

**PEMBERIAN AROMATERAPI JAHE TERHADAP PENURUNAN
INTENSITAS NYERI PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA*
*THE EFFECT OF ADMINISTERING GINGER AROMATHERAPY
ON PAIN INTENSITY OF POST SECTIO CAESAREA***

¹Safrina Santi, ^{2*}Mutia Nadra Maulida, ³Nurna Ningsih

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

^{2,3}Departemen Keperawatan Maternitas Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

*Email: mutianadra@fk.unsri.ac.id

Abstrak

Sectio Caesarea merupakan tindakan persalinan melalui insisi pada abdomen. Tindakan tersebut akan berdampak pada ibu salah satunya yaitu nyeri *post sectio caesarea*. Peran perawat sangat berpengaruh dalam mengurangi nyeri yang dirasakan ibu. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap intensitas nyeri *post sectio caesarea*. Desain penelitian ini adalah jenis kuantitatif *pra eksperimental* dengan menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Sampel penelitian ini berjumlah 15 responden yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas skala nyeri sebelum dilakukan intervensi adalah 7,6 dan sesudah dilakukan adalah 5,6. Hasil analisis didapatkan bahwa *p value* sebesar 0,000 dari nilai $\alpha < 0,05$ yang berarti ada pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap intensitas nyeri *post sectio caesarea* di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Kota Palembang. Semua responden mengalami penurunan skala nyeri setelah diberikan aromaterapi jahe. Aromaterapi jahe dapat digunakan sebagai salah satu terapi untuk mengatasi nyeri *post sectio caesarea*.

Kata kunci: Aromareapi Jahe, Nyeri, *Post Sectio Caesarea*

Abstract

*Sectio caesarea is childbirth through an incision in the abdomen. The action will have an impact on mothers, one of which is pain of post sectio caesarea. The role of nurses is very influential in reducing the pain suffered by mothers. The study aimed to find out the effect administering ginger aromatherapy on pain intensity of post section caesarea. This was a quantitative study of pre-experimental design with one group pretest-posttest design. The number of samples was 15 respondents taken using purposive sampling technique. The study results showed that pain intensity scale before the intervention was 7.6 and after intervention was 5.6. The analysis results showed that there was an effect administering ginger aromatherapy on pain intensity of post sectio caesarea with *p value* of 0,000 of $\alpha < 0.05$. All pain intensity scales of the respondents decreased after being given aromatherapy. Ginger aromatherapy can be used as one of the therapies to overcome the pain of post sectio caesarea.*

Keyword: *Ginger Aromatherapy, Pain, Post Sectio Caesarea.*

PENDAHULUAN

Sectio caesarea merupakan salah satu cara terakhir proses melahirkan bayi bagi seorang ibu. *Sectio caesarea* hanya dilakukan bila ada kendala dalam proses persalinan normal bisa berupa kendala menetap dan kendala

yang tidak menetap.¹ Tindakan *sectio caesarea* merupakan pilihan utama bagi tenaga medis untuk menyelamatkan ibu dan janin. Ada beberapa indikasi untuk dilakukan *sectio caesarea* antara lain gawat janin, *diproporsi sepalopelvik*, persalinan

**Seminar Nasional Keperawatan “Pemenuhan Kebutuhan Dasar dalam Perawatan Paliatif
Pada Era Normal Baru” Tahun 2020**

tidak maju, *plasenta previa*, prolapsus tali pusat, mal presentase janin/letak lintang.²

Menjalani persalinan dengan tindakan pembedahan atau operatif akan menyebabkan efek nyeri akibat *sectio caesarea*. Nyeri merupakan kondisi yang berupa perasaan yang tidak menyenangkan. Sifat nyeri sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda-beda pada setiap orang dan hanya orang tersebut yang dapat merasakan serta menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya.³

