

PENGARUH PIJAT GENGAM JARI DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN NYERI POST SECTIO CAESAREA

Bambang Yuli Krisnanto¹, Tin Utami²

^{1,2}Universitas Harapan Bangsa, Jawa Tengah, Indonesia
bambangyulik@gmail.com

ABSTRACT

Background: Patients after a caesarean section will have physical or physiological effects, namely pain, this event occurs after a caesarean section due to tissue damage during the illness. When the continuity of the network is broken, it will cause discomfort (pain) which results in the patient feeling very sick. **Purpose:** This study aims to determine the effect of finger massage with aromatherapy in reducing post-caesarean section pain.. **Methods** This research uses a descriptive case study method to analyze nursing care for acute pain in post Sectio Caesarea patients using finger massage with lavender aromatherapy. The subject of this study was Mrs. F with a caesarea post section in the Rose Room of Kardinah Tegal Hospital, which took place from 30 January 2023 to 1 February 2023. **Results:** Assessment of the patient Mrs. F with P: Pain increases when moving and doing activities, Q: pain like cutting, R: Focused on the wound area, S: Pain scale 7, T: intermittent. The intervention focuses on providing finger massage therapy and lavender aroma therapy. **Conclusion:** Providing intervention with finger massage and lavender aromatherapy can reduce the pain scale from 7 (severe pain) to pain scale 3 (mild pain) in post caesarean section patients.

Keywords : Sectio Caesarea Pain, Finger Hold, Aromatherapy

ABSTRAK

Latar Belakang : Pasien dengan pasca sectio caesarea berdampak pada fisik atau fisiologis seperti nyeri, peristiwa ini muncul pasca sectio caesarea disebabkan torehan jaringan saat pembedahan., kemudian kontinuitas jaringan terpisah menimbulkan rasa ketidaknyamanan (nyeri) yang mengakibatkan pasien merasa dirinya sangat kesakitan. Tujuan : Penelitian bertujuan untuk melihat pengaruh pijat jari dengan aromaterapi dalam penurunan nyeri post sectio caesarea. **Metode :** Penelitian menggunakan metode studi kasus deskriptif yang mana menganalisis asuhan keperawatan nyeri akut pada pasien post Sectio Caesarea menggunakan pijat jari dengan aromaterapi lavender. Subjek pada penelitian ini adalah Ny.F dengan post section caesarea di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal yang dilakukan pada tanggal 30 Januari 2023 sampai 1 Februari 2023. **Hasil :** Pengkajian pada pasien Ny. F dengan P : Nyeri bertambah jika bergerak dan beraktivitas, Q: nyeri seperti tersayat-sayat, R : Terpusat pada area luka, S : Skala nyeri 7, T : Hilang timbul. Fokus intervensi dengan pemberian terapi pijat jari dan aroma terapi lavender. **Kesimpulan :** Pemberian intervensi dengan pijat jari dan aromaterapi lavender dapat menurunkan skala nyeri 7 (nyeri berat) menjadi skala nyeri 3 (nyeri ringan) pada pasien post sectio caesarea.

Kata kunci : Nyeri Sectio Caesarea, Genggam Jari, Aromaterapi

PENDAHULUAN

Prosedur pembedahan melalui insisi di dinding abdomen dan dinding uterus untuk mengeluarkan janin yang bertujuan untuk menyelamatkan dan mempertahankan kehidupan ibu dan janin disebut sebagai persalinan *sectio caesarea* (SC) (Sumelung *et al.*, 2014). *World Health Organization* (WHO) memperlihatkan proses persalinan dengan SC memperoleh 10 hingga 15% dari semua proses persalinan selama hampir 30 tahun terakhir di negara berkembang (WHO, 2015). Angka persalinan SC dengan petunjuk beragam di Indonesia pada tahun 2019 menggapai 24,8% dari semua proses persalinan (Masrurroh, 2020).

Persalinan *sectio caesarea* menyandang nyeri lebih tinggi sekitar 27,3% ditimbang dengan persalinan normal yang 9%. Rasa nyeri memuncak pada hari pertama post operasi *sectio caesarea*. Secara psikologis perbuatan *sectio caesarea* menyebabkan adanya benturan terhadap rasa takut dan cemas menghubungkan nyeri yang ditanggung setelah analgetik lenyap (Utami, 2016). Derita nyeri tersebut akan mencentuskan pasien menunda pemberian ASI pada bayinya, lantaran derita tidak nyaman/ peningkatan intensitas nyeri sehabis operasi, sehingga berimpak bayi yang dilahirkan dalam pemberian ASI (Herlyssa *et al.*, 2018).

