

# TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENURUNKAN NYERI POST SECTIO CAESAREA

Ratna Ningsih<sup>1</sup>, Adelia<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia  
ratnaningsih@poltekkespalembang.ac.id

## ABSTRACT

**Background:** The problem with cesarean section delivery has a higher pain rate of about 27.3% compared to normal delivery which is only 9%. Pain is an unpleasant sensory and emotional experience due to tissue damage whose perception of pain is highly subjective. **Objective:** To compare pain problems in both Post Sectio Caesarea patients with deep breathing relaxation techniques and lavender aromatherapy. **Methods:** This type of research is descriptive-analytic with a case study approach to explore nursing care for post sectio caesarea patients with deep breathing relaxation techniques and lavender aromatherapy. The case study subjects were two patients with the initials Mrs. E, 26 years old, and Mrs. K, 25. Nursing care was carried out at one of Palembang's private hospitals, as well as the process of taking nursing care on April 5-7, 2021. **Results:** The assessment was obtained on Ny. E pain scale 6, while Mrs. K pain scale 7, both patients stated that the pain got worse when moving. Interventions that focus primarily on pain diagnosis have the goal of reducing pain. There was no difference in the implementation of the two patients, the results of the evaluation on Ny. E and Mrs. K can reduce the pain scale. **Conclusion:** it is expected to apply deep breathing relaxation techniques with lavender aromatherapy in post sectio Caesarea patients, develop it again, and become a lesson for further research.

**Keywords:** Sectio Caesarea Pain, Relaxation Technique, Aromatherapy

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Masalah pada persalinan sectio caesarea memiliki nyeri lebih tinggi sekitar 27,3% dibandingkan persalinan normal hanya 9%. Nyeri pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan yang persepsi nyerinya bersifat sangat subyektif. **Tujuan:** Membandingkan masalah nyeri pada kedua pasien Post Sectio Caesarea dengan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender. **Metode:** Jenis penelitian *deskriptif analitik* dengan pendekatan studi kasus untuk mengeksplorasi asuhan keperawatan pasien post sectio caesarea dengan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender. Subjek studi kasus dua pasien dengan inisial Ny.E berusia 26 tahun, dan Ny.K berusia 25 tahun. Asuhan keperawatan dilakukan pada salah satu rumah sakit swasta Palembang, serta proses pengambilan asuhan keperawatan tanggal 05–07 April 2021. **Hasil:** Pengkajian didapatkan pada Ny. E skala nyeri 6, sedangkan Ny. K skala nyeri 7, kedua pasien menyatakan nyeri bertambah parah ketika bergerak. Intervensi berfokus utama diagnosis nyeri memiliki tujuan nyeri menurun. Pemberian implementasi tidak terdapat perbedaan pada kedua pasien, hasil evaluasi pada Ny. E dan Ny. K dapat menurunkan skala nyeri. **Saran:** diharapkan menerapkan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender pada pasien post sectio caesarea serta dikembangkan lagi dan menjadi pembelajaran untuk penelitian selanjutnya.

**Kata kunci:** Nyeri Sectio Caesarea, Teknik Relaksasi, Aromaterapi

## PENDAHULUAN

Sectio caesarea suatu pembedahan guna melahirkan anak lewat insisi pada dinding abdomen dan uterus. Section caesarea merupakan pilihan utama bagi tenaga medis untuk menyelamatkan ibu dan janin. Komplikasi sectio caesarea antara lain perdarahan, infeksi (sepsis), nyeri disekitar luka operasi dan cedera di sekeliling struktur usus besar, kandung kemih, pembuluh ligament yang lebar

(Nurhayati, dkk., 2015).

Berdasarkan hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2013, angka kematian ibu di Indonesia tahun 2012 masih tinggi sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup, angka ini sedikit menurun dibandingkan dengan SDKI tahun 1991 yaitu 390 kasus. AKI kembali menunjukkan penurunan menjadi 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup berdasarkan hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015. Angka Kematian Ibu di Provinsi Sumatera Selatan sampai bulan Desember 2017 mencapai 107 kasus. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Palembang, jumlah kematian ibu tahun 2017 sebanyak 7 orang dari 27.876 kelahiran hidup. Penyebab kematian terbanyak adalah hipertensi dalam kehamilan, preeklampsia 72% (5 orang), dan terendah perdarahan sebanyak 14% (1 orang). Penyebab kematian ibu lainnya adalah gangguan metabolik (DM) sebanyak (1 orang).