Nyeri dapat diatasi dengan dua cara yaitu dengan farmakologi dan nonfarmakologi. Manajemen farmakologi yaitu dengan pemberian analgesik. Pemberian analgesik tidak selamanya baik untuk tubuh, karena analgesik mengandung obat-obatan yang memiliki efek samping jika pemberian dengan dosis yang berlebih. Oleh karena itu perlu adanya kolaborasi dengan pemberian manajemen non farmakologi. Penatalaksanaan nyeri dengan cara terapi non farmakologi yaitu dengan beberapa cara salah satunya yaitu dengan pemberian aromaterapi. Aromaterapi merupakan salah satu metode relaksasi alternatif yang banyak diminati orang karena dapat memberikan perasaan tenang.⁴ Fenomena tersebut menjadikan peneliti tertarik untuk meneliti adakah pengaruh pemberian aromaterapi jahe terjadap intensitas nyeri *post sectio*

caesarea di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Kota Palembang.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pra eksperimen* yang termasuk dalam klasifikasi *one group pretest and posttest design*. Pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 15 responden. Kriteria inklusi bersedia menjadi responden, tidak memiliki riwayat operasi sebelumnya, berusia 18-45 tahun, pasien dengan kategori cemas sedang, tidak memiliki kontraindikasi terhadap aromaterapi, dan responden mendapatkan jenis pembiusan dan obat analgetik yang sama.

Pengumpulan data menggunakan instrumen berupa kuesioner nyeri yaitu *Numeric Rating Scale* (NRS) dan tool screening dengan menggunakan kuesioner cemas yaitu *Zung Self – Anxiety Rating Scale* (SRAS). Analisis data yang dilakukan yaitu analisis univariat untuk mengetahui usia, pekerjaan, pendidikan terakhir, dan tingkat kecemasan. Analisis bivariat untuk melihat pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap intensitas nyeri *post section caesarea* di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Kota Palembang.

HASIL

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden berdasarkan usia, pekerjaan, dan pendidikan terakhir

No	Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	Usia	18-25 tahun	9	60
		26-35 tahun	6	40
2	Pekerjaan	IRT	5	33,3
		PNS	7	46,7
		Swasta	3	20
3	Pendidikan	SMP	2	13,3
		SMA	5	33,3
		Perguruan Tinggi	8	53,4
4	Tingkat Kecemasan	Kecemasan Sedang	15	100%

**Seminar Nasional Keperawatan “Pemenuhan Kebutuhan Dasar dalam Perawatan Paliatif
Pada Era Normal Baru” Tahun 2020**

Berdasarkan tabel 1 hasil analisis distribusi karakteristik responden dapat diketahui bahwa mayoritas responden dengan karakteristik usia remaja akhir (18-25 tahun) yang berjumlah 9 orang dengan presentase sebesar 60%. Data pekerjaan responden terbanyak yakni PNS yang berjumlah 7 orang dengan presentase sebesar 46,7%.

Data pendidikan terakhir responden yang paling banyak adalah perguruan tinggi yang berjumlah 8 orang dengan presentase sebesar 53,4%. Tingkat kecemasan responden yang terbanyak adalah tingkat kecemasan sedang dengan nilai presentase sebesar 100%.

Tabel 2. Skala nyeri sebelum pemberian aromaterapi jahe *post sectio caesarea* (n=15)

Hasil Data	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maksimum	95%CI	
					Lower	Upper
Skala nyeri sebelum pemberian aromaterapi jahe (pre test)	7,6	0,63246	7	9	7,2498	7,9502

Berdasarkan data tabel 2 didapatkan hasil rata-rata skala nyeri sebelum pemberian aromaterapi jahe adalah 7,6. Std. Deviation (Standar Deviasi) adalah 0,63246 yang artinya bentuk pengukuran yang digunakan

untuk mengukur jumlah variasi dan sebaran sejumlah nilai data atau disebut dengan simpangan baku. Nilai minimum skala nyeri sebelum pemberian aromaterapi jahe adalah 7 dan nilai maksimum adalah 9.

Tabel 3. Skala nyeri sesudah pemberian aromaterapi jahe *post sectio caesarea* (n=15)

Hasil Data	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maksimum	95%CI	
					Lower	Upper
Skala nyeri sesudah pemberian aromaterapi jahe (post test)	5,6	0,63246	5	7	5,2498	5,9502

Berdasarkan data tabel 3 didapatkan hasil rata-rata skala nyeri sesudah dilakukan pemberian aromaterapi jahe adalah 6. Std. Deviation (Standar Deviasi) adalah 0.63246 yang artinya bentuk pengukuran yang

digunakan untuk mengukur jumlah variasi dan sebaran sejumlah nilai data atau disebut dengan simpangan baku. Nilai minimum skala nyeri sesudah pemberian aromaterapi jahe adalah 5 dan nilai maksimum adalah 7.

