

**TERAPI KOMPRES HANGAT DENGAN AROMA *JASMINE ESSENTIAL OIL*  
TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN  
POST *SECTIO CAESAREA***

Haifa Wahyu<sup>1</sup>, Liza Fitri Lina<sup>2</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu<sup>1,2</sup>  
[haifa\\_wahyu@yahoo.co.id](mailto:haifa_wahyu@yahoo.co.id)<sup>1</sup>

**ABSTRAK**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil* terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post SC di RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan metode penelitian *pre eksperimen*, menggunakan rancangan *one group pre test - post test design*. Hasil analisis univariat diperoleh intensitas nyeri pasien post SC sebelum dilakukan kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil* yaitu 15 Orang (100%) responden mengalami nyeri sedang dengan rentang skala 4-6. Sedangkan intensitas nyeri pasien post SC sesudah dilakukan kompres hangat dengan *jasmine essential oil* yaitu 12 Orang (80,0%) responden mengalami nyeri ringan dengan rentang skala 1-3, dan 3 Orang (20,0%) responden dengan intensitas nyeri sedang dengan rentang skala 4-6. Simpulan, menunjukkan ada pengaruh terapi kompres hangat dengan *jasmine essential oil* terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post SC di RS. Bhayangkara Kota Bengkulu.

Kata Kunci : Intensitas Nyeri, *Jasmine Essential Oil*, *Sectio Caesaria*

**ABSTRACT**

*The purpose of this study was to determine the effect of warm compress therapy with the aroma of jasmine essential oil on the decrease in pain intensity in post SC patients in the hospital. Bhayangkara Kindergarten III Bengkulu City. This type of research is quantitative research, with pre-experimental research methods, using the design of one group pre-test - post test design. Univariate analysis results obtained pain intensity of post SC patients before warm compresses performed with the aroma of jasmine essential oil are 15 people (100%) of respondents experienced moderate pain with a range of 4-6 scale. While the intensity of post SC patients' pain after warm compresses with jasmine essential oil were 12 people (80.0%) of respondents experienced mild pain with a scale range of 1-3, and 3 people (20.0%) of respondents with moderate pain intensity with a range scale 4-6. In conclusion, there is an effect of warm compress therapy with jasmine essential oil on the decrease in pain intensity in post SC patients in the hospital. Bhayangkara Bengkulu City.*

*Keywords: Pain Intensity, Jasmine Essential Oil, Sectio Caesaria*

## PENDAHULUAN

Tindakan *Sectio caesarea* (SC) merupakan pilihan utama bagi tenaga medis untuk menyelamatkan ibu dan janin saat menghadapi persalinan yang disertai penyulit. Ada beberapa indikasi dilakukan tindakan SC di antaranya: gawat janin, diproporsi sepalopelvik, persalinan tidak maju, plasenta previa, prolapsus tali pusat, letak lintang, panggul sempit dan preeklamsia (Nurhayati dkk, 2015, Padila, 2015). Masalah yang muncul pada tindakan setelah SC akibat insisi oleh robekan jaringan dinding perut dan dinding uterus dapat menyebabkan terjadinya perubahan kontinuitas sehingga ibu merasa nyeri karena adanya pembedahan. Pasien post SC akan mengeluh nyeri pada daerah insisi yang disebabkan oleh robeknya jaringan pada dinding perut dan dinding uterus. Nyeri punggung atau nyeri pada bagian tengkuk juga merupakan keluhan yang biasa dirasakan oleh ibu post SC, hal itu dikarenakan efek dari penggunaan anastesi epidural saat operasi. Rasa nyeri yang dirasakan ibu post SC akan menimbulkan berbagai masalah, diantaranya adalah masalah mobilisasi dini dan laktasi. Rasa nyeri tersebut akan menyebabkan pasien menunda melakukan mobilisasi dini dan pemberian ASI sejak awal pada bayinya, karena rasa tidak nyaman atau peningkatan intensitas nyeri setelah operasi (Putri, 2015).

