

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PASIEN PASCA OPERASI DI RUMAH SAKIT DUSTIRA CIMAH

Argi Virgona Bangun¹, Susi Nur'aeni²

^{1,2} Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Jendral Achmad Yani Cimahi

ABSTRACT

Lavender as aromatherapy give effect of relaxing and sedation. Research aimed to know the influence of lavender aromatherapy on pain intensity on major surgical post operative patient. This research used pre-experimental design with *one group pretest-posttest design form*. Sample in this research as many as 10 people by purposive sampling technique and data analysis by paired t-test. Statistical test result obtained p value 0,001. There is seen a significance difference of pain intensity before and after lavender aromatherapy provision. Suggestion for Dustira Hospital Cimahi, research could become input for Hospital to applied lavender aromatherapy provision on post operative patient. Lavender aromatherapy should be taught before surgery, and patients can be applied in patients after surgery.

Key Words : Aromatherapy, Lavender, Post Surgery Pain, Pain Intensity

ABSTRAK

Lavender sebagai aromaterapi memberikan efek relaksasi dan sedasi. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi. Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan bentuk rancangan *one group pretest-posttest design* selama Januari - April 2013 dengan sampel yang dipilih secara *purposive sampling*. Analisa data dengan *uji paired t-test*. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0,001 berarti ada perbedaan intensitas nyeri antara sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender. Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi Rumah Sakit untuk menerapkan pemberian aromaterapi lavender pada pasien pasca operasi.

Kata kunci : Aromaterapi, Lavender, operasi, Intensitas Nyeri

PENDAHULUAN

Pembedahan merupakan suatu tindakan pengobatan yang menggunakan cara invasif dengan membuka dan menampilkan bagian tubuh yang akan ditangani. Pembukaan bagian tubuh ini umumnya dilakukan dengan membuat sayatan. Setelah bagian yang akan ditangani ditampilkan, selanjutnya dilakukan perbaikan yang diakhiri dengan penutupan dan penjahitan luka. Setiap pembedahan selalu berhubungan dengan insisi yang merupakan trauma bagi penderita yang menimbulkan berbagai keluhan dan gejala. Salah satu keluhan yang sering dikemukakan adalah nyeri (Sjamsuhidajat & Jong, 2005). Adapun bentuk nyeri yang dialami oleh klien pasca pembedahan adalah nyeri akut. Nyeri akut secara serius mengancam penyembuhan klien pasca operasi sehingga menghambat kemampuan klien untuk terlibat aktif dalam mobilisasi, rehabilitasi, dan hospitalisasi menjadi lama (Perry & Potter, 2006).

Nyeri setelah pembedahan merupakan hal yang fisiologis, tetapi hal ini menjadi salah satu keluhan yang paling ditakuti oleh klien setelah pembedahan. Sensasi nyeri mulai terasa sebelum kesadaran klien kembali penuh, dan semakin meningkat seiring dengan berkurangnya pengaruh anestesi. Adapun bentuk nyeri yang dialami oleh klien pasca pembedahan adalah nyeri akut (Perry & Potter, 2006). Tujuan dari manajemen nyeri pasca operasi adalah untuk mengurangi atau menghilangkan rasa sakit dan ketidaknyamanan pasien dengan efek samping seminimal mungkin. Salah satu intervensi yang efek sampingnya minimal adalah penatalaksanaan nonfarmakologi seperti stimulasi dan massase kutaneus, terapi es dan panas, stimulasi saraf

elektrik transkutaneus (TENS), distraksi, teknik relaksasi, imajinasi terbimbing, hipnosis (Bare G & Smelzer C, 2002). Salah satu fungsi independen yang merupakan fungsi mandiri dan tidak tergantung pada petugas medis lain, dimana perawat dalam melaksanakan tugasnya dilakukan secara mandiri dengan keputusannya sendiri dalam melakukan tindakan dalam rangka pemenuhan kebutuhan dasar manusia (Hidayat, 2004).

