
**ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU PASCA SALIN DENGAN FOKUS INTERVENSI
PEMBERIAN AROMATHERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN
SKALA NYERI PADA LASERASI PERINEUM**

Oleh ;

Sri Untari¹⁾, Siti Avitasari²⁾, Nurul Kodiyah³⁾

- 1) Staf Pengajar Universitas An Nuur, Email: untari@unan.ac.id
- 2) Universitas An Nuur, Email: sitiavitasari0303@gmail.com
- 3) Staf Pengajar Universitas An Nuur, Email: nurulkodiyah22@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Setelah kelahiran plasenta, dimulailah masa pascasalin (puerperium) yang akan berlangsung hingga organ-organ kandungan kembali ke kondisi semula sebelum kehamilan. Ketidaknyamanan pada masa nifas dapat terjadi diantaranya yaitu nyeri perineum dikarenakan ada luka jahitan. Teknik non-farmakologi dengan pemberian aromaterapi lavender dapat meredakan nyeri pada perineum. Tujuan penelitian adalah mampu melaksanakan Asuhan Kebidanan pada Ibu Pasca Salin dengan Fokus Intervensi Pemberian Aromatherapi Lavender terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Laserasi Perineum.

Metode: Desain penelitian yang diterapkan oleh peneliti adalah desain studi kasus. Tipe riset analisis kasus naratif ini mengimplementasikan metode observasi partisipatif. Subjek penelitian dalam kajian ini ialah mencakup seorang ibu dalam masa nifas.

Hasil: Temuan kajian memperlihatkan nyeri perineum pada ibu nifas mengalami penurunan dengan sebelum intervensi yaitu dengan skala nyeri 7 menjadi skala nyeri 3.

Kesimpulan: Pemberian aromaterapi lavender selama 5 hari berhasil mengurangi nyeri perineum ibu pasca salin..

Kata kunci : Pasca salin, Nyeri Perineum, Aromaterapi Lavender

*MIDWIFERY CARE FOR POSTPARTUM MOTHERS WITH A FOCUS ON LAVENDER
AROMATHERAPY INTERVENTION TO REDUCE PERINEAL PAIN SCALE*

By ;

Sri Untari¹⁾, Siti Avitasari²⁾, Nurul Kodiyah³⁾

¹⁾ Teaching Staff University An Nuur, E-mail: untari@unan.ac.id

²⁾ University An Nuur, E-mail: sitiavitasari0303@gmail.com

³⁾ Teaching Staff University An Nuur, E-mail: nurulkodiyah22@gmail.com

ABSTRACT

Background: After the delivery of the placenta, the postpartum period (puerperium) begins, lasting until the reproductive organs return to their pre-pregnancy condition. Discomfort during the postpartum period may occur, including perineal pain due to sutured wounds. A non-pharmacological technique such as lavender aromatherapy can relieve perineal pain. The objective of this study is to implement Midwifery Care with a Focus on Lavender Aromatherapy Intervention to Reduce Perineal Pain.

Method: The study design applied by the investigator is a case analysis approach. This type of narrative case analysis research implements a interactive observation technique. The research subject in this study includes a postpartum mother.

Result: The finding indicated a reduction in perineal pain in postpartum mothers, with the pain scale decreasing from 7 before the intervention to 3 after.

Conclusion: The giving of lavender aromatherapy for 5 days successfully reduced perineal pain in postpartum mothers.

Keyword: Postpartum, Perineal Pain, Lavender Aromatherapy

PENDAHULUAN

Masa nifas atau nifas ditandai dengan mulainya setelah lahirnya plasenta serta berlangsungnya hingga kondisi kembali pulih seperti sebelum hamil pada organ reproduksi. Tahap yang terjadi segera setelah melahirkan ini disebut masa nifas. Masa nifas dapat diartikan sebagai masa setelah bayi dilahirkan. Fase ini merupakan fase pemulihan, dimana sekitar 50% terjadinya setelah kelahiran bayi pada kematian ibu selama kurun waktu 24 jam. Oleh karena itu, pelayanan nifas yang baik sangat penting pada masa ini untuk menjamin terpenuhinya kebutuhan ibu dan bayinya (Syamsuriati et al. (2021).

Ibu nifas sering mengalami berbagai ketidaknyamanan, seperti rasa mules, kurang tidur, dan nyeri di area perineum akibat robekan yang terjadi selama persalinan. Nyeri di perineum disebabkan oleh luka di area tersebut yang menyebabkan rasa tidak nyaman setelah melahirkan.

Nyeri perineum adalah rasa sakit yang disebabkan oleh robekan pada perineum, vagina, serviks, atau uterus, yang dapat berlangsung tiba-tiba atau sebab intervensi medis selama proses persalinan (Prawirohardjo, 2006).

Hampir semua persalinan pervaginam menyebabkan robekan perineum, baik yang disengaja melalui episiotomi maupun robekan spontan. Beberapa robekan

memerlukan jahitan, sementara yang lain tidak. Jahitan pada perineum biasanya menyebabkan rasa nyeri. Nyeri ini disebabkan oleh pasca operasi jahitan (Chapman, 2006).