Pengendalian nyeri sering digunakan berupa penanganan farmakologi. Pengendalian nyeri secara farmakologi berhasil untuk nyeri sedang dan berat. Namun demikian pemberian farmakologi tidak bertujuan untuk meningkatkan kemampuan klien sendiri untuk mengontrol nyerinya. kemudian dibutuhkan kombinasi non farmakologi hendaknya sensasi nyeri berkurang serta masa pemulihan tidak menanggukhan (Swandari, 2014).

Nyeri pada pasien post *sectio caesarea* perlu mendapatkan pengendalian supaya tidak berdampak negatif bagi ibu maupun bayi. Sewaktu ini pengendalian nyeri melintas penggunaan obat analgesik, akan tetapi ditemukan intervensi secara non farmakologis yang diterapkan untuk pengendalian nyeri tanpa menimbulkan gejala lain yang tidak diinginkan maupun ketergantungan diantaranya pemberian aromaterapi, massage, teknik respirasi, akupuntur, transcutaneous electric nerve stimulations (TENS), kompres dan audionalgesia (Manggasa, 2021). Salah satu teknik relaksasi yang digunakan adalah teknik pijat genggam jari. Relaksasi genggam jari merupakan sebuah teknik relaksasi yang sangat elementer dan mudah dilakukan (Pinandita *et al.*, 2012).

Kala seseorang melaksanakan pijat genggam jari untuk mengendalikan nyeri yang diderita, maka tubuh menumbuhkan unsur saraf parasimpatik secara stimulan, sebab ini menyebabkan terjadi kadar hormon adrenalin dalam tubuh yang berimbas tingkat stress hal ini konsentrasi tubuhmeninggi dan mempermudah menyusun ritme pernafasan yang menjadi meningkatkan kadar oksigen didalam darah memberikan rasa tenang yang mampu mengendalikan derita nyerinya (Rosiska, 2021). Menurut penelitian yang dilakukan Wati & Ernawati (2020) memperlihatkan bahwa ada pergantian skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan perbuatan berupa terapi pijat genggam jari. Subjek dari penelitian melaporkan setelah diberikan membuat lebih nyaman dan nyeri berkurang.

Selain pijat jari, aromaterapi juga teruji ampuh menurunkan nyeri. Aromaterapi dimanfaatkan guna memulihkan gangguan pernapasan, nyeri, gangguan saluran, gangguan pada alat kelamin, serta masalah mental dan emosional. Sebab terjadi karena aromaterapi mampu memberikan sensasi yang memenuhi diri dan otak, serta stres yang diderita (Haniyah & Setyawati, 2018). Impak aromaterapi positif karena aroma yang segar dan harum membangkitkan sensori dan hasilnya organ lainnya terpengaruh maka dapat mencentuskan dampak yang kuat terhadap emosi (Tirtawati *et al.*, 2020). Aromaterapi lavender merupakan minyak yang aman sekaligus menyediakan daya antiseptik yang kuat, antivirus dan anti jamur serta meringankan nyeri dan sakit kepala (Kakuhese & Rambli, 2019).

Penelitian sebelumnya memperlihatkan aromaterapi lavender mampu merendahkan nyeri pada ibu post *sectio caesarea*, dimana memperlihatkan adanya penurunan nyeri sebelum (mean: 6.81) dan sesudah (mean: 5.72) dilaksanakan inhalasi aromaterapi lavender (Haniyah & Setyawati, 2018). Pemberian asuhan keperawatan pada ibu post partum, perawat perlu mengembangkan ilmu dan kiat keperawatan yang salah satunya adalah dapat mengintegrasikan model konseptual khususnya dalam pemberian asuhan keperawatan maternitas (Apriyani, 2018). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dalam pemberian intervensi pijat jari dengan aromaterapi dalam penurunan nyeri post *sectio caesarea*.