Aromaterapi adalah terapi komplementer dalam praktek keperawatan dan menggunakan minyak esensial dari bau harum tumbuhan untuk mengurangi masalah kesehatan dan memperbaiki kualitas hidup. Sharma (2009) mengatakan bahwa bau berpengaruh secara langsung terhadap otak seperti obat analgesik. Misalnya, mencium lavender maka akan meningkatkan gelombang-gelombang alfa didalam otak dan membantu untuk merasa rileks. Berdasarkan studi pendahuluan pada 10 orang pasien pasca operasi bedah mayor yang mendapatkan terapi analgesik dengan dosis dan cara pemberian yang sama didapatkan bahwa skala nyeri mereka ada pada rentang yang berbeda-beda. Selain itu diketahui bahwa upaya lain untuk mengatasi nyeri selain obat adalah hanya dengan melakukan relaksasi nafas dalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi bedah mayor di Rumah Sakit Dustira Cimahi.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di ruang perawatan bedah wanita RS Dustira Cimahi pada April sampai dengan Mei 2013. Penelitian ini menggunakan desain *Quasi-experimental* dengan *one group*

pretest posttest. Responden terdiri dari 10 orang pasien paska operasi bedah mayor hari ke-2 yang tidak memiliki riwayat dioperasi sebelumnya, berusia 18-45 tahun, jenis kelamin perempuan, dan mendapatkan jenis analgetik yang serupa. Responden dikaji skala nyerinya menggunakan *Verbal Descriptor Scale (VDS)* lalu diberikan aroma terapi lavender sebanyak 3 tetes dengan menggunakan

pembakar minyak dan tungku selama 10 menit. Responden diminta bernafas normal, tidak melakukan aktivitas lain selama menghirup aroma terapi, dalam kondisi ruangan yang tenang. Selanjutnya satu jam kemudian skala nyeri diukur kembali. Analisis bivariat dilakukan melalui uji *paired t-test*.

HASIL DAN BAHASAN

Tabel 1. Rerata Intensitas Nyeri Pasien Pasca Operasi Sebelum Pemberian Aromaterapi Lavender di Rumah Sakit Dustira Cimahi.

Variabel	Mean	SD	Minimum Maksimum	95%CI
Intensitas Nyeri Sebelum Aromaterapi Lavender	4,80	2,530	2-10	2,99 6,61

Dari hasil analisa tabel 1 terlihat bahwa intensitas nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender 4,80, dengan intensitas nyeri terendah 2 dan tertinggi 10. Dari tingkat kepercayaan pasien disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata intensitas nyeri antara 2,99 sampai 6,61. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Marzouk, et al (2012) yang menunjukkan bahwa kombinasi dari efek lavender dengan analgesik, sedatif, dan antikonvulsan dapat mengurangi nyeri efek anestesi lokal serta penelitian Maryati (2010) menunjukkan bahwa aromaterapi lavender berpengaruh terhadap nyeri haid primer dengan nilai $p=0,000$, $p \text{ value} < \alpha$ ($\alpha=0,05$). McCaffery (2009) mendefinisikan nyeri sebagai "orang yang mengalami nyeri dalam segala hal dan terjadi kapan saja orang tersebut mengatakan bahwa ia

merasakan nyeri" (Kozier, et al. 2009). Berdasarkan International Association For Study of Pain (IASP), nyeri adalah sensori subjektif dan emosional yang tidak menyenangkan yang didapat terkait dengan kerusakan jaringan aktual maupun potensial, atau menggambarkan kondisi terjadinya kerusakan (Lyndon, 2013).