Tabel 4. Distribusi perbandingan skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi jahe *post sectio caesarea* (n=15)

Pemberian aromaterapi jahe	N	Mean	Perbedaan rerata	<i>p value</i>
Pre-test	15	7,6	2	0,000
Post-test	15	5,6		

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa perbedaan rata-rata antara skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi jahe adalah 2 dengan signifikan *p value* 0,000 dari nilai $\alpha < 0,05$. Maka dengan nilai

p value 0,000 lebih kecil dari $\alpha < 0,05$ dan H_0 ditolak artinya terdapat pengaruh signifikan terhadap pemberian aromaterapi terhadap intensitas nyeri *post sectio caesarea*.

PEMBAHASAN

Usia responden terbanyak yang didapatkan dalam penelitian tersebut yaitu usia remaja akhir dengan rentang usia 18-25 tahun dengan hasil presentase sebesar 56% yang berjumlah 9 responden. Kejadian nyeri terdapat pada kelompok usia produktif, hal tersebut di karenakan adanya aktifitas dan mobilitas yang tinggi dari individu.⁵

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan dalam penelitian ini mayoritas ibu yang memiliki pekerjaan sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS) sebanyak 7 responden dengan nilai presentasi sebesar 43%. Pekerjaan merupakan salah satu alasan yang mendasari kecenderungan untuk melahirkan dengan tindakan persalinana melalui insisi atau *sectio caesarea* terutama di kota-kota besar, hal tersebut dikarenakan para ibu yang memiliki pekerjaan yang terikat sehingga mereka harus bekerja pada jadwal yang telah ditentukan.⁶

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan terakhir dalam penelitian ini paling banyak pada responden dengan tingkat pendidikan terakhir di perguruan tinggi yaitu sebanyak 8 orang dengan nilai presentase sebesar 50%. Seorang individu yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi juga akan mempunyai toleransi nyeri yang tinggi, maka dari itu tingkat pendidikan mempengaruhi persepsi nyeri seseorang dalam merasakan nyeri yang di alami oleh individu.⁷

Berdasarkan hasil penelitian ini, data skala nyeri sebelum pemberian aromaterapi jahe pada responden *post sectio caesarea* dengan rata-rata 7,6, nilai terendah yaitu 7 dan nilai tertinggi yaitu 9 dan data skala nyeri setelah pemberian aromaterapi jahe pada responden *post sectio caesarea* dengan rata-rata 5,6 dengan nilai terendah yaitu 5 dan nilai tertinggi yaitu 7.

Sectio caesarea merupakan pembedahan yang dapat menimbulkan respon neuroendokrin (stres fisiologis) dan stres

psikologis yang berupa perasaan cemas serta perasaan takut.⁸ Salah satu contoh stres fisiologis yaitu nyeri. Nyeri tersebut dapat diapresiasi dengan menggunakan skala nyeri untuk menunjukkan derajat nyeri yang dirasakan oleh responden.

Penanganan nyeri pada pasien *post sectio caesarea* yang dilakukan di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Kota Palembang hanya menggunakan terapi farmakologis yaitu obat pereda nyeri yang di berikan kepada ibu *post sectio caesarea* untuk mengurangi rasa nyeri yang di alami responden. Mekanisme kerja aromaterapi dalam tubuh manusia berlangsung melalui dua sistem fisiologis, yaitu sirkulasi tubuh dan sistem penciuman. Aromaterapi dapat mempengaruhi kondisi psikis, daya ingat, dan emosi seseorang.⁹

Aromaterapi merupakan salah satu metode dengan menggunakan minyak atsiri untuk meningkatkan kesehatan fisik serta dapat memengaruhi kesehatan emosi bagi individu. Minyak atsiri merupakan minyak alami yang diambil dari tanaman aromatik atau bahan alam yang menghasilkan senyawa serta memiliki aroma tanaman.¹⁰

Selain menghasilkan minyak atsiri jahe juga memiliki kandungan zat pati dan zat anti radang yang berfungsi dengan baik jika dihirup serta tidak memiliki efek samping bagi tubuh. Aromaterapi jahe dapat membantu seorang individu untuk melegakan pernapasan serta memberikan efek rileksasi sehingga dapat membantu individu menurunkan skala nyeri.

