

LAMPIRAN

**PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER & RELAKSASI BENSON
PADA PASIEN *POST SECTIO CAESAREA* DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN NYERI AKUT DI RUANG ENIM 2 RSUP DR.
MOHAMMAD HOESIN PALEMBANG**

¹Lily Dian Islami, ²Nurna Ningsih

¹Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

²Dosen Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Jalan Lintas Palembang-Prabumulih Km. 32 Gedung A.Muthalib

*Email: lilydianislami12@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Tindakan *sectio caesarea* menyebabkan nyeri pada daerah insisi yang disebabkan oleh terputusnya kontinuitas jaringan sehingga dapat mengakibatkan nyeri akut, terganggunya mobilitas fisik dan pemenuhan kebutuhan aktivitas sehari-hari. Masalah utama berupa nyeri akut. Salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien *post sectio caesarea* adalah dengan melakukan pemberian aromaterapi lavender dan relaksasi benson. **Tujuan:** Menerapkan aromaterapi lavender dan relaksasi benson untuk menurunkan nyeri pada ibu *post sectio caesarea*. **Metode:** Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus terhadap 3 pasien *post sectio caesarea* yang mengalami nyeri. **Hasil:** Terdapat empat masalah keperawatan yang ditemukan pada pasien *post sectio caesarea* dengan masalah keperawatan utama yaitu nyeri akut. Hasil dari pemberian intervensi nonfarmakologi yaitu penerapan aromaterapi lavender dan relaksasi benson yang dilakukan selama 3 hari dengan durasi 10-15 menit dan diberikan setelah 4 jam pemberian analgetik didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan 3 hingga 4 poin skala nyeri pada ketiga pasien. **Pembahasan:** Hasil pengkajian didapatkan bahwa nyeri merupakan keluhan utama yang dialami oleh ketiga pasien *post sectio caesarea*, sehingga dapat ditegakkan masalah keperawatan utama yaitu nyeri akut. Penerapan aromaterapi lavender dan relaksasi benson merupakan intervensi nonfarmakologi yang mempunyai peranan penting dalam mengurangi rasa nyeri dengan cara mengalihkan perhatian pasien pada lokasi nyeri atau daerah operasi, mengurangi aktivasi mediator kimiawi pada proses peradangan yang meningkatkan respon nyeri serta meminimalkan transmisi saraf nyeri menuju saraf pusat sehingga menurunkan persepsi nyeri. Terdapat penurunan intensitas nyeri dari nyeri berat dan sedang menjadi nyeri ringan setelah dilakukan penerapan aromaterapi lavender dan relaksasi benson. **Kesimpulan:** Penerapan aromaterapi lavender dan relaksasi benson efektif dalam menurunkan rasa nyeri yang dialami oleh pasien *post sectio caesarea*.

Kata Kunci: Aromaterapi Lavender & Relaksasi Benson, Nyeri, *Sectio Caesarea*

ABSTRACT

Background: Caesarea section causes pain in the incision area caused by the disruption of tissue continuity so that it can result in acute pain, disruption of physical mobility and fulfillment of daily activity needs. The main problem is acute pain. One of the non-pharmacological therapies that can be done to reduce pain in post-caesarean section patients is by administering lavender aromatherapy and Benson relaxation. **Objective:** Applying lavender aromatherapy and Benson relaxation to reduce pain in post-caesarean section mothers. **Method:** The method used is qualitative research with a case study approach to 3 post-caesarea section patients who experience pain. **Results:** There were four nursing problems found in post-caesarean section patients with the main nursing problem being acute pain. The results of the provision of non-pharmacological interventions, namely the application of lavender aromatherapy and Benson relaxation which were carried out for 3 days with a duration of 15 minutes and given after 4 hours of analgesic administration, showed that there was a decrease of 3 to 4 points on the pain scale in the three patients. **Discussion:** The results of the assessment showed that pain was the main complaint experienced by the three post-caesarean section patients, so that the main nursing problem could be established, namely acute pain. The application of lavender aromatherapy and Benson relaxation is a non-pharmacological intervention that has an important role in reducing pain by diverting the patient's attention to the location of the pain or the surgical area, reducing the activation of chemical mediators in the inflammatory process that increases the pain response and minimizing the transmission of pain nerves to the central nervous system, thereby reducing the perception of pain. There is a decrease in pain intensity from severe and moderate pain to mild pain after the application of lavender aromatherapy and Benson relaxation. **Conclusion:** The application of lavender aromatherapy and Benson relaxation is effective in reducing pain experienced by post-caesarean section patients.