Section caesarea merupakan salah satu cara persalinan. Persalinan dengan section caesarea memiliki risiko tinggi karena dilakukan pembedahan dengan membuka dinding perut dan dinding uterus atau insisitrans abdominal uterus, sehingga pasien akan merasakan rasa nyeri (Heryani, 2015). Data WHO (2015) selama hampir 30 tahun tingkat persalinan dengan sectio caesarea menjadi 10% sampai 15% dari semua proses persalinan di negara berkembang. Berdasarkan riset kesehatan dasar tahun 2013 tingkat persalinan sectio caesarea di Indonesia sudah melewati batas standar WHO 5-15% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2013). Berdasarkan data dari Rekam Medik Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang ibu yang melahirkan dengan cara sectio caesarea pada tahun 2016 sebesar 1137, tahun 2017 sebanyak 1821, sedangkan tahun 2018 sebanyak 2257 (Rekam Medik RS Muhammadiyah, 2019).

Masalah utama yang muncul pada klien post operasi sectio caesarea adalah nyeri. Klien post operasi sectio caesarea akan mengeluh nyeri disekitar luka operasi. Persalinan sectio caesarea memiliki nyeri lebih tinggi sekitar 27,3% dibandingkan dengan persalinan normal yang hanya sekitar 9% (Pratiwi, 2012). Tindakan sectio caesarea mengakibatkan terjadinya perubahan kontinuitas jaringan yang menyebabkan nyeri. Menurut Whallay, dkk. (2008) pada proses pembedahan, anastesi akan diberikan untuk meminimalkan sensori nyeri yang dirasakan pasien. Sensori nyeri akan kembali terasa ketika efek dari anetasi sudah habis, Nyeri inilah yang membuat pasien terganggu. Nyeri pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang bersifat subyektif persepsi nyeri bersifat sangat subyektif dan individual, oleh karenanya suatu rangsang yang sama dapat menimbulkan respon yang berbeda antara dua orang. Keluhan sakit atau nyeri baik akut maupun kronis dapat menurunkan kinerja dan kualitas hidup terutama pada kelompok usia produktif (Yuniati, 2021).

Penanganan yang sering digunakan dalam menurunkan nyeri post sectio caesarea dilakukan dengan memberikan tindakan farmakologi dan non farmakologi. Menurut Kooten (1999) dalam Pratiwi (2012) Penanganan farmakologi berupa pemberian alagesik mampu mengendalikan nyeri, baik sedang maupun berat. Namun, Pemberian farmakologi tidak bertujuan untuk meningkatkan kemampuan klien sendiri dalam mengontrol nyerinya. Oleh karena itu, tindakan non farmakologi dibutuhkan sebagai upaya mandiri pasien terhadap pengontrolan nyeri agar sensasi nyeri dapat berkurang serta masa pemulihan tidak memanjang (Bobak, 2005).

Pemberian metode non farmakologi merupakan upaya yang dilakukan dalam mempersingkat episode nyeri yang berlangsung hanya dalam beberapa detik atau menit. Dalam hal ini, ketika nyeri hebat berlangsung selama berjam- jam atau berhari-hari, penanganan menggunakan metode non farmakologi adalah cara yang paling efektif untuk mengontrol nyeri selain menggunakan obat-obatan. Pengendalian nyeri non-farmakologi menjadi lebih murah, simpel, efektif dan tanpa efek yang merugikan (Potter & Perry, 2010). Metode non farmakologi menggunakan teknik manajemen nyeri yang meliputi, stimulasi dan massage kutaneus, terapi es dan terapi panas seperti Photobiomodulation Near Infrared dapat mengatasi nyeri akibat involusi uterus (Rosnani et al., 2022). Metode lain yaitu stimulasi syaraf eliktris transkutan, distraksi, imajinasi terbimbing, aromaterapi, hipnosis, dan teknik relaksasi nafas dalam.