Nyeri setelah pembedahan merupakan hal yang fisiologis, tetapi hal ini merupakan salah satu keluhan yang paling ditakuti oleh klien setelah pembedahan. Sensasi nyeri mulai terasa sebelum kesadaran klien kembali penuh, dan semakin meningkat seiring dengan berkurangnya pengaruh anestesi. Adapun bentuk nyeri yang dialami oleh klien pasca pembedahan adalah nyeri akut yang terjadi karena adanya luka insisi bekas pembedahan (Perry dan Potter, 2006). Pada nyeri pasca bedah rangsangan nyeri

disebabkan oleh rangsangan mekanik yaitu luka (insisi) dimana insisi ini akan merangsang mediator-mediator kimia dari nyeri seperti histamin, bradikinin, asetilkolin, dan substansi prostaglandin dimana zat-zat ini diduga dapat meningkatkan sensitifitas reseptor nyeri yang akan menimbulkan sensasi nyeri. Selain zat yang mampu merangsang kepekaan nyeri, tubuh juga memiliki zat yang mampu menghambat (inhibitor) nyeri yaitu endorfin dan enkefalin yang mampu meredakan nyeri (Bare G & Smelzer C, 2002).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri pasien pasca operasi bedah mayor sebelum pemberian aromaterapi lavender adalah antara 2,99 sampai 6,61. Hal itu bermakna mereka

merasa nyeri ringan sampai dengan nyeri hebat tak tertahankan. Tujuan dari manajemen nyeri pasca operasi adalah untuk mengurangi atau menghilangkan rasa sakit dan ketidaknyamanan pasien dengan efek samping seminimal mungkin. Pendekatan farmakologi merupakan tindakan kolaborasi antara perawat dengan dokter, yang menekankan pada pemberian obat yang mampu menghilangkan sensasi nyeri. Sedangkan strategi penatalaksanaan nyeri nonfarmakologi dapat diterapkan berbagai tindakan keperawatan holistik. Pada implementasi trapi holistik di Indonesia, strategi tindakan holistik dipandang sebagai tindakan komplementer (Perry & Potter, 2006).

Tabel 2. Rerata Intensitas Nyeri Pasien Pasca Operasi Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender di Rumah Sakit Dustira Kota Cimahi.

Variabel	Mean	SD	Minimum Maksimum	95%CI
Intensitas Nyeri Sesudah Aromaterapi Lavender	4,10	2,807	1-10	2,09 6,11

Dari hasil analisa tabel 2 intensitas nyeri sesudah diberikan aromaterapi lavender 4,10, dengan intensitas nyeri terendah 1 dan tertinggi 10. Dari tingkat kepercayaan pasien disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata intensitas nyeri antara 2,09 sampai 6,11. Dipandang dari segi biaya dan manfaat, penggunaan manajemen nonfarmakologi lebih ekonomis dan tidak ada efek sampingnya jika dibandingkan dengan penggunaan manajemen nyeri farmakologi. Selain itu juga mengurangi ketergantungan pasien

terhadap obat-obatan. Perawat mengajarkan keperawatan mandiri atau terapi komplementer kepada pasien atau keluarga pasien. Salah satu terapi komplementer adalah aromaterapi, dimana aromaterapi ini bermanfaat mengurangi ketegangan otot yang akan mengurangi tingkat nyeri.

Hasil penelitian menunjukkan penurunan bermakna dari intensitas nyeri paska pemberian aromaterapi Lavender, yaitu 2,09 sampai 6,11. Bau yang merupakan stimulan ingatan yang sangat

kuat, secara spontan memberikan tanda-tanda emosi yang disebabkan karena keunikan dari sistem penciuman yang berhubungan langsung dengan sistem limbik dan emosi kita (Romantyo & Harini, 1999) Sistem limbik adalah bagian dari

otak yang dikaitkan dengan suasana hati, emosi, memori, dan belajar kita. Semua bau yang mencapai sistem limbik memiliki pengaruh langsung pada suasana hati kita (Sharma, 2009).

Tabel 3. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Bedah Mayor di Rumah Sakit Dustira Kota Cimahi.