Keywords: Lavender Aromatherapy & Benson Relaxation, Pain, Caesarean Section

PENDAHULUAN

Persalinan adalah sebuah proses alami yang sangat krusial bagi seorang wanita, di mana terjadi pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang sudah cukup matang (37-42 minggu). Ada dua cara persalinan, yaitu persalinan melalui vagina yang sering disebut sebagai persalinan alami dan persalinan melalui *sectio caesarea* (SC). *Sectio Caesarea* merupakan proses persalinan dengan operasi, yaitu memotong perut ibu (laparotomi) dan rahim (histerotomi) dengan tujuan untuk mengeluarkan fetus atau bayi. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa setiap tahun, sekitar 18,5 juta persalinan dengan metode caesar terjadi di seluruh dunia. (WHO, 2020). Berdasarkan data dari WHO, pada tahun 2017, persentase kelahiran dengan SC di Indonesia adalah 21% dan melonjak drastis menjadi 23% pada tahun 2018, sementara di tahun 2015 tercatat 27%, dan pada tahun 2020 angkanya meningkat menjadi 31%. Persentase ini lebih tinggi dibandingkan dengan China yang hanya mencatat 3,9% untuk kelahiran SC, dan angka tersebut juga melampaui standar ideal untuk *sectio caesarea* di suatu negara, yaitu 5-15% (Sugiyanto, et al. 2023). Sedangkan untuk Sumatera Selatan, rata-rata angka kelahiran dengan metode *sectio caesarea* adalah 9,4% (Sylvia dan Rasyada, 2023).

Dampak paling signifikan yang dialami oleh pasien yang menjalani operasi caesar adalah nyeri. Nyeri ini muncul dari area perut akibat sayatan yang dibuat untuk mengambil bayi. Nyeri adalah pengalaman yang mencakup aspek fisik dan emosional yang tidak menyenangkan, yang disebabkan oleh

kerusakan jaringan, baik yang sudah terjadi maupun yang mungkin terjadi.

Persepsi nyeri saat melahirkan dapat diatasi melalui metode medis dan non-medis. Obat yang dapat meredakan nyeri setelah operasi caesar adalah analgetik seperti ketorolac suntik, tramadol, asam mefenamat, atau paracetamol. Obat-obat ini dapat mengurangi rasa sakit dalam jangka waktu 4-6 jam dan bisa diberikan kembali setiap 2 jam sekali jika nyerinya sangat parah (Furdiyanti et al. , 2019). Selain itu, terapi non-medis yang dapat membantu meredakan nyeri pasca *sectio caesarea* termasuk beberapa teknik relaksasi, seperti relaksasi napas dalam, hipnoterapi, relaksasi benson, dan penggunaan aromaterapi untuk mengurangi nyeri tanpa menimbulkan ketegangan di area perut.

Aromaterapi dapat berfungsi sebagai pengobatan tambahan untuk mengurangi nyeri dan kecemasan saat melahirkan. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmayani dan Machmudah (2022) menunjukkan bahwa penerapan aromaterapi lavender untuk mengatasi nyeri pada ibu setelah operasi caesar memberikan dampak positif dalam mengurangi nyeri. Sedangkan studi yang dilakukan oleh Sholekhah (2023), metode relaksasi benson terbukti efektif dalam mengurangi nyeri pada pasien. Penelitian ini melibatkan dua responden, di mana intensitas nyeri pertama turun dari 8 menjadi 7, sedangkan responden kedua mengalami penurunan dari 6 menjadi 5. Setelah menjalani teknik relaksasi selama sekitar tiga hari, kedua responden mengalami penurunan rasa sakit yang signifikan, dari tingkat nyeri yang parah menjadi ringan dengan skala 1-3.

Mahasiswa Profesi Ners mempunyai kewajiban untuk memberikan asuhan keperawatan secara menyeluruh kepada tiga pasien dengan masalah yang hampir sama. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk memberikan asuhan keperawatan pada pasien ibu *postpartum* dengan masalah keperawatan nyeri akut dan mencoba mengaplikasikan aromaterapi lavender dan relaksasi benson untuk menyelesaikan masalah tersebut.