Salah satu penanganan nyeri non farmakologi yang dapat diberikan adalah teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi. Teknik relaksasi nafas dalam menurut Brunner dan Suddart (2005) relaksasi napas dalam merupakan fisiologis pernapasan abdomen dengan frekuensi lambat atau perlahan, berirama, dan nyaman yang dilakukan dengan memejamkan mata. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amita, Fernalia dan Yulendasari (2018) dengan 30 sampel ibu post operasi *section caesarea* yang memenuhi kriteria inklusi dan eklusi disimpulkan bahwa ada pengaruh

teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri. Penelitian Astuti dan Sukei (2017) dilakukan pada 5 pasien yang mengalami nyeri post operasi sectio caesarea juga mendapatkan hasil adanya pengaruh efektifitas teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu post operasi sectio caesarea.

Selain teknik relaksasi nafas dalam, terapi non farmakologi yang dapat diberikan untuk meredakan nyeri adalah dengan memberikan aromaterapi. Aromaterapi merupakan terapi komplementer yang menggunakan kandungan wewangian minyak essensial. Minyak esensial yang diberikan adalah dengan cara dihirup atau dibalur pada saat pemberian masase (Brooker, 2009). Aromaterapi dinilai mampu memberikan efek terapeutik dalam asuhan keperawatan maternitas (Medfort, 2012). Salah satu aroma yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri untuk relaksasi adalah aroma bunga lavender. Kandungan utama dari bunga lavender adalah linalyl asetat dan linalool (C10H18O). Linalool adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi). Menghirup aromaterapi lavender maka akan meningkatkan gelombang- gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menrelaksasikan pikiran (Koensoemardiyah, 2009).

Hasil penelitian yang dilakukan Pratiwi, Ermia, dan Widiasih (2012), terhadap 30 ibu post sectio caesarea di ruang nifas Rumah Sakit Al Islam Bandung menunjukkan bahwa latihan relaksasi nafas dan menggunakan aromaterapi lavender efektif menurunkan nyeri pada ibu post sectio caesarea. Hal ini disebabkan aroma lavender mempengaruhi tekanan darah pasien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian aromaterapi lavender terhadap perubahan tekanan darah pasien sistol ( $p=0,001$ ) dan diastol ( $p<0,001$ ) (Rahmadhani, 2022). Peran perawat dalam mengatasi nyeri adalah membantu memperoleh kontrol diri untuk meminimalkan rasa takut akan kemungkinan nyeri berulang. Oleh karena itu perawat harus terlebih dahulu menangani masalah nyeri pada pasien (Tamsuri, 2009). Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Aromaterapi Lavender pada Asuhan Keperawatan Pasien Nyeri Post Sectio Caesarea”.

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan menggunakan pendekatan studi kasus untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi pada pasien post operasi section caesarea dengan nyeri akut. Subjek dalam studi kasus ini adalah pasien post operasi section caesarea dengan nyeri akut, adapun sampel penelitian yang diteliti berjumlah dua pasien dengan Kasus 1 berinisial Ny.E yang berusia 26 tahun dan pasien kedua dengan inisial Ny.K yang berusia 25 tahun, dengan tujuan dapat membandingkan masalah keperawatan post operasi section caesarea dengan nyeri akut. Asuhan keperawatan dilakukan pada dua pasien disalah satu rumah sakit Swasta kota Palembang, Asuhan ini dilakukan dimulai dari kegiatan penyusunan proposal, pengumpulan data, dilanjutkan dengan pengolahan hasil serta penulisan laporan penelitian dari bulan Maret sampai Mei 2021. Sedangkan proses pengambilan asuhan keperawatan dari tanggal 5–07 April 2021.