Nyeri yang dialami pasien post operasi bersifat akut dan harus segera ditangani, Strategi penatalaksanaan nyeri mencakup baik pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Semua intervensi akan sangat berhasil bila dilakukan sebelum nyeri menjadi lebih parah dan keberhasilan sering dicapai jika beberapa intervensi diterapkan secara simultan (Nurhayati dkk, 2015). Rasa nyeri yang dirasakan ibu post SC akan menimbulkan berbagai masalah, diantaranya adalah masalah mobilisasi dini dan laktasi. Rasa nyeri tersebut akan menyebabkan pasien menunda melakukan mobilisasi dini dan pemberian ASI sejak awal pada bayinya, karena rasa tidak nyaman atau peningkatan intensitas nyeri setelah operasi (Putri, 2015).

Persalinan SC memberikan dampak positif dan juga negatif pada ibu. Dampak positif tindakan SC dapat membantu persalinan ibu, apabila ibu tidak dapat melakukan persalinan secara pervaginam. Tetapi tindakan operasi SC mempunyai efek negatif pada ibu baik secara fisik maupun psikologis, Secara psikologis tindakan SC berdampak terhadap rasa takut dan cemas terhadap nyeri yang dirasakan setelah analgetik hilang. Selain itu, juga memberikan dampak negatif terhadap konsep diri ibu. Karena Ibu kehilangan pengalaman melahirkan secara normal serta kehilangan harga diri yang terkait dengan perubahan citra tubuh akibat tindakan operasi (Utami, 2016). Beberapa dampak negatif yang ditimbulkan karena nyeri, yaitu mobilisasi fisik menjadi terbatas, terganggunya *bonding attachment*, terbatasnya *activity daily living* (ADL), Inisiasi Menyusu Dini (IMD) tidak terpenuhi dengan baik, berkurangnya nutrisi bayi karena ibu masih nyeri akibat SC, menurunnya kualitas tidur, menjadi stres dan cemas atau ansietas, dan takut apabila dilakukan pembedahan kembali. Terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan tentang dampak negatif dari nyeri.

Manajemen nyeri nonfarmakologi merupakan tindakan menurunkan respon nyeri tanpa menggunakan agen farmakologi. Dalam melakukan intervensi keperawatan/kebidanan, manajemen nonfarmakologi merupakan tindakan dalam mengatasi respon nyeri klien (Andarmoyo, 2013). Penatalaksanaan nyeri secara nonfarmakologis terdiri dari penanganan nyeri berdasarkan stimulasi fisik dan perilaku kognitif, Penanganan fisik meliputi stimulasi kulit, stimulasi elektrik saraf kulit transkutan (TENS, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation), akupunktur, dan pemberian plasebo. Intervensi perilaku kognitif meliputi tindakan distraksi, teknik relaksasi, imajinasi

terbimbing, umpan balik biologis, hipnosis, dan sentuhan terapeutik, yang termasuk teknik stimulasi kulit meliputi masase, kompres panas dan dingin, akupuntur dan stimulasi kontralateral, Kompres panas merupakan stimulasi kulit yang dapat memberikan efek penurunan nyeri yang efektif. Tindakan ini mengalihkan perhatian klien sehingga klien berfokus pada stimulus taktil dan mengabaikan sensasi nyeri, yang pada akhirnya dapat menurunkan persepsi nyeri (Putri, 2015).

Kompres merupakan salah satu upaya dalam mengatasi kondisi fisik dengan cara memanipulasi suhu tubuh atau dengan memblokir efek rasa sakit (Sari,2015). Kompres hangat selain menurunkan sensasi nyeri juga dapat meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang mengalami kerusakan. Penggunaan panas selain memberi efek mengatasi atau menghilangkan sensasi nyeri, teknik ini juga memberikan reaksi fisiologis antara lain meningkatkan respons inflamasi, meningkatkan aliran darah dalam jaringan dan meningkatkan pembentukan edema (Putri, 2015).

