentuk ini memiliki wangi yang sama dengan bentuk aromaterapi lain, cara penggunaannya yang berbeda, karena ini digunakan dengan cara di pijat.

5. Cara Menggunakan Aromaterapi

Menurut Poerwadi (2016, p. 15) manfaat minyak esensial untuk keseimbangan fisik dan mental sangatlah luar biasa. Aroma dan kelembutan minyak esensial dapat mengatasi keluhan fisik dan psikis. Minyak esensial diserap oleh tubuh melalui 2 cara yaitu melalui indra penciuman (inhalation) atau melalui kulit (skin absorption).

a. *Inhalasi*

Inhalasi merupakan salah satu cara yang diperkenalkan dalam penggunaan metode aromaterapi yang paling sederhana dan cepat.

Inhalasi juga merupakan metode yang paling tua. Aromaterapi masuk dari luar tubuh ke dalam tubuh dengan satu tahap yang mudah, yaitu lewat paru-paru lalu dialirkan ke pembuluh darah melalui *alveoli*. *Inhalasi* sama dengan metode penciuman bau, dimana dapat dengan mudah merangsang olfactory pada saat setiap kali bernafas dan tidak akan mengganggu pernafasan normal apabila mencium bau yang berbeda dari minyak esensial. Aroma bau wangi yang tercium akan memberikan efek terhadap fisik dan psikologis konsumen. Cara ini biasanya terbagi menjadi inhalasi langsung dan tidak langsung. *Inhalasi* langsung diperlakukan secara individual. Sedangkan *inhalasi* tidak langsung dilakukan secara bersama-sama dalam satu ruangan.

b. Pijat

Pijat merupakan teknik yang paling umum. Melalui pemijatan, daya penyembuhan yang terkandung dalam minyak *esensial* bisa menembus melalui kulit dan dibawa ke dalam tubuh. Minyak lavender ialah salah satu minyak yang terkenal yang memberikan ketenangan. Memperbaiki sirkulasi darah, merangsang tubuh untuk mengeluarkan racun, serta meningkatkan kesehatan pikiran.

c. Berendam

Cara ini menggunakan aromaterapi dengan cara meneteskan aromaterapi ke dalam air. Dengan cara ini, efek minyak essential akan membuat perasaan menjadi rileks serta dapat menghilangkan nyeri dan pegal, memberikan efek kesehatan.

6. Aromaterapi Lavender

Ada banyak sekali aroma terapi, salah satunya adalah aroma terapi lavender. Lavender adalah semak-semak kecil dengan batang berkayu ini banyak tumbuh di eropa, dan dikembangbiakkan di amerika sebelah selatan dan barat. Bunganya berwarna lembayung muda. Bunga lavender tumbuh mekar pada saat musim panas (Balqis, 2018). Lavender digunakan di apotek, *phytotherapy* dan aromaterapi untuk mengobati gangguan sistem saraf pusat, seperti kegelisahan, stres, nyeri, dan gangguan tidur. Minyak esensial ini adalah salah satu solusi alami terlaris dan alat terapi umum untuk fisioterapis dan ahli tulang belakang (Ernawati, 2021).

Aroma terapi lavender memiliki khasiat penenang. Essensnya dapat digunakan sebagai obat dalam. Minyak lavender merupakan salah satu bahan penting dalam minyak bunga putih, obat yang digunakan untuk menghilangkan nyeri, pening, ketegangan (Prasetyo & Susilo, 2020).

7. Kandungan Aromaterapi 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%), betamyrcene (5,33%), P-cymene (0,3%), limonene (1,06%), cineol (0,51%), linalool (26,12%), borneol (1,21%), terpinen (-4-ol (4,64%), linalyl asetat (26,23%),

geranyl asetat (2,14%), dan caryophyllene (7,55%) (Bella Puspa Sari, 2021).

Berdasarkan data diatas, dapat disimpulkan bahwa kandungan utama dari bunga lavender adalah *linalyl asetat dan linalool (C10H18O)*. linalool adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) pada lavender. Minyak lavender dengan kandungan linaloolnya adalah salah satu minyak aroma terapi yang banyak digunakan saat ini, baik secara *inhalasi* (dihirup) ataupun dengan teknik pemijatan pada kulit. Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek memenangkan, sehingga dapat digunakan dalam manajemen nyeri dan stress.

8. Kerja Ekstrak Lavender

Aromaterapi lavender bekerja mempengaruhi tidak hanya fisik tapi juga tingkat emosi. Kandungan yang terdiri dari *linalool*, *linalyl acetate* dan *1,8 - cineole* dapat menurunkan, mengendorkan, dan melemaskan ketenangan seseorang yang mengalami *spasme* pada otot. Minyak esensial lavender yang masuk ke rongga hidung melalui penghirupan akan bekerja lebih cepat, karena molekul *esensial* mudah menguap oleh *hipotalamus*, aroma tersebut diolah dan dikonversikan oleh tubuh dan menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi *neurokimia* berupa zat *endorphin dan serotonin*, sehingga dapat berpengaruh langsung pada organ penciuman dan dipersepsikan oleh otak untuk memberi reaksi membuat perubahan *fisiologis* pada tubuh, pikiran, jiwa dan memberikan

efek yang menenangkan bagi tubuh (Ernawati, 2021).

D. 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 Prasetyo & Susilo, (2020) yang berjudul Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Luka Ibu *Post Sectio Caesarea* Di RS Dr Soepraen 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 *endorphin* 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.

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.

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 section caesarea* di Ruang Alamanda 3 RSUD Panembahan Senopati Bantul.

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 prostanoid 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), emosi, ingatan dan pembelajaran.