TINJAUAN TEORI

Sectio Caesarea adalah prosedur bedah untuk mengeluarkan bayi, yang secara otomatis akan meninggalkan luka sayatan pada bagian luar perut sang ibu. Tindakan ini juga memiliki dampak terhadap kesehatan sang ibu, termasuk rasa nyeri yang mungkin dialami setelah operasi tersebut. (Morita, K. M., Amelia, R., dan Putri, 2020).

Operasi *sectio caesarea* dilakukan dengan beberapa alasan, antara lain:

a. Indikasi dari ibu

Pada kehamilan pertama atau primigravida yang mengalami masalah posisi, Cephalo Pelvic Disproportion (CPD), ketidaksesuaian antara ukuran janin dan panggul, pengalaman buruk dalam riwayat kehamilan dan persalinan, kehamilan yang disertai penyakit (seperti diabetes atau gangguan jantung), ketidakcocokan antara ukuran kepala bayi dan panggul ibu, gangguan dalam proses persalinan (seperti mioma uterus, kista ovarium, dan lainnya), keracunan yang berat selama hamil, serta komplikasi selama kehamilan seperti preeklampsia dan eklampsia berat, termasuk

juga keinginan dari ibu itu sendiri. (Agustin, 2022)

b. Indikasi dari janin

Kondisi darurat janin, masalah pada tali pusat seperti terjepitnya tali pusat, prolapsus tali pusat, serta posisi dan orientasi janin yang tidak normal, termasuk bayi besar (*giant baby*). Selain itu, faktor dari plasenta meliputi plasenta previa, solutio plasenta, vasa previa, dan plasenta accreta, kegagalan dalam persalinan dengan bantuan vakum, serta adanya bayi kembar. (Samsideir Sitorus, 2021)

Menurut Vitrilina. *et al* (2023), prosedur *sectio caesarea* dibagi menjadi beberapa kategori sebagai berikut

a. *Sectio Caesarea* Klasik

Metode ini dilakukan dengan membuat sayatan secara vertikal, yang memberi lebih banyak ruang bagi bayi untuk keluar. Namun, teknik ini sekarang jarang digunakan karena memiliki risiko tinggi terhadap komplikasi.

b. Sayatan Mendatar

Prosedur ini dibuat di bagian atas kandung kemih dan merupakan teknik yang banyak diterapkan saat ini. Metode ini dapat mengurangi kemungkinan terjadinya perdarahan serta mempercepat proses penyembuhan.

c. Histerektomi *Caesarea*

Ini adalah jenis pembedahan caesar yang disertai dengan pengangkatan rahim. Tindakan ini diambil dalam situasi di mana perdarahan sukar ditangani atau ketika plasenta tidak bisa dipisahkan dari rahim.

d. Jenis Lain dari *Sectio Caesarea*

Jenis lain yang dimaksud adalah *sectio caesarea* ekstrapéritoneal.

METODE

Metode yang digunakan pada penulisan ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Adapun studi kasus ini dilaksanakan dengan langkah langkah yaitu, Memilih tiga kasus dengan kriteria pasien post *sectio caesarea* yang memiliki masalah yang sama yakni masalah nyeri akut kemudian Melakukan studi literatur guna mengetahui dengan baik apa permasalahan yang kemungkinan dapat ditemukan pada pasien post *sectio caesarea* dan kemungkinan asuhan keperawatan yang akan diberikan. Studi literatur yang dilakukan juga mencakup 10 artikel penelitian tentang pemberian aromaterapi lavender dan relaksasi benson yang akan diterapkan pada pasien dengan menggunakan konsep evidence based practice. Selanjutnya Menyusun pengkajian keperawatan, diagnosis keperawatan, dan intervensi keperawatan menggunakan panduan SDKI, SLKI, dan SIKI sebagai dasar memberikan implementasi keperawatan pada tiga kasus kelolaan. Setelah itu melakukan asuhan keperawatan, khususnya implementasi pemberian aromaterapi lavender dan relaksasi benson dan melakukan evaluasi keperawatan pada tiga kasus kelolaan. Kemudian melakukan analisis keefektifan asuhan keperawatan pada 3 kasus kelolaan yang mengalami nyeri akut post *sectio*

caesarea menggunakan Teknik relaksasi genggam jari dan pemberian aromaterapi lavender. Menyusun laporan studi kasus berdasarkan asuhan keperawatan maternitas yang telah diberikan didukung dengan berbagai teori literatur lain.