Kompres hangat selain menurunkan sensasi nyeri juga dapat meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang mengalami kerusakan. Penggunaan panas selain memberi efek mengatasi atau menghilangkan sensasi nyeri, teknik ini juga memberikan reaksi fisiologis antara lain meningkatkan respons inflamasi, meningkatkan aliran darah dalam jaringan dan meningkatkan pembentukan edema (Putri, 2015).

Kompres hangat pada abdomen bawah mengurangi nyeri karena panas meningkatkan sirkulasi darah sehingga menurunkan anoksia jaringan yang disebabkan kontraksi dan ketegangan. Namun, untuk memperoleh cukup panas demi keefektifan, maka perlu menggunakan kompres panas khusus atau handuk mandi. Apabila handuk tersebut basah, bahkan setelah diperas, seringkali handuk ini terlalu berat untuk ditoleransi wanita. Namun kompres panas merupakan tindakan yang tepat untuk meredakan nyeri pada beberapa wanita (Andreinie, 2016).

Kompres hangat selain menurunkan sensasi nyeri juga dapat meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang mengalami kerusakan, penggunaan panas mempunyai keuntungan meningkatkan aliran darah ke suatu area dan kemungkinan dapat turut menurunkan nyeri dengan mempercepat penyembuhan. Penggunaan panas, selain memberi efek mengatasi atau menghilangkan sensasi nyeri, teknik ini juga memberikan reaksi fisiologis antara lain, meningkatkan respons inflamasi, meningkatkan aliran darah dalam jaringan dan meningkatkan pembentukan edema . Panas yang diaplikasikan pada perut bagian bawah, punggung, lipat paha, atau perineum dapat sangat menenangkan. Pemanas listrik, botol berisi air hangat, dan kompres panas adalah sumber panas yang baik (Putri, 2015).

Kompres hangat pada abdomen bawah mengurangi nyeri karena panas meningkatkan sirkulasi darah sehingga menurunkan anoksia jaringan yang disebabkan kontraksi dan ketegangan. Namun, untuk memperoleh cukup panas demi keefektifan, maka perlu menggunakan kompres hangat khusus atau handuk mandi. Apabila handuk tersebut basah, bahkan setelah diperas, seringkali handuk ini terlalu berat untuk ditoleransi wanita. Namun kompres panas merupakan tindakan yang tepat untuk meredakan nyeri pada beberapa wanita. Kompres hangat dapat diberikan dengan menggunakan handuk panas atau silika gel yang telah dipanaskan atau botol yang telah diisi air panas atau bantal pemanas. Dapat juga langsung dengan menggunakan shower air panas langsung pada bahu, perut atau punggungnya jika ibu merasa nyaman, kompres hangat yang paling efektif untuk mengurangi nyeri adalah menggunakan handuk yang direndam dalam air kemudian diperas dan dikompreskan ke punggung bawah atau perut ibu (Andreinie, 2016).

Selain Terapi dengan kompres hangat penanganan yang sering digunakan untuk menurunkan nyeri post SC berupa penanganan farmakologi dan non farmakologi. Namun penggunaan secara farmakologi sering menimbulkan efek samping dan kadang tidak memiliki kekuatan efek yang diharapkan. Aromaterapi digunakan sebagai salah satu alternatif penanganan nyeri non farmakologi (Widayani, 2016).

Pemberian aromaterapi melalui dikompres hanya sedikit membutuhkan minyak aroma terapi. Kompres hangat dengan aromaterapi dapat digunakan untuk menurunkan nyeri punggung dan nyeri perut. Aroma terapi menurut Susilarini (2017) adalah penggunaan minyak esensial konsentrasi tinggi yang diekstraksi dari tumbuh-tumbuhan dan diberikan melalui pijat, inhalasi, dicampur ke dalam air mandi, untuk kompres, melalui membran mukosa dalam bentuk pesarium atau supositoria dan terkadang dalam bentuk murni. Aroma terapi adalah terapi yang menggunakan minyak esensial yang dinilai dapat membantu mengurangi bahkan mengatasi gangguan psikologis dan gangguan rasa nyaman seperti cemas, depresi, nyeri, dan sebagainya.