Variabel	Mean	SD	Perbedaan Rata-rata	P Value	N
Intensitas Nyeri					
Pre	4,80	2,530	0,700	0,001	10
Post	4,10	2,807			

Dari hasil analisa tabel 3 didapatkan bahwa rerata intensitas nyeri sebelum pemberian aromaterapi lavender adalah 4,80 dengan standar deviasi 2,530. Intensitas nyeri sesudah pemberian aromaterapi lavender 4,10 dengan standar deviasi 2,807. Terlihat nilai mean perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah adalah 0,700. Hasil uji statistik didapatkan perbedaan yang signifikan karena nilai $p = 0,001$, $p \text{ value} < \alpha$ ($\alpha = 0,05$). Maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan rata-rata sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender.

Aromaterapi lavender bermanfaat untuk relaksasi, kecemasan, mood, dan pasca pembedahan menunjukkan terjadinya penurunan kecemasan, perbaikan mood, dan terjadi peningkatan kekuatan gelombang alpha dan beta yang menunjukkan peningkatan relaksasi. Gelombang alpha sangat bermanfaat dalam kondisi relaks mendorong aliran energi kreativitas dan perasaan segar dan sehat. Kondisi gelombang alpha ideal untuk perenungan, memecahkan masalah, dan visualisasi, bertindak sebagai gerbang

kreativitas seseorang. Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek menenangkan. Menurut penelitian yang dilakukan terhadap tikus, minyak lavender memiliki efek sedasi yang cukup baik dan dapat menurunkan aktivitas motorik mencapai 78%, sehingga sering digunakan untuk manajemen stres. Beberapa tetes minyak lavender dapat membantu menanggulangi insomnia, memperbaiki mood seseorang, dan memberikan efek relaksasi. Pendapat ini juga didukung oleh Sharma (2009) yang menyatakan bahwa lavender bersifat analgesik; untuk nyeri kepala, nyeri otot, bersifat antibakterial, antifungal, antiinflamasi, antiseptik, dan penenang. Sejauh ini tidak ada kontraindikasi yang diketahui dan tidak terdapat iritasi jika digunakan pada kulit dan juga tidak mengiritasi mukosa. Bahwa mencium lavender maka akan meningkatkan gelombang-gelombang alpha didalam otak dan membantu untuk merasa rileks.

Hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa ada 3 responden dengan skala nyeri yang tetap sesudah

diberikan aromaterapi lavender. Menurut data yang peneliti lakukan, semua responden menyukai wangi aromaterapi lavender. Walaupun semua responden menyukai wangi aromaterapi, ada 3 responden intensitas nyerinya tetap. Hal ini terjadi dikarenakan perbedaan karakteristik nyeri yaitu 2 responden mengalami nyeri yang berlangsung lama sampai merintih-rintih kesakitan, gelisah, dan menangis. Sedangkan 1 responden hanya gelisah saja. Diagnosa medis responden pertama yaitu HNP lumbal skala nyerinya 10, responden kedua yaitu amputasi dengan DM type II skala nyerinya 3, dan responden ketiga yaitu cholelitis skala nyerinya 7. Usia dari 3 responden ini 45 tahun dan usia ini paling tua dibanding dengan 7 responden yang lain. Sesuai dengan (Perry & Potter, 2006), usia merupakan variabel penting yang mempengaruhi nyeri. Perbedaan perkembangan dan kesensitifan terhadap nyeri, yang membuat hasil intensitas nyerinya tetap berbeda dengan 7 responden yang hasil intensitas nyerinya berkurang.

Responden yang mengalami skala tetap, setelah dihubungkan dengan konsep dari teori dalam keperawatan akan sesuai dengan pengertian nyeri adalah sebuah sensasi subjektif sehingga tidak ada dua orang yang berespons dengan cara yang sama. Nyeri dapat secara langsung mengganggu kesehatan dan memperlambat penyembuhan dari pembedahan, penyakit, dan trauma. Seseorang mendapat suatu stresor, dalam hal ini nyeri maka orang tersebut akan berespon untuk mempertahankan kesehatannya (mengurangi nyeri). Sehingga responden akan menggunakan kopingnya untuk

memenuhi kebutuhan rasa nyamannya Gaffar (1999, dalam Yudistira, 2011).