METODE

Penelitian ini ditulis dengan desain studi kasus deskriptif yang bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan nyeri akut pada pasien post *sectio caesarea* dengan menggunakan pijat jari dan aromaterapi lavender. Subjek pada penelitian ini adalah pasien post *sectio caesarea* dengan sampel Ny.F berusia 27 Tahun. Penelitian ini dilakukan di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegel pada tanggal 30 Januari 2023 sampai 1 Februari 2023. Peneliti melakukan asuhan

keperawatan kepada pasien dalam 3x24 jam dengan menerapkan pijat jari dan aromaterapi lavender satu hari 3x15 menit.

Metode pengumpulan penelitian ini dengan cara wawancara dan observasi. Analisis data pada penelitian ini dijalankan secara deskriptif naratif dengan membuat asuhan keperawatan SOAP untuk catatan perkembangan pasien, lembar observasi pasien untuk mengkaji nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, dan dalam penyajian data akan dijabarkan dalam bentuk narasi untuk mengetahui hasil yang telah didapatkan selama melakukan studi kasus.

Instrument yang digunakan pada penelitian ini untuk mengukur nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan sesudah dilakukan. Sedangkan relaksasi genggam jari dengan memijat jari I persatu dan aroma terapi lavender dengan teteskan satu tetes minyak esensial pada tisu, kapas atau sapu tangan. Hirup selama menit 15-30 menit

HASIL

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada Ny. F dengan Post SC di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal mulai dari tanggal 30 Januari 2023 sampai 01 Februari 2023 didapatkan hasil :

Pengkajian

Hasil pengkajian pada pasien Ny. F post SC dengan masalah nyeri akut di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal pada tanggal 30 Januari-1 Februari 2023 pengkajian meliputi aspek bio, psiko, sosial, dan spiritual, dengan pendekatan pengkajian melakukan wawancara, observasi, dan studi dokumentasi yaitu dengan membaca catatan dan rekam medik tentang klien, dilanjutkan dengan pemeriksaan fisik yang dilakukan dengan cara persistem. Hasil pengkajian diketahui bahwa keluhan utama adalah nyeri pada bagian luka post operasi P : Nyeri bertambah jika bergerak dan beraktivitas, Q: nyeri seperti tersayat-sayat, R : Abdomen, S : Skala nyeri 7, T : Hilang timbul. Pasien tampak meringis kesakitan dan tampak protektif terhadap luka insisi post operasi, berdasarkan hasil pemeriksaan fisik diketahui TD 100/80 mmHg; N 90 x/menit; dan RR 20 x/menit.

Diagnosa Keperawatan

Hasil diagnosa pada pasien Ny. F post SC dengan masalah nyeri akut di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal sesuai dengan teori yaitu nyeri akut berhubungan dengan Agen Pencedera Fisik (prosedur invasif).

Intervensi

Hasil intervensi pada pasien Ny. F post SC dengan masalah nyeri akut di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal Rencana tindakan keperawatan yang ditetapkan oleh penulis sesuai dengan kemampuan, kondisi, sarana dan berdasarkan prioritas, serta ditentukan dan diketahui oleh Ny. F sehingga dilakukan kerja sama yang baik dalam pelaksanaannya dan tidak menemukan hambatan. Intervensi yang dapat dilakukan dalam mengurangi rasa nyeri ibu post partum operasi sectio caesarea adalah tindakan non farmakologis terapi relaksasi genggam jari dengan aromaterapi lavender. Intervensi keperawatan pada Ny. F telah direncanakan pada diagnose yang sudah ditegakkan sesuai pada buku SIKI, SLKI, dan jurnal sebagai evidence base.

Implementasi

Pelaksanaan tindakan keperawatan pada Ny. F sesuai dengan perencanaan yang telah ditetapkan dengan melibatkan keluarga klien dan bekerja sama dengan perawat ruangan tanpa terlepas dari monitoring pada tiap pergantian dinas selama 24 jam dan didukung dengan sarana yang cukup. Implementasi keperawatan yang dilakukan untuk mengatasi masalah nyeri akut pada Ny. F adalah dengan memberikan relaksasi genggam jari dengan aromaterapi lavender.