Aroma terapi bekerja sebagai liniments dengan cara dikompreskan, minyak tersebut bekerja dengan memanaskan kulit dan otot kemudian mengurangi nyeri. Otot yang dirangsang dengan kompres panas minyak esensial lavender akan melemaskan sehingga stimulus menuju ujung saraf akan berkurang. Akibatnya, saraf akan sedikit menghantarkan implus nyeri ke saraf pusat, penggunaan kompres hangat aroma terapi dalam ilmu keperawatan lebih dikenal dengan terapi modalitas, terapi komplementer, terapi alternatif, terapi holistik, terapi nonbiomedis, perawatan nonalopati, dan perawatan nontradisional. Konsep ini menekankan pentingnya sistem perawatan yang menerapkan pendekatan kepedulian secara holistik akibat pergeseran budaya terhadap perawatan klien yang akan meningkatkan pelayanan kesehatan. Terapi komplementer dapat digunakan mandiri atau tidak berhubungan terapi biomedis karena diposisikan sebagai upaya promosi kesehatan (Sari, 2015).

Aroma *jasmine essential oil* akan ditangkap oleh indera penciuman dan diteruskan ke susunan saraf pusat, lalu pesan akan diteruskan ke seluruh tubuh melalui sistem sirkulasi darah dan limfatik. Tandanya berupa pelepasan substansi neurokimia yang menimbulkan perasaan senang, rileks, tenang atau terangsang.

Melati merupakan salah satu jenis bunga yang berasal dari Indonesia. Penggunaan melati dalam berbagai kegiatan kebudayaan sudah menjadi ciri khas di negara kita, sehingga dengan terbiasanya masyarakat Indonesia dengan aroma melati, diharapkan dapat memberikan rasa tenang dan rileksasi kepada yang menghirupnya. Melati yang merupakan salah satu jenis bunga dapat digunakan sebagai alternatif dalam mengurangi nyeri persalinan. Selain tanpa efek samping, aroma melati juga merupakan wewangian yang sering dirasakan dan disukai oleh wanita. Di samping itu aroma melati merupakan terapi nonfarmakologi yang aman dan tidak membahayakan ibu dan janin (Purdue P, 2010).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres hangat dengan aroma *Jasmine essential oil* terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea* (SC) di RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, metode penelitian yaitu pre eksperimen, penelitian ini menggunakan rancangan *one group pre test - post test design*, yaitu mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Penelitian dilakukan di RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu.

Waktu penelitian dilakukan pada bulan juli-agustus 2019. Populasi sasaran dalam penelitian adalah semua pasien post operasi *sectio caesarea*, sedangkan populasi sumber adalah semua pasien post operasi *sectio caesarea* di RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 15 pasien *post operasi Sectio Caesarea* yang sesuai dengan kriteria yang ditentukan oleh peneliti. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder yang diperoleh dari RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu, meliputi jumlah *pasien post operasi sectio caesarea*. Teknik analisa data menggunakan analisis univariat dan uji normalitas data.