Ketidaknyamanan yang dialami ibu nifas antara lain mules, kurang tidur, dan nyeri di area perineum akibat robekan yang terjadi selama persalinan. Nyeri di perineum disebabkan oleh luka di area tersebut yang menyebabkan rasa tidak nyaman setelah melahirkan. Ketidaknyamanan ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk proses involusi uterus, trauma atau robekan perineum, baik yang terjadi secara spontan maupun akibat prosedur medis, serta pembengkakan akibat produksi ASI. Selain itu, kelelahan akibat persalinan dan perubahan fisiologis lainnya juga berkontribusi. Beberapa ketidaknyamanan umum yang sering dialami pada periode pasca persalinan meliputi nyeri perut (*afterpains*), nyeri pada vagina dan perineum, pembengkakan serta nyeri pada payudara, keringat berlebih, konstipasi, hingga hemoroid (Satriani, 2021).

Ada beberapa metode untuk meredakan nyeri perineum, seperti kompres dingin, teknik relaksasi, aromaterapi, dan terapi musik. Salah satu alasan memilih aromaterapi lavender adalah karena kandungan utamanya, yaitu *linalyl* asetat dan *linalool*, yang memiliki efek

antikecemasan dan relaksasi, memberikan rasa tenang dan membantu mengurangi nyeri.

Menurut penelitian Reni (2018), aromaterapi adalah pengobatan yang dapat bermanfaat untuk menangani gangguan tidur. Dampak sedatif yang efektif dalam mengurangi kecemasan, stres, dan gangguan tidur oleh aromaterapi. Penggunaan minyak esensial dalam aromaterapi bertujuan untuk meningkatkan kesehatan mental. Aromaterapi dianjurkan bagi mereka yang mengalami gangguan tidur karena dapat memberikan efek menenangkan bagi tubuh, pikiran, dan saraf. Salah satu jenis aromaterapi lavender dipakai dalam menangani gangguan tidur, yang mengandung minyak esensial lavender. Komponen utama dari lavender, seperti *linalool* dan *linalyl acetate*, berfungsi untuk menciptakan ketenangan. Aroma lavender berasal dari kelopak dan bunga yang memberikan efek menyeimbangkan, menyegarkan, serta menenangkan (Soemardini, 2017).

Hasil penelitian serupa yang dilakukan Yona (2019) di Lampung menunjukkan bahwa intensitas nyeri saat persalinan mengalami penurunan setelah penggunaan aromaterapi lavender. Hasil penelitian serupa yang dilakukan Mansoreh & Arezoo (2016), Bahan aktif yang terkandung dalam aromaterapi lavender akan memberikan impuls pada

hipotalamus untuk memproduksi dan memproduksi hormon endorfin, dimana proses ini akan terjadi setelah menghirup aromaterapi. Endorphin merupakan hormon yang dapat memunculkan perasaan bahagia, tenang, rileks, dan memiliki efek pereda nyeri. Ada beberapa cara pemberian aromaterapi dengan cara dihirup, yaitu dengan cara dihisap ke tisu, dihirup ke telapak tangan, dan diuapkan.

METODE

Desain penelitian yang diterapkan oleh peneliti adalah desain studi kasus. Tipe riset analisis kasus naratif ini mengimplementasikan pendekatan pengamatan partisipatif. Pengamatan ini melibatkan satu responden, yaitu ibu postpartum dengan nyeri perineum akibat laserasi. Instrumen pengkajian yang digunakan adalah format Varney yang mencakup data, Diagnosis kemungkinan, keperluan langkah cepat, rancangan perawatan kebidanan, serta penilaian. Dalam pengamatan ini peneliti memberikan asuhan dengan pemberian aromatherapi lavender selama 5 hari dimana setiap hari dilakukan 2x dalam durasi 10 menit.

HASIL

Pada penelitian yang telah dilakukan sebanyak 2x/hari dengan intervensi selama 5 hari, Terjadi pengurangan tingkat nyeri dari tingkat 7 menjadi tingkat 3 dengan keadaan ibu tetap

baik. Penurunan ini menunjukkan bahwa intervensi pemberian aromaterapi lavender telah efektif untuk mengurangi skala nyeri perineum. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu bahwa setelah diberikan diberikan aromaterapi lavender pada ibu pasca salin dengan nyeri perineum mengalami penurunan skala nyeri. Hanifah dan Risdiana (2022)

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan pemberian aromaterapi lavender selama 5 hari yang dilakukan 2x sehari selama 10 menit pada ibu pasca salin dengan nyeri perineum. Hasil yang diperoleh ialah skala nyeri turun dari skala 7 menjadi 3 dengan keadaan ibu tetap baik.

DAFTAR PUSTAKA

Chapman. (2006). Nyeri perineum. *Journal of Chemical Information and Modeling*.

Hanifah, A., & Risdiana. (2022, June). Dampak gabungan Aromaterapi Lavender dan Teknik Relaksasi Benson terhadap Ketidaknyamanan pasien pasca Bedah Caesar: Penelitian kasus. In *Proceedings University of Muhammadiyah Yogyakarta Undergraduate Conference* (Vol. 2, No. 2, pp. 33-38)

Himawati, V. (2021). penelitian di puskesmas brati. *Jurnal Indonesia*.

Mansoreh, arezo. (2016). pengaruh aromaterapi lavender. *Journal of Chemical Information and Modeling*.

Rifkia. (2017). pengertian aromaterapi lavender. *Journal of Chemical Information and Modeling*.

Satriani. (2021). ketidaknyamanan masa nifas. *Ketidak nyamanan Masa Nifas*.

Soemardini. (2017). manfaat aromaterapi lavender. *Jurnal Indonesia*.

Syamsuriati. (2021). pengertian masa nifas. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, pengertian masa nifas.

Syamsuriati. (2021). pengertian masa nifas. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*.

Yona. (2019). penurunan intensitas nyeri. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*.