Aromaterapi mempengaruhi sistem limbik di otak yang mempengaruhi emosi, suasana hati dan memori, untuk menghasilkan neurohormon di endorpin dan encephalin yang berfungsi untuk menghilangkan rasa sakit dan serotonin yang berfungsi menghilangkan stress serta kecemasan saat menghadapi persalinan. Teknik non farmakologi untuk mengurangi nyeri adalah dengan penggunaan aromaterapi atau minyak esensial. Aromaterapi digunakan untuk mempengaruhi emosi seseorang dan

**Seminar Nasional Keperawatan “Pemenuhan Kebutuhan Dasar dalam Perawatan Paliatif
Pada Era Normal Baru” Tahun 2020**

membantu meredakan gejala penyakit. Sari minyak yang digunakan dalam aromaterapi ini berkhasiat untuk mengurangi stress, melancarkan sirkulasi darah, serta meredakan rasa nyeri.¹¹

KESIMPULAN

Ada pengaruh pemberian aromaterapi jahe terhadap intensitas nyeri *post section caesarea* di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Kota Palembang. Penggunaan aromaterapi jahe dapat dimanfaatkan oleh ibu-ibu *post sectio caesarea* sebagai salah satu cara untuk menurunkan intensitas nyeri akibat luka persalinan dengan tindakan *sectio caesarea*.

REFERENSI

1. Trihendradi C, Indarto. Wonderpa – Indahnya Pendampingan. Yogyakarta: Andi Offset; 2010.
2. Sumelaung V, Kundre R, Karundeng M. Faktor-Faktor yang Berperan Meningkatkan Angka Kejadian Sectio Caesarea di Rumah Sakit Umum Daerah Liun Kendage Tahuna. *Ejurnal Keperawatan*. 2014 Feb;2(1).
3. Uliyah M, Hidayat AAA. Keterampilan Dasar Praktik Klinik untuk Kebidanan. 2nd ed. Jakarta: Salemba Medika; 2008.
4. Agustini NMYA, Sudhana H. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Konsentrasi Siswa Kelas V Sekolah Dasar dalam Mengerjakan Soal Ulangan Umum. *Jurnal Psikologi Udayana*. 2014;1(2);271-8.
5. Zamzara RF, Ernawati D, Susanti A. Pengaruh Pijat Oksitoksin Terhadap Waktu Pengeluaran Kolostrum Ibu Post Partum Sectio Caesar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2015;8(2).
6. Bramantyo. Melahirkan Tanpa Rasa Sakit dan Nyeri. Jakarta: Rineka Swara, 2003.
7. Cahyasar T. Perbedaan Efektivitas Inhalasi Aromaterapi Lavender dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Persepsi Nyeri Pada Insersi AV Shunt Pasien Hemodialisis Di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. [skripsi]. Purwokerto: Universitas Muhammadiyah Purwokerto; 2015.
8. Baradero M, Dayrit MW, Siswandi Y. Prinsip dan Praktik Keperawatan Perioperatif. Jakarta: EGC; 2009.
9. Rahmawati I, Setyowati H, Rohmayanti. Efektifitas Aromaterapi Lavender dan Aromaterapi Lemon Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea (SC) di Rumah Sakit Budi Rahayu Kota Magelang. *Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*. 2017;2(2).
10. Koensoemardiyah. A-Z Aromaterapi untuk Kesehatan, Kebugaran, dan Kecantikan. Yogyakarta: Lily Publisher; 2009.
11. Sulastri. Perbandingan Pemberian Efek Aromaterapi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) dan Jeruk Masam (*Citrus aurantium*) Terhadap Intensitas Nyeri Paska Bedah. [thesis]. Yogyakarta: Gadjah Mada University; 2016.