Pemberian kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil* di berikan 6 jam setelah pasien diberikan terapi analgesik, kemudian dilakukan pre-test terlebih dahulu, setelah itu baru dilakukan pemberian kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil* yang diaplikasikan pada punggung bawah pasien dilakukan selama 20 menit. Data primer berupa data yang diperoleh dari pengamatan langsung menggunakan observasi dan wawancara dengan perincian sebagai berikut, sebelum perlakuan selama 20 menit responden dinilai, menggunakan skala ukur ordinal dengan Lembar Instrumen menggunakan Skala pendeskripsi verbal (Verbal Descriptor scale, VDS). ordinal hasilnya dicatat pada format (instrument) kemudian responden diberikan kompres hangat dengan aroma *Jasmine Essential Oil*, pelaksanaan penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea* di RS. Bhayangkara TK III Bengkulu, menggunakan skala ukur ordinal hasilnya dicatat kembali pada format (instrumen) kemudian data yang diperoleh ini dimasukkan ke dalam format pengumpulan data, tabulasi untuk diolah.

Setelah data lengkap mencapai target, data dimasukkan ke dalam format tabulasi data untuk mempermudah dalam pengolahan data secara statistik. Hasil pengolahan data yang telah dilakukan maka dilakukan deskripsi data hasil penelitian yang akan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi untuk memberikan gambaran mengenai gambaran data yang di peroleh. Selanjutnya akan diketahui pengaruh pemberian kompres hangat dengan aroma *Jasmine essential oil* terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post operasi *sectio caesarea* di RS. Bhayangkara Bengkulu.

## HASIL PENELITIAN

### Analisis Univariat

Tabel. 1  
Skala Nyeri Pasien Post SC Sebelum Dilakukan Kompres Hangat dengan Aroma *Jasmine Essential Oil*

No	Skala Nyeri	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Sedang	15	100
	Total	15	100

Sumber : Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa skala nyeri pasien post SC sebelum dilakukan kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil* di RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu yaitu 15 (100%) responden mengalami nyeri sedang.

Tabel. 2  
Skala Nyeri Pasien Post SC Sesudah Dilakukan Kompres Hangat dengan Aroma *Jasmine Essential Oil*

No	Skala Nyeri	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Ringan	12	80
2	Sedang	3	20
	Total	15	100

Sumber : Data primer (2019)

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa skala nyeri pasien post SC sesudah dilakukan kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil* di RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu yaitu 12 (80,0%) responden mengalami skala nyeri ringan, dan 3 (20,0%) responden dengan skala nyeri sedang.

#### Analisa Bivariat

Tabel. 3  
Wilcoxon Signed Ranks Test Pengaruh Terapi Kompres Hangat Dengan Aroma *Jasmine Essential Oil* terhadap Penurunan Intensitas Nyeri

Variabel	skala nyeri pre - skala nyeri post
Z	-3.464
P Value	0,001

Sumber : Data primer (2019)

Berdasarkan tabel diatas setelah dilakukan uji *wilcoxon* berdasarkan hasil uji statistik didapatkan *P value* = 0,001. Dengan demikian nilai  $p$   $0,01 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat dengan aroma *Jasmine essentialoil*

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Skala nyeri pasien post SC sebelum dilakukan kompres hangat dengan aroma *Jasmine essentialoil* di RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu tahun 2019 yaitu 15 (100%) Responden mengalami nyeri sedang. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami nyeri sedang.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yg dilakukan oleh Lukman (2013) tentang pengaruh teknik relaksasi nafas dalam terhadap intensitas nyeri pada pasien post-operasi *sectio caesarea* Di RSUD. Prof. Dr. Hi. Aloei Saboe Kota Gorontalo, menunjukkan bahwa skala nyeri pasien post-operasi *sectio caesaria* sebelum dilakukan intervensi, frekuensi terbanyak yakni pada skala nyeri 5 (nyeri hebat) dengan frekuensi 29 responden atau presentase 74,36% dan 10 responden lainnya menunjukkan pada skala nyeri 4 (sangat nyeri) dengan presentase 25,64%. Sebelum dilakukan intervensi, skala nyeri yang dirasakan oleh pasien sangat nyeri, menurut peneliti bahwa setiap nyeri yang dirasakan oleh individu masing-masing sangatlah berbeda-beda, sesuai dengan persepsi individu dalam merasakan nyeri yang dialaminya, berdasarkan karena faktor-faktor yang mempengaruhi intensitas nyeri itu sendiri.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri pasien post *Sc* sesudah dilakukan kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil* di RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu tahun 2019 yaitu 12 (80%) Responden mengalami skala nyeri ringan, dan 3 (20%) responden dengan skala nyeri sedang. Hal ini berarti setelah diberikan kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil* terdapat penurunan skala nyeri pada pasien.