Prosedur penelitian ini dilakukan setelah mendapat persetujuan dari pihak rumah sakit lalu mengajukan persetujuan penelitian (informed consent) kepada kedua subjek dengan memperhatikan prinsip etika yang meliputi hak untuk self determination; hak terhadap privacy dan dignity; hak terhadap anonymity dan confidentiality. Lalu dilanjutkan dengan proses asuhan keperawatan pertama melakukan pengkajian pada kedua pasien terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan penentuan diagnosa dan penyusunan rencana keperawatan yang akan dilakukan dan terakhir melakukan evaluasi keperawatan dari tindakan yang diterapkan dengan format SOAP hingga proses asuhan keperawatan berakhir. Metode pengumpulan data studi kasus ini menggunakan teknik wawancara, observasi, pemeriksaan fisik (dengan pendekatan IPPA: inspeksi, palpasi, perkusi, auskultasi) pada sistem tubuh pasien, serta penelusuran data sekunder (pengumpulan data yang ada pada status, catatan perkembangan, checklist pasien serta rekam medik).

Alat atau instrumen pengumpulan data menggunakan format pengkajian dengan pendekatan pemeriksaan fisik head to toe, lembar observasi nyeri post operasi section caesarea, lembar skala nyeri numeric rating scale, penentuan diagnose dengan SDKI, serta format penentuan rencana SIKI dan SLKI. Analisa data yang digunakan dalam studi kasus ini adalah analisis deskriptif yang disajikan secara tekstual/narasi. Analisa data dilakukan sejak peneliti dilapangan, mengumpulkan

data sampai data terkumpul semua, Analisa data dengan cara mengemukakan fakta, selanjutnya membandingkan dengan teori yang ada dan selanjutnya dituangkan dalam opini pembahasan. Teknik analisis yang digunakan dengan cara menarasikan jawaban-jawaban dari penulisan yang diperoleh dari hasil interpretasi wawancara mendalam yang dilakukan untuk menjawab rumusan masalah penulisan. Teknik analisis digunakan dengan cara observasi oleh penulis dan studi dokumentasi yang menghasilkan data untuk selanjutnya diinterpretasikan dan dibandingkan teori yang ada sebagai bahan untuk memberikan rekomendasi dalam intervensi tersebut.

## HASIL

Setelah memberikan asuhan keperawatan pada pasien post operasi section caesarea dengan nyeri akut pada Ny.E dan Ny.K dilakukan pada tanggal 5–7 April 2021. Proses keperawatan mulai dari pengkajian, penentuan diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi dan evaluasi.

### Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian menggunakan pendekatan pemeriksaan fisik *head to toe*, didapatkan hasil pengkajian sebagai berikut:

#### Kasus 1 (Ny.E)

Pengkajian dilakukan pada tanggal 5 April 2021. Hasil pengkajian didapatkan alasan Ny.E datang ke Rumah Sakit karena minggu mengeluh keluar lendir seperti ingin melahirkan. Diagnosa medis Ny.E didapatkan G1P0A0 post sectio caesarea Atas Indikasi Letak Sungsang. Hasil pemeriksaan fisik diperoleh data subjektif: pasien mengeluhkan nyeri dibagian perut bekas luka operasi sectio caesarea, kakinya terasa kesemutan karena diatas tempat tidur terus, sedangkan data objektif; Kekuatan otot ekstremitas bawah lemah derajat 4, skala nyeri 6, TD 130/80 mmHg, Nadi 82 x/menit, RR 22 x/menit, suhu 36,5 °C, BB hamil aterm 68 Kg, BB sekarang 58 Kg.

#### Kasus 2 (Ny.K)

Pengkajian dilakukan pada tanggal 5 April 2021. Hasil pengkajian didapatkan alasan Ny.K datang ke Rumah Sakit karena keluar lendir seperti ingin melahirkan. Diagnosa medis Ny.K didapatkan G1P0A0 post sectio caesarea, atas indikasi letak sungsang. Hasil pemeriksaan fisik diperoleh data subjektif: pasien mengeluhkan nyeri dibagian perut bekas luka operasi sectio caesarea, badannya pegal-pegal karena terlalu banyak berbaring, sedangkan data objektif: kekuatan otot ekstremitas bawah lemah derajat 4, skala nyeri 7, TD 130/90 mmHg, Nadi 86 x/menit, RR 22 x/menit, suhu 36,2 °C, BB hamil aterm 62 Kg, BB sekarang 58 Kg.