Evaluasi

Hasil evaluasi keperawatan pada pasien Ny.F post SC dengan masalah nyeri akut di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal yaitu terdiri dari dua jenis yaitu evaluasi sumatif dan formatif untuk menentukan tercapai atau tidaknya tindakan yang telah dilakukan sesuai dengan tujuan yang telah

ditentukan dalam perencanaan keperawatan, masalah yang terjadi pada klien dapat teratasi pada hari ke-3 dan yang ditandai dengan frekuensi nafas normal (20 x/menit), TD 120/75 mmHg; N 75 x/menit, pasien terlihat lebih rileks dan skala nyeri menjadi 3.

PEMBAHASAN

Hasil studi kasus setelah diberikan implementasi massage dengan aromaterapi lavender, nyeri yang dirasakan pada pasien post SC yaitu nyeri akut dimana pasien mengeluhkan dari nyeri berat dengan skala 7 menjadi nyeri ringan dengan skala nyeri 3. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wati & Ernawati (2020) menunjukkan bahwa ada pergantian skala nyeri sebelum dan sesudah dilaksanakannya terapi genggam jari. Relaksasi genggam jari disebut sebagai *finger hold* yaitu sebetulnya teknik relaksasi yang dimanfaatkan untuk meredakan atau merendahkan intensitas nyeri pasca pembedahan (Tyas & Sadanoer, 2019).

Pijat jari dapat mengendalikan nyeri yang diderita, hal ini tubuh akan meninggikan unsur saraf parasimpatis secara stimulan, maka menimbulkan terjadinya kadar hormon adrenalin dalam tubuh yang mempengaruhi tingkat stress sehingga dapat meningkatkan konsentrasi tubuh meringankan mengatur ritme respirasi yang membuat meningkatkan kadar oksigen didalam darah memberikan rasa tenang yang mampu mengatasi nyeri (Rosiska, 2021). Hasil penelitian Andriyani (2020) memperlihatkan bahwa teknik relaksasi genggam jari lebih manjur untuk menurunkan nyeri dibandingkan relaksasi nafas dalam. Sejalan dengan hasil penelitian Pratiwi dkk (2020) yang diberikan pada teknik tersebut dapat berpengaruh dalam mengurangi nyeri dari skala 6 menjadi 3 (Pratiwi *et al.*, 2020). Di seluruh jari-jari tangan kita terdapat saluran atau meridian energi yang menjalin dengan berbagai organ dan emosi, ketika memegang setiap jari sambil bernafas dalam-dalam, kita dapat mempercepat aliran energi emosional dan perasaan kita untuk membantu pelepasan jasmani dan penyembuhan

Aromaterapi lavender merupakan minyak yang aman sekaligus menyediakan daya antiseptik yang kuat, antivirus dan anti jamur serta meringankan nyeri dan sakit kepala (Kakuhese & Rambli, 2019). Penelitian sebelumnya memperlihatkan bahwa aromaterapi lavender juga mampu menurunkan nyeri pada ibu post SC, dimana hasil menunjukkan adanya penurunan nyeri sebelum (mean: 6.81) dan sesudah (mean: 5.72) dilaksanakan inhalasi aromaterapi lavender (Haniyah & Setyawati, 2018). Sependapat dengan hasil studi kasus ini terdapat adanya penurunan intensitas nyeri yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan, hal ini aromaterapi mampu memberikan sensasi yang memuaskan diri dan otak, serta stres yang dirasakan.

Aroma lavender terhirup, molekul yang mudah menguap (volatile) dari minyak tersebut dibawa oleh arus udara ke "atap" hidung dimana silia-silia yang lembut muncul dari sel-sel reseptor. Ketika molekul-molekul itu melekat pada rambut-rambut tersebut, suatu pesan elektrokimia akan ditransmisikan melalui bola dan saluran olfaktori ke dalam sistem limbik. Hal ini akan mendatangkan memori dan respons emosional. Hipotalamus berperan sebagai relay dan regulator, membangun pesan-pesan yang harus disampaikan ke bagian otak serta bagian badan yang lain. Pesan yang diterima itu kemudian diindai menjadi respon yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan euphoria (kesenangan yang berlebihan), relaks atau sedatif. Sistem limbik ini terutama digunakan dalam ekspresi emosional. Hasil penelitian yang sama dilakukan oleh Kim (2017) aromaterapi lavender lebih efektif dalam proses penurunan nyeri dibandingkan dengan pemakaian analgesik (p-value = 0,007). Penelitian Tirtawati *et al.*, (2020) menunjukkan bahwa intensitas nyeri luka operasi sesudah diberikan aromaterapi lavender, pada kelompok kontrol tidak mengalami perubahan sedangkan pada kelompok intervensi menurun dari skala berat menjadi skala sedang.