*Jasmine* atau bunga melati memiliki manfaat yang banyak, antara lain mengatasi ketegangan, nyeri, mempengaruhi emosi, mengurangi kecemasan, meningkatkan percaya diri, energi, dan euforia yang semuanya itu diperlukan seorang ibu ketika melalui proses persalinan dan kelahiran bayinya. Maka penggunaan melati pada penelitian ini sangat tepat, karena semua manfaat melati dibutuhkan ibu. Untuk itu perlu ada suatu usaha yang dilakukan oleh orang-orang terdekat ibu, baik oleh tenaga kesehatan, suami, maupun keluarga lainnya. Memberikan terapi yang aman dan menguntungkan adalah cara yang tepat.

Penggunaan melati yang telah dijadikan essential oil memudahkan ibu dengan cara menghirup aromanya sehingga ibu tidak repot dan tidak harus dipusingkan dengan peralatan atau tindakan yang membuat dia terganggu dengan proses adaptasi post SC yang sedang dijalannya. Metode aromaterapi ada bermacam-macam. Essential oil diserap oleh tubuh melalui inhalasi/ penghirupan, topikal, oral, rektal, atau vagina. Penyerapan melalui aplikasi topikal dan inhalasi merupakan dua metode yang paling umum digunakan. Zat aromatik dalam minyak esensial mudah menguap dan memiliki wangi yang khas. Indera penciuman akan menangkap aroma ini dan meneruskan pesan elektrokimia ke susunan saraf pusat, lalu pesan akan diteruskan ke seluruh tubuh melalui sistem sirkulasi darah dan limfatik. Tandanya berupa pelepasan substansi neurokimia yang menimbulkan perasaan senang, rileks, dan tenang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri (2015) tentang pengaruh kompres panas terhadap penurunan skala nyeri pada ibu primipara post *Sectio caesarea* dimana hasil penelitian menunjukkan skala nyeri ibu post SC setelah diberikan kompres panas diketahui bahwa dari 34 responden yang diteliti, terdapat 27 orang (79,41%) responden mengalami nyeri sedang dan ada 7 orang (20,59%) responden mengalami nyeri ringan. Dari data yang telah diperoleh diketahui semua responden mengalami penurunan skala nyeri kecuali 6 orang (17,6%) responden pada nyeri sedang.

Kompres hangat selain menurunkan sensasi nyeri juga dapat meningkatkan proses penyembuhan jaringan yang mengalami kerusakan. Penggunaan panas selain memberi efek mengatasi atau menghilangkan sensasi nyeri, teknik ini juga memberikan reaksi fisiologis antara lain meningkatkan respons inflamasi, meningkatkan aliran darah dalam jaringan dan meningkatkan pembentukan edema.

Menurut Nurhayati dkk, (2015) keberhasilan penatalaksanaan terhadap nyeri *post* operasi dapat meningkatkan kepuasan pasien terhadap pelayanan yang diberikan oleh perawat (tenaga kesehatan) didapatkan kesimpulan bahwa dengan adanya kesadaran dan perhatian terhadap nyeri yang dirasakan oleh pasien *post* operasi serta dilakukannya intervensi untuk mengurangi keluhan nyeri akan meningkatkan kepuasan pasien terhadap pelayanan kesehatan walaupun nyeri yang dialaminya dikategorikan nyeri sedang sampai berat dan harus beraktivitas saat mengalami sensasi nyeri tersebut.

Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* didapatkan nilai  $p = 0,001$ . Dengan demikian nilai  $p < 0,01 < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Oktavia (2016) tentang Efek aroma ekstrak melati terhadap pengurangan nyeri persalinan kala 1 fase aktif pada parturient. Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji *wilcoxon* didapatkan nilai  $p < 0,000 < 0,05$  sehingga dapat diasumsikan bahwa pemberian aromaterapi ekstrak melati berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Pada penelitian ini, penghirupan aroma ekstrak melati pada ibu parturient kala I fase aktif untuk mengurangi nyeri yang dirasakannya, cara kerjanya seperti teori *gate control*. Masuknya sensasi somatik normal ketika ada stimulasi pada serabut yang lebih besar atau hanya stimulasi pada serabut saraf besar maka saraf inhibitor dan saraf proyektor akan terstimulasi, namun saraf inhibitor mencegah saraf proyektor menyalurkan sinyal menuju otak (*gate* menutup). Menghirup aroma ekstrak melati mampu mengaktifkan saraf inhibitor sehingga saraf proyektor tidak menyalurkan sinyal nyeri menuju otak. Pengertiannya, aroma terapi mampu mengurangi konsentrasi ibu parturient terhadap nyeri yang dirasakannya.

Penurunan nyeri dengan aromaterapi mengacu pada konsep *gate control* yang terletak pada fisiologi mekanisme penghantaran impuls nyeri yang terjadi saat sistem pertahanan dibuka, dan sebaliknya penghantaran impuls nyeri dapat dihambat saat sistem pertahanan ditutup.

Aromaterapi merupakan salah satu upaya untuk menutup sistem pertahanan tersebut. Selain itu, aromaterapi memengaruhi kelancaran sirkulasi darah, sehingga suplai nutrisi ke jaringan luka tercukupi dan proses penyembuhan akan lebih cepat. Saat aromaterapi dihirup, zat aktif yang terdapat di dalamnya akan merangsang hipotalamus (kelenjar hipofise) untuk mengeluarkan hormon endorpin. Endorpin diketahui sebagai zat yang menimbulkan rasa tenang, relaks, dan bahagia.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Sari dkk, (2015) tentang pengaruh aromaterapi *jasmine* terhadap penurunan skala nyeri pada remaja putri yang mengalami dismenorae, dimana hasil penelitian menunjukkan  $p \text{ value } < 0,000 < 0,05$ , maka terdapat pengaruh aroma terapi *jasmine* terhadap penurunan skala nyeri menstruasi pada remaja putri di SMAN 2 Pontianak tahun 2015. Implikasinya bahwa aroma terapi *jasmine* dapat menjadi salah satu terapi non-farmakologi untuk menurunkan nyeri menstruasi.

Kompres panas pada abdomen bawah mengurangi nyeri karena panas meningkatkan sirkulasi darah sehingga menurunkan anoksia jaringan yang disebabkan kontraksi dan ketegangan. Efektivitas kompres hangat terhadap penurunan nyeri persalinan ditunjang oleh beberapa faktor, diantaranya adalah media yang digunakan, yaitu dengan menggunakan handuk sebagai media pengompresan; suhu air, dimana suhu yang paling efektif untuk menurunkan nyeri dan aman adalah pada suhu kehangatan  $38-40^{\circ}\text{C}$  dan terakhir adalah lamanya pengompresan, waktu pengompresan yang efektif adalah 20 menit.

Aroma melati (*jasmine*) yang dihirupkan disampaikan menuju nukleus *olfactorius anterior* melalui *nervus olfaktorius* dan *bulbus olfaktorius*, di mana senyawa tersebut akan sampai ke *hipotalamus* yang berhubungan dengan sistem saraf otonom.