### Diagnosa Keperawatan

Analisa data dari hasil pengkajian merupakan rumusan dalam menentukan diagnosa keperawatan kepada kedua pasien pada kenyataan untuk kasus Ny.E dan Ny.K Peneliti menemukan 2 diagnosa.

**Tabel 1.** Diagnosa Keperawatan

Pasien 1 (Ny. E)	Pasien 2 (Ny. K)
1. Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (Prosedur Operasi).	1. Nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik (Prosedur Operasi).
2. Gangguan Mobilitas Fisik berhubungan dengan ketidakbugaran fisik.	2. Gangguan Mobilitas Fisik berhubungan dengan ketidakbugaran fisik.

Pada kenyataan untuk kasus Ny.E dan Ny.K menemukan 2 diagnosa yang sama. Diagnosa keperawatan merupakan masalah kesehatan actual atau potensial dimana perawat, dengan pendidikan dan pengalamannya mampu dan mempunyai izin untuk mengatasinya. pada dua pasien studi kasus ini pelaksanaan keperawatan hanya berfokus pada satu masalah keperawatan yaitu nyeri

akut dan berfokus pada tindakan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender dalam upaya penurunan skala nyeri pasien.

### **Intervensi Keperawatan**

Intervensi keperawatan pada studi kasus ini yang berfokus baik pada kasus 1 maupun kasus 2 pada diagnose nyeri akut memiliki tujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam diharapkan nyeri akut dapat berkurang dengan kriteria hasil berdasarkan SLKI (2017) meliputi keluhan nyeri menurun, meringis menurun, sikap proteksif menurun, gelisah menurun, tanda-tanda vital membaik.

Intervensi yang ditentukan pada kasus 1 dan kasus 2 yaitu pertama yang dilakukan mengobservasi penyebab, kualitas, lokasi, skala, durasi, frekuensi dan intensitas (PQRST) nyeri, rasional; data dasar untuk menentukan dan mengevaluasi intervensi yang diberikan. Intervensi kedua yaitu memberikan teknik non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri (teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender), rasional; Membantu meringankan rasa nyeri yang dialami. Intervensi ketiga yaitu memberikan edukasi kesehatan mengenai nyeri post operasi sectio caesarea kepada ibu maupun keluarga, rasional; Pemahaman dapat mengurangi ketegangan pasien dan memudahkan untuk diajak berkerja sama dalam melakukan tindakan. Intervensi keempat yaitu kolaborasi pemberian obat analgetik sesuai indikasi, rasional; Menurunkan nyeri, meningkatkan kenyamanan.

### **Implementasi Keperawatan**

Implementasi keperawatan studi kasus yang diterapkan oleh peneliti yaitu melaksanakan asuhan keperawatan pada kedua pasien berfokus pada satu masalah keperawatan yaitu nyeri akut post operasi *section caesarea* dan berfokus pada implementasi keperawatan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender.

Pada hari Senin, tanggal 5 April 2021 pukul 14.00 WIB pada pasien 1 (Ny. E) dilakukan implementasi keperawatan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender 6 jam post operasi sectio caesarea. Observasi nyeri yang dirasakan sebelum peneliti melakukan implementasi didapatkan data skala nyeri sebesar 6 nyeri dirasakan hilang timbul dengan durasi nyeri  $\pm 5$  menit, peneliti melakukan implementasi keperawatan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender selama 3 hari agar mengurangi nyeri yang dirasakannya pasien, setelah pemberian implementasi keperawatan skala nyeri yang dialami pasien berangsur menurun. Pada hari ke 3 tanggal 7 April 2021 dilakukan observasi nyeri kembali dan didapatkan skala nyeri menjadi 2 dengan durasi nyeri  $\pm 60$  detik.