Implementasi massage (relaksasi genggam jari) yang dikombinasikan dengan aromaterapi lavender merupakan dapat mengurangi dan menyembuhkan ketegangan fisik dan emosi dimana jari yang dihangatkan maka titik-titik keluar dan masuknya energi yang terletak pada jari kita yang digabungkan dengan inhalasi lavender dengan teknik nafas dalam dapat memberikan individu kontrol diri ketika terjadi rasa ketidaknyamanan atau cemas, stress fisik dan emosi sehingga nyeri yang dirasakan dapat menurun.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa pada pasien Ny.F post sectio caesarea dengan masalah nyeri akut di Ruang Mawar RSUD Kardinah Tegal sebelum dilakukan tindakan relaksasi genggam jari dengan aroma terapi lavender mempunyai skala nyeri 7 dan setelah diberikan tindakan relaksasi genggam jari dengan aroma terapi lavender selama 3x24 jam didapatkan skala nyeri turun menjadi 3. Saran bagi perawat dapat memberikan pelayanan asuhan keperawatan kepada pasien post sectio caesarea dengan teknik non farmakologis menggunakan relaksasi genggam jari dengan aromaterapi lavender dalam menangani masalah nyeri akut, karena teknik ini sangat mudah dipelajari dan dilakukan pada saat pasien pulang dari rumah sakit.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Universitas Harapan Bangsa terutama pembimbing akademik yang sudah memberikan bimbingan dan dukungannya. Terima kasih kepada pihak pembimbing lahan dari RSUD Kardinah Kota Tegal yang sudah mengarahkan dan membimbing selama proses penelitian.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dari penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyani, W. (2018). Aplikasi Teori Ramona T Mercer : Maternal Role Attainment – Becoming A Mother. Jakarta: Trans Info Media.
- Haniyah, S., & Setyawati, M. B. (2018). The Effectiveness Of Lavender Aromatherapy Technique On Pain Reduction Of Post Caesarean Section Patients In Ajibarang Hospital. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 13(3), 119. <https://doi.org/10.20884/1.Jks.2018.13.3.831>
- Hidayat, A. A. (2020). Metodologi Penelitian Keperawatan Dan Kesehatan. In Salemba Medika. Jakarta: Salemba Medika.
- Herlyssa, H., Jehanara, J., & Wahyuni, E. D. (2018). Aromaterapi Lavender Essensial Oil Berpengaruh Dominan Terhadap Skala Nyeri 24 Jam Post Seksio Sesaria. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 192. <https://doi.org/10.26630/Jk.V9i2.829>
- Kakuhese, F. F., & Rambli, C. (2019). Applies Relaxation Technique Of Lavender Aromatherapy To Client Post Sectio Caesarea With Pain. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 3(2), 2.
- Masruroh, N. (2020). *Persalinan Normal Vs Sectio Caesaria Di Era Pandemi Covid-19*. Duta.Co. <https://duta.co/persalinan-normal-vs-sectio-caesaria-di-era-pandemi-covid-19-1>
- Megawahyuni, A., Hasnah, H., & Azhar, M. U. (2018). Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Dengan Teknik Meniup Balon Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pasca Operasi Seksio Sesarea Di Rsia Bahagia Makassar. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 51–60. <https://doi.org/10.24252/Kesehatan.V11i1.5028>
- Raja, S. N., Carr, D. B., Cohen, M., Finnerup, N. B., Flor, H., Gibson, S., Keefe, F. J., Mogil, J. S., Ringkamp, M., Sluka, K. A., Song, X.-J., Stevens, B., Sullivan, M. D., Tutelman, P. R., Ushida, T., & Vader, K. (2020). The Revised International Association For The Study Of Pain Definition Of Pain. *Pain*.
- Tim Pokja Siki Dpp Ppni. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia(Siki)*. Jakarta: Dewan Pengurus Ppni.
- Tirtawati, G. A., Purwandari, A., & Yusuf, N. H. (2020). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea. *Jidan (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 7(2), 38–44. <https://doi.org/10.47718/Jib.V7i2.1135>