Oleh karena itu, stimulasi olfaktorius bisa memengaruhi aktivitas saraf otonom melalui hipotalamus. Selanjutnya hipotalamus mempunyai hubungan dengan amigdala terkait emosi (perasaan). Inhalasi dari partikel aroma melati (*jasmine*) dapat menurunkan aktivitas vasokonstriktor simpatis pada otot dan menurunkan tekanan darah. Selain itu, kandungan senyawa pada aroma melati (*jasmine*) dapat meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis dan menurunkan *heart rate* seseorang, dan adanya kandungan sedatif (*linalool*) dapat meningkatkan relaksasi seseorang. Adanya kandungan *linalool* pada aroma melati (*jasmine*) akan merangsang hipotalamus untuk menghasilkan zat-zat sedatif dalam tubuh seperti *endorfin*, *enkefalin*, *serotonin* sehingga dapat memunculkan rasa gembira, senang, dan rileks (Kusnaidi dkk, 2011) .

## SIMPULAN

Hasil analisis univariat diperoleh intensitas nyeri pasien post SC sebelum dilakukan kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil* yaitu sebagian besar responden mengalami nyeri sedang dengan rentang skala 4-6. Sedangkan intensitas nyeri pasien post SC sesudah dilakukan kompres hangat dengan aroma *jasmine essential oil* yaitu sebagian besar responden mengalami nyeri ringan dengan rentang skala 1-3. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada pengaruh terapi kompres hangat dengan aromajasmine *essential oil* terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post SC di RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu.

## SARAN

Disarankan kepada RS. Bhayangkara TK III Kota Bengkulu untuk menerapkan terapi kompres hangat dengan *jasmine essential oil* dalam penatalaksanaan nyeri pada pasien post SC.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, K. T., Utami, N. W. A., Adnyana, I. M. S. (2016). Pemberdayaan Kader Desa dan Tokoh Masyarakat dalam Implementasi Strategi Deteksi Dini Kasus Malnutrisi Anak Balita di Desa Bukit Karangasem. *Jurnal Udayana Mengabdi 1*
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Ar- Ruzz
- Andreinie, R. (2016). Analisis Efektivitas Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Persalinan. *Jurnal kebidanan, 1*(1)
- Kusnaidi, H., Haryanto, J., & Makhfudli. (2011). Aromacare Melati Meningkatkan Pemenuhan Kebutuhan Tidur pada Lansia. *Jurnal Ners, 6*(2), 192–200
- Lukman, T. V. (2013). *Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD. Prof. Dr. Hi. Aloei Saboe Kota Gorontalo*. Gorontalo: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo
- Nurhayati, N. A., Andriani, S., & Malisa, N (015). *Relaksasi Autogenik terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Post Operasi Sectio Caesarea*
- Oktavia, N. S., Faridah, B. D. (2016). Efek Aroma Ekstrak Melati terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif pada Parturient. *Jurnal IPTEKS Terapan. Research of Applied Science and Education, VII*(4), 323- 330
- Padila, P. (2015). *Asuhan Keperawatan Maternitas 1*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Purdue, P. (2010). *Pain Assessment Scale*. Stamford [online article]: <http://www.partnersagainstpain.com>

- Putri, D. (2015). *Pengaruh Kompres Panas terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Ibu Primipara Post Sectio Caesarea Dimana Hasil Penelitian menunjukkan Skala Nyeri Ibu Post SC*
- Sari, D. P., Hendra., & Dewi, A. P. (2015). *Pengaruh Aromaterapi Jasmine terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Remaja Putri yang Mengalami Dismenore tahun 2015*. Skripsi. Pontianak: Universitas Tanjungpura Pontianak
- Sari, Y. P., Rina, R. (2015). Pengaruh Kompres Hangat Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Rematik (Osteoarthritis) pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan STIKes Prima Nusantara Bukittinggi*, 6(1), 102-110
- Susilarini., Winarsih, S., & Idhayanti, R,I. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Pengendalian Nyeri Peersalinan Kala I pada Ibu bersalin. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 47-54
- Widayani, W. (2016). Aromaterapi Lavender dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Perineum pada Ibu Post Partum. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 4(3), 123-128