Pada hari Senin, tanggal 5 April 2021 pukul 17.30 WIB pada pasien 2 (Ny.K) dilakukan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender 5 jam post operasi sectio caesarea. Observasi nyeri yang dirasakan Sebelum penulis melakukan implementasi didapatkan data skala nyeri sebesar 7 dengan durasi nyeri  $\pm 5$  menit, penulis melakukan implementasi keperawatan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender selama 3 hari agar mengurangi nyeri yang dirasakannya pasien, setelah pemberian implementasi keperawatan skala nyeri yang dialami pasien berangsur menurun. Pada hari ke 3 tanggal 7 April 2021 dilakukan observasi nyeri kembali dan didapatkan skala nyeri menjadi 2 dengan durasi nyeri  $\pm 60$  detik.

Kedua pasien, pasien 1 (Ny. E) dan pasien 2 (Ny. K) sangat kooperatif dalam pemberian implementasi keperawatan sehingga teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender efektif mengurangi rasa nyeri yang dirasakan. Artinya ada perbedaan signifikan tingkat nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender dan setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender. Dengan kata lain, pemberian teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender terbukti efektif untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien post operasi sectio caesarea.

### **Evaluasi Keperawatan**

Evaluasi adalah tahap dimana membandingkan hasil tindakan yang dilakukan dengan kriteria hasil yang sudah ditetapkan dalam perencanaan serta menilai apakah masalah sudah teratasi seluruhnya, hanya sebagian atau belum teratasi. Peneliti melaksanakan implementasi berdasarkan kriteria hasil yang telah di tetapkan. Dalam melaksanakan evaluasi, peneliti memiliki sedikit hambatan yakni peneliti tidak dapat mengawasi pasien selama 24 jam karena keterbatasan waktu

yang dimiliki. Untuk mengoptimalkannya peneliti mencoba untuk mencari tahu tentang keadaan pasien dengan cara berkolaborasi dengan bidan diruangan serta keluarga pasien. Hasil evaluasi dari diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan agen pencedra fisik (prosedur operasi) yang sudah dilakukan selama 3 hari didapatkan hasil pasien berpartisipasi aktivitas melakukan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender pada pasien 1 (Ny. E) dan pasien 2 (Ny. K) disimpulkan nyeri yang dirasakan berkurang dan pasien tampak rileks, dapat dilihat pada hasil evaluasi skala nyeri pasien 1 (Ny. E) sebelum melakukan implementasi keperawatan yaitu 6 dan setelah dilakukan implementasi keperawatan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender selama 3 hari skala nyeri menjadi 2. Sedangkan pada pasien 2 (Ny. K) skala nyeri sebelum dilakukan implementasi keperawatan yaitu 7 dan setelah dilakukan implementasi keperawatan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender selama 3 hari skala nyeri evaluasi menjadi 2.

## **PEMBAHASAN**

Pengkajian adalah pemikiran dasar dari proses keperawatan yang bertujuan untuk mengumpulkan informasi atau data tentang klien, agar dapat mengidentifikasi, mengenali masalah-masalah, kebutuhan kesehatan, dan keperawatan klien, baik fisik, mental, sosial dan lingkungan, sedangkan pengkajian yang dilakukan pada Ny.E dan Ny.K sesuai dengan teori, pengkajian dengan nyeri akut post operasi section caesarea berupa pengumpulan data umum, keluhan utama, riwayat penyakit, riwayat kesehatan psikososial, riwayat spiritual, pengkajian fisik, dan pemeriksaan diagnostik.

Diagnosa keperawatan adalah keputusan klinik tentang respon individu, keluarga dan masyarakat tentang masalah kesehatan aktual atau potensial (Tim Pokja PPNI-SDKI,2017), dimana berdasarkan pada pendidikan dan pengalamannya, perawat secara akuntabilitas dapat mengidentifikasi dan memberikan intervensi secara pasti untuk menjaga, menurunkan angka kejadian sakit. Diagnosa keperawatan merupakan penilaian klinik tentang respon individu, keluarga, atau komunitas terhadap masalah kesehatan / proses kehidupan yang actual atau potensial. Diagnosa keperawatan merupakan dasar pemilihan intervensi dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan oleh perawat yang bertanggung jawab. Diagnosa keperawatan nyeri yang terjadi pada partisipan studi kasus ini menggambarkan respon tubuh manusia akibat perlukaan jaringan sehubungan dengan pembedahan.