SIMPULAN DAN SARAN

Aromaterapi lavender berpengaruh dalam penurunan intensitas nyeri pada pasien pasca operasi bedah mayor ditandai dengan penurunan nilai rata-rata intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender. Perawat perlu mengintegrasikan hasil penelitian ini sebagai salah satu intervensi dalam asuhan keperawatan pada pasien pasca operasi. Perawat juga perlu mensosialisasikan penggunaan aromaterapi lavender kepada pasien, keluarga, dan masyarakat melalui pemberian pendidikan kesehatan. Desain penelitian dapat dicoba ulang dengan melibatkan kelompok kontrol dan kelompok intervensi dan menambah jumlah sampel.

DAFTAR PUSTAKA

- Baradero, M. et al. (2009). Prinsip & Praktik Keperawatan Perioperatif. Jakarta: EGC
- Bare G & Smelzer C. (2002). Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth. Jakarta: EGC
- Budiman. (2011). Penelitian Kesehatan. Bandung: Refika Aditama
- Dahlan, S.M. (2009). Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika
- Dewi, 2010, Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi. <http://www.jurnal.unud.ac.id//>
- Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, 2012, The Effect of Aromatherapy Abdominal Massage on Alleviating Menstrual Pain in

- Nursing Students. tersedia <http://www.dx.doi.org//>
- Ermiaati, et al, 2010, tersedia <http://www.unpad.ac.id//>
Pengaruh Aromatherapy Terhadap Nyeri Haid Primer.html
- Gaffar (1999, dalam Yudistira, 2011). Efektivitas Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri. Cimahi: Stikes Jenderal Achmad Yani Cimahi
- Hidayat, A. (2004). Pengantar Konsep Dasar Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika
- Indonesia Sehat. (2010). Pustaka Kesehatan Populer. Jakarta: Ensiklopedia
- Jaelani. (2009). Aroma Terapi. Jakarta: Pustaka Populer Obor
- Kozier, B. et al. (2011). Buku Ajar Fundamental keperawatan (Konsep, Proses, dan Praktik). Jakarta: EGC
- Kunthi, D & Mauliku, N. (2011). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta
- Lyndon, S. (2013). Panduan Praktik Keperawatan Klinis. Tangerang Selatan: Karisma
- Muttaqin, A. (2009). Asuhan Keperawatan Perioperatif (Konsep, Proses, dan Aplikasi). Jakarta: Medika
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Potter & Perry. (2006). Buku ajar Fundamental Keperawatan (Konsep, Proses, dan Praktik). Jakarta: EGC
- Prasetyo, S. (2010). Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Price (1997, dalam Sihotang, 2009). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Perubahan TD, HR, RR Ibu Kala I Persalinan. <http://www.repository.usu.ac.id>
- Purwanto, B. (2013). Herbal dan Keperawatan Komplementer (Teori, Praktik, Hukum dalam Asuhan Keperawatan). Yogyakarta: Nuha Medika
- Riyanto, A. (2011). Pengolahan dan Analisis Data Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Romayantyo & Harini. (2011). Pengaruh Terapi Wewangian Minyak Esensial Bunga Mawar Dengan Cara Inhalsi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Opp <http://www.repository.unand.ac.id>
- Sharma, S. (2009). Aroma Terapi. Tangerang: Karisma
- Sihotang, R.D. (2009). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Perubahan TD, HR, RR Ibu Kala I Persalinan, Skripsi, Medan, <http://www.repository.usu.ac.id>
- Sjamsuhidajat, R dan Jong W.D. (2005). Buku Ajar Ilmu Bedah. Jakarta: EGC
- Sugiyono. (2005). Metode Penelitian Administrasi. Bandung: Alfabeta
- Tamsuri (2006, dalam Yudistira, 2011). Efektivitas Teknik Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri. Cimahi: Stikes Jenderal Achmad Yani Cimahi