HASIL

Hasil pengkajian dan analisis data dari ketiga pasien kelolaan diperoleh 5 masalah keperawatan antara lain nyeri akut, gangguan pola tidur, koping tidak efektif, risiko infeksi, dan kesiapan peningkatan pengetahuan. Setelah itu proses asuhan keperawatan selanjutnya adalah Menyusun tujuan dan rencana Tindakan keperawatan yang akan diimplementasikan kepada pasien kelolaan post *sectio caesarea* untuk kemudian dievaluasi.

Penanganan masalah nyeri akut pada pasien pasca *sectio caesarea* melibatkan intervensi keperawatan utama, yang disebut manajemen nyeri. Salah satu bagian dari manajemen nyeri yaitu manajemen nyeri secara farmakologis serta secara non farmakologis. Pada implementasi manajemen nyeri secara farmakologis menurut Ratnasari (2020), Untuk mengatasi nyeri pada pasien, bisa dilakukan melalui terapi farmakologi, yang mencakup pemberian obat analgetik. Analgetik merupakan jenis obat yang dipakai guna menghilangkan ataupun meredakan rasa nyeri. Dimana pada ketiga pasien kelolaan menggunakan obat antinyeri untuk mengurangi rasa nyeri. Pada ketiga pasien di lakukan

penambahan tindakan terapeutik berupa aromaterapi lavender dan relaksasi benson.

Aroma memiliki pengaruh langsung terhadap otak manusia, serupa dengan efek narkotika. Hidung dapat mengenali lebih dari 100.000 jenis aroma yang berbeda, yang berpengaruh besar pada fungsi otak yang berkaitan dengan memori, emosi, dan pembelajaran. Menghirup aroma lavender dapat meningkatkan gelombang alfa dalam otak, yang membantu menciptakan perasaan tenang. Hal ini disebabkan oleh kemampuan aromaterapi untuk menghadirkan sensasi menenangkan baik bagi tubuh maupun pikiran, sehingga mampu menurunkan tingkat stres yang dialami (Anwar *et al*, 2018). Saat aroma dari aromaterapi dihirup, zat-zat aktif yang terkandung di dalamnya akan merangsang hipotalamus (kelenjar pituitari) untuk melepaskan hormon endorfin. Endorfin juga dikenal sebagai zat yang mampu memicu perasaan tenang, santai, dan bahagia (Collin *et al*, 2021).

Dalam penelitian ini, aromaterapi lavender diberikan dengan sebuah alat yang bernama difuser. Namun, terdapat alternatif lain dalam penggunaan aromaterapi ini selain menggunakan diffuser yaitu menggunakan masker yang diteteskan pada masker. Sejalan dengan penelitian Emil *et al* (2022) bahwa dengan menambahkan 5 tetes minyak aromaterapi lavender ke masker klien dan mengarahkan klien untuk mengatakannya selama 15 menit, klien merasa nyaman,

tampak lebih santai, dan dapat dengan baik mengikuti semua instruksi yang diberikan. Adapun cara lainnya menurut penelitian Maharani *et al* (2016) yaitu dengan meneteskan aromaterapi lavender pada tissue lalu dihirup. Aromaterapi diberikan dengan meneteskan 2-3 tetes minyak pada selembar tisu, lalu dihirup dengan menjaga jarak sekitar 5 cm dari hidung dan setinggi dagu, tindakan ini dilakukan selama 10 menit.

Terapi relaksasi Benson adalah suatu metode pernapasan yang dikembangkan dengan mengikutsertakan elemen kepercayaan pasien, yang diungkapkan melalui kata-kata menenangkan yang sesuai dengan keyakinan mereka (Sagala, 2018). Pemberian terapi relaksasi benson yang diberikan selama 2 hingga 3 dengan durasi 10-15 menit setiap harinya dari mulai pasien masuk rawat inap hingga pulang menunjukkan penurunan skala nyeri. Pada pasien pertama skala nyeri menurun dari skala 6 (nyeri sedang) menjadi skala 3 (nyeri ringan), pasien kedua dari skala 7 (nyeri berat) menurun menjadi skala 4 (nyeri sedang), dan pasien ketiga dari skala 6 (nyeri sedang) menurun menjadi skala 3 (nyeri ringan). Hal ini sejalan dengan Febrianti dan Machmudah (2021) bahwa terapi relaksasi Benson yang dilakukan selama 3 hari sekitar 10-15 menit efektif dalam menurunkan nyeri pada pasien *post sectio caesarea* dari intensitas nyeri sedang yaitu 4-5 menurun menjadi nyeri ringan yaitu 2-3. Naili dan Heny (2023) juga mengungkapkan hal yang serupa bahwa relaksasi benson

yang telah dilakukan selama 3 hari berturut-turut dapat meringankan skala nyeri pada pasien yang pasca operasi *sectio caesarea*.

PEMBAHASAN

Persalinan melalui cara *sectio caesarea* dapat dilakukan dalam kondisi yang didasari oleh alasan medis maupun non-medis. Namun, perlu diingat bahwa persalinan secara cesar sering kali disertai dengan rasa sakit setelah operasi. Rasa sakit ini muncul karena stimulasi pada reseptor nyeri setelah insisi saat prosedur pembedahan dilakukan. Sensasi nyeri ini dapat menghambat kemampuan ibu untuk beraktivitas, termasuk kekhawatiran akan gerakan (misalnya, ketakutan untuk bergerak atau pembatasan gerak), kesulitan dalam melakukan aktivitas (seperti berdiri, berjalan, atau bergerak), dan gangguan dalam menjalani kegiatan sehari-hari karena keterbatasan gerakan dan rasa nyeri (Sylvia dan Rasyada, 2023). Pertimbangan utama dalam memberikan perawatan keperawatan adalah rasa sakit pasca operasi, mengingat berbagai dampak yang mungkin timbul sebagai akibatnya (Sylvia dan Rasyada, 2023).

Nyeri yang dialami oleh ibu setelah melahirkan dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan sehari-hari, seperti kebiasaan tidur, selera makan, fokus, dan keadaan emosi. Masa nifas sering kali menyebabkan masalah tidur, terutama dalam tiga hari pertama setelah

melahirkan, yang dipicu oleh rasa sakit di area perineum, ketidaknyamanan di saluran kemih, serta gangguan akibat kebutuhan bayi. Hal ini pada akhirnya dapat memengaruhi daya ingat dan kemampuan motorik. Namun, pola tidur biasanya dapat kembali normal dalam waktu 2 sampai 3 minggu setelah melahirkan (Sari et al, 2022). Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan 1 pasien kelolaan mengatakan mengalami kesulitan tidur, seringkali terjaga, merasakan kurang puas tidur serta istirahat yang masih kurang. Oleh sebab itu, masalah keperawatan gangguan pola tidur ditemukan dan ditegakkan untuk salah satu pasien kelolaan.

Masalah keperawatan terkait rasa nyeri akibat luka operasi caesar adalah nyeri akut. Nyeri akut merupakan sensasi yang dirasakan baik secara fisik maupun emosional yang berhubungan dengan kerusakan jaringan yang nyata atau fungsi tubuh, dan bisa muncul secara bertahap atau mendadak, serta memiliki derajat keparahan dari yang ringan hingga berat, dengan durasi kurang dari 3 bulan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zaharani (2022), diagnosis keperawatan utama untuk pasien yang telah menjalani *sectio caesarea* adalah nyeri akut. Temuan ini sejalan dengan analisis yang menunjukkan bahwa ketiga pasien yang dirawat mengalami keluhan serupa, yakni merasakan nyeri akibat luka operasi setelah prosedur *sectio caesarea* dilakukan. Data objektif juga menunjukkan bahwa pasien-

pasien tersebut tampak meringis, berusaha untuk melindungi area bekas operasi, merasa gelisah, dan mengalami kesulitan tidur. Oleh karena itu, masalah keperawatan berupa nyeri akut ditetapkan pada ketiga pasien yang dirawat ini.

Rasa nyeri yang dialami setiap orang bervariasi, tergantung pada cara tiap individu menghadapinya. Cara seseorang menghadapi situasi yang menimbulkan stres, baik itu fisik atau mental, dikenal sebagai strategi koping. Mereka yang lebih peka terhadap stres cenderung memilih strategi koping yang kurang efektif, seperti menghindari masalah (Indriyati dan Herawati, 2021). Pasien yang menjalani *sectio caesarea* sering merespons nyeri dengan menggunakan strategi koping yang kurang efektif untuk menghindari atau mengurangi rasa nyeri yang mereka alami (Indriyati dan Herawati, 2021). Hasil pengkajian menunjukkan bahwa salah satu pasien yang dirawat menyatakan merasa enggan dan takut bergerak karena intensitas nyeri yang dirasakan akan semakin meningkat jika bergerak di area luka bekas insisi *sectio caesarea*, didukung juga oleh data objektif lain yang menunjukkan bahwa pasien tersebut hanya berbaring dan membatasi diri untuk bergerak. Oleh karena itu, masalah keperawatan terkait koping yang tidak efektif telah ditemukan dan ditetapkan untuk salah satu pasien yang dirawat.

Nyeri yang dialami oleh ibu setelah melahirkan dapat memengaruhi berbagai aspek

kehidupan sehari-hari, seperti kebiasaan tidur, selera makan, fokus, dan keadaan emosi. Masa nifas sering kali menyebabkan masalah tidur, terutama dalam tiga hari pertama setelah melahirkan, yang dipicu oleh rasa sakit di area perineum, ketidaknyamanan di saluran kemih, serta gangguan akibat kebutuhan bayi. Hal ini pada akhirnya dapat memengaruhi daya ingat dan kemampuan motorik. Namun, pola tidur biasanya dapat kembali normal dalam waktu 2 sampai 3 minggu setelah melahirkan (Sari et al, 2022). Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan 1 pasien kelolaan mengatakan mengalami kesulitan tidur, seringkali terjaga, merasakan kurang puas tidur serta istirahat yang masih kurang. Oleh sebab itu, masalah keperawatan gangguan pola tidur ditemukan dan ditegakkan untuk salah satu pasien kelolaan.

IMPLIKASI KEPERAWATAN

Ketiga pasien mempunyai keluhan utama yang serupa, yaitu nyeri di bagian bekas luka post *sectio caesarea*. Sehingga diambil diagnosis keperawatan yang sama adalah nyeri akut yang berhubungan dengan agen pencedera fisik (prosedur operasi SC) ditandai dengan Ibu mengeluh nyeri di bagian bekas luka SC, tampak meringis, frekuensi nadi meningkat, bersikap protektif, gelisah dan sulit tidur. Dalam menangani masalah nyeri, maka bisa dilakukan intervensi keperawatan, yaitu penerapan aromaterapi

lavender dan relaksasi benson.

Penerapan implementasi aromaterapi lavender dan relaksasi benson yang dilaksanakan selama 3 hari disetiap tempat tidur pasien per shift. Sebelum memberikan aromaterapi, pasien dibimbing dan diberikan informasi mengenai intervensi yang akan diberikan, setelah itu dilakukan pengukuran skala nyeri untuk digunakan sebagai indikator dalam mengetahui keefektifan aromaterapi lavender dan relaksasi benson yang diberikan. Hal pertama yang dilakukan dalam pemberian aromaterapi lavender dan relaksasi benson, yaitu mengatur posisi pasien senyaman mungkin, saat melakukannya, ketiga ibu post SC ada ditempat tidur dalam posisi supinasi atau posisi berbaring telentang. Sesudah itu pasien diajarkan menarik nafas lalu menghirup aromaterapi lavender dengan rileks dilanjutkan dengan pemberian relaksasi benson dimana pasien menutup mata sambil menarik napas dalam kemudian mengucapkan kalimat Astagfirullah hal Adzim. Implementasi aromaterapi lavender diberikan selama 10 menit dan relaksasi benson diberikan selama 10 menit, setelah pemberian aromaterapi lavender dan relaksasi benson selesai dilakukan, skala nyeri dihitung lagi serta menanyakan pada pasien

bagaimana perasaannya sesudah diberikan aromaterapi lavender dan relaksasi benson dilaksanakan. Sesudah dilakukan aromaterapi lavender, diperoleh hasil yang signifikan terhadap penurunan skala nyeri pada ketiga pasien. Sebelum pemberian aromaterapi dan relaksasi benson dilakukan, pasien mengeluh nyeri ada di skala 7 (nyeri berat) dan sesudah aromaterapi dan relaksasi benson dilakukan selama 3 hari tingkat nyeri turun menjadi 4 (nyeri sedang), dan yang mengalami skala nyeri 6 (nyeri sedang) sesudah aromaterapi dan relaksasi benson dilakukan terjadi penurunan skala nyeri 3 (nyeri ringan).

KESIMPULAN

1. Hasil pengkajian yang diperoleh dari ketiga pasien kelolaan didapatkan ketiganya memiliki keluhan utama yang sama yaitu nyeri post operasi *sectio caesarea*.
2. Terdapat lima diagnosis keperawatan yang ditemukan pada ketiga pasien post operasi *sectio caesarea*.
 - a. Ny. Y
 - 1) Nyeri akut b.d agen pencedera fisik (prosedur pembedahan