Rencana tindakan keperawatan merupakan serangkaian tindakan yang dapat mencapai setiap tujuan khusus (Tim Pokja PPNI-SIKI, 2018). Perencanaan keperawatan meliputi perumusan tujuan, tindakan, dan penilaian rangkaian asuhan keperawatan pada pasien berdasarkan analisis. Intervensi keperawatan juga merupakan tindakan yang dirancang untuk membantu klien dalam beralih dari tingkat kesehatan saat ini ke tingkat yang diinginkan dalam hasil yang diharapkan. Berdasarkan asumsi peneliti bahwa intervensi yang dibuat apabila manajemen nyeri yaitu teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender diberikan secara berkala dan berkesinambungan diharapkan skala nyeri yang dirasakan pasien dapat menurun. Secara komprehensif rencana keperawatan antara pasien 1 dan pasien 2 tidak terdapat perbedaan ini disebabkan karena pasien 1 dan 2 memiliki perbedaan usia yang tidak berjauhan dan memiliki kesamaan yaitu partus pertama bagi kedua pasien.

Implementasi keperawatan adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan oleh perawat untuk membantu klien dari masalah status kesehatan yang lebih baik yang menggambarkan kriteria hasil yang diharapkan (Potter & Perry, 2010). Hasil studi kasus ini didukung dengan penelitian Pratiwi, Ermita, dan Widiasih (2012) terhadap 30 ibu post operasi sectio caesarea di ruang nifas Rumah Sakit Al Islam Bandung menunjukkan bahwa latihan relaksasi nafas dan menggunakan aromaterapi lavender efektif menurunkan nyeri pada ibu post sectio caesarea. Hasil studi kasus ini juga selaras dengan hasil penelitian Fatmawati dan Fauziah (2018), pemberian aromaterapi lavender pada pasien post sectio caesarea efektif dalam menurunkan tingkat nyeri dan meningkatkan keadaan fisik menjadi lebih baik untuk mengurangi nyeri. Selama dilakukan implementasi pada kedua pasien dengan metode yang sama yakni teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender penulis tidak mendapatkan perbedaan antara teori dan tindakan dilapangan pada kedua pasien karena memang pada kedua pasien kooperatif selama dilakukan pengkajian sampai implementasi sehingga kedua pasien sama-sama mampu untuk menanggulangi nyeri yang dirasa post operasi sectio caesarea. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menyatakan bahwa intervensi berpengaruh terhadap psikososial

ibu. Ibu menolak pada saat diminta persetujuan dilakukan intervensi. Mereka ada juga membatalkan persetujuan yang telah dilakukan sebelumnya. Hal ini disebabkan oleh ibu membutuhkan *trust* (rasa kepercayaan terlebih dahulu sebelum mereka menerima intervensi (Rosnani, 2021).

Efektivitas tindakan dan pencapaian hasil yang teridentifikasi terus dievaluasi sebagai penilaian status pasien. Evaluasi harus terjadi pada setiap langkah dalam proses keperawatan, serta rencana yang telah dilaksanakan (Tim Pokja PPNI, 2018). Hasil penelitian menggambarkan penurunan skala nyeri yang ditandai dengan keluhan subjektif nyeri yang menurun dan penilaian skala nyeri pasien menunjukkan penurunan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah 3 kali perawatan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender didapatkan nyeri yang dirasakan berkurang dan pasien tampak rileks, dimana skala nyeri pasien 1 (Ny. E) sebelum melakukan implementasi keperawatan yaitu 6 dan setelah dilakukan implementasi keperawatan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender selama 3 hari skala nyeri menjadi 2. Sedangkan pada pasien 2 (Ny. K) skala nyeri sebelum dilakukan implementasi keperawatan yaitu 7 dan setelah dilakukan implementasi keperawatan teknik relaksasi nafas dalam disertai aromaterapi lavender selama 3 hari skala nyeri evaluasi menjadi 2.

## KONFLIK KEPENTINGAN

Penelitian berupa studi kasus ini tidak ada konflik kepentingan. Penelitian dan publikasi dilaksanakan untuk pengembangan keilmuan keperawatan khususnya keperawatan maternitas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amita, Dita, dkk. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di Rumah Sakit Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Holistik (The Journal Of Holistic Hralthcare)*, 12(1), 26-28.
- Astuti M.T. & Sukesu N. (2017). Efektifitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam untuk Menurunkan Skala Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 1(2). Hal 37-43. Vol 1 No 2 (2017). DOI: <https://doi.org/10.33655/mak.v1i2.19>. pISSN: 2356-3079 eISSN: 2685-1946.
- Bobak, Irene. M, Lowdermilk. Dan Jensen. (2005). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. Jakarta: EGC.
- Broker, Chris (2009). *Ensiklopedia Keperawatan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Fatmawati, Rizka dan Fauziah, Falih. (2018). *Lavender Aromatherapy Effectiveness in Decreasing Pain in Patients Post Sc. Maternal*, 2(3)
- Heryani, R.(2015). *Ashan Kebidanan Ibu Nifas Dan Menyusi*. Jakarta: TIM.
- Koensoemardiyah. (2009). *A-Z Aromaterapi untuk Kesehatan, Kebugaran, dan Kecantikan*. Yogyakarta: C. V Andi Offset.
- Medfoth, Jannet, dkk. (2012). *Kebidanan Oxford*. Jakarta; EGC.
- Nurhayati, Nung Ati: Andriyani, Septian dan Malisa, Novi. (2015). Relaksasi Autogenic Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Ibu Post Sectio Caesarea. *Jurnal SKOLASTIK Keperawatan Vol.1 No.2*
- Potter & Perry (2010). *Fundamental of Nurshing*. Edisi 3. Jakarta: Salemba Medika.
- Pratiwi, Ratna. Ermiami. Widiasih (2012). Penurunan Sklana Nyeri Akibat Luka Post Sectio Caesarea Setelah Dilakukan Teknik Relaksasi Pernapasan Menggunakan Aromaterapi Lavender Di Rumah Sakit Al Islam Bandung. *Students E-Jurnal Volume 1 Nomer 1*. Diakses tanggal 25 Januari 2020 dari <http://jurnal.unpad.ac.id>.
- Rahmadhani, D. Y. (2022). The Effectiveness of Lavender Aromatherapy on Blood Pressure among Elderly with Essential Hypertension. *The Journal of Palembang Nursing Studies*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.55048/jpns.v1i1.8>

- Rekam Medis RS Muhammadiyah Palembang. (2019). *Data Persalinan Sactio Caesarea Tahun 2016, 2017, dan 2018*. Palembang: RS Muhammadiyah Palembang
- Rosnani, R. (2021). Editorial: Community Adaptation to Photobiomodulation Near-Infrared Based on Post-Partum Culture Care. *Pedimaternal Nursing Journal*, 7(1). <https://doi.org/10.20473/pmnj.v7i1.28433>
- Rosnani, R., Setyowati, S., Koestoer, R. A., Widjaja, B. T., Mediarti, D., & Arifin, H. (2022). Photobiomodulation: a Cultural Nursing Intervention for Physical and Psychological Adaptation. *British Journal of Midwifery*, 30(5), 258–268.
- Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (2013, 2017). *Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Bakti Husada.
- Tamsuri, A. (2009). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC.
- Tim Pokja PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja PPNI. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja PPNI. (2017). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*. Jakarta: DPP PPNI.
- Walley, J. Simkin, P., & Kappler, A. (2008). *Panduan Praktis bagi calon ibu: Kehamilan dan Persalihan*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Polpuler.
- World Health Organization (2015). *Who Statement on Caesarea Sectio Rates*. Diakses tanggal 28 Januari 2021 dari [www.who.int/reproductivehealth](http://www.who.int/reproductivehealth).
- Yuniati F, Kamsu S. Assessing the Quality of Life Among Productive Age in the General Population: A Cross-Sectional Study of Family Life Survey in Indonesia. *Asia-Pacific J Public Heal* [Internet]. 2021;33(1):53–9. Available from: <https://doi.org/10.1177/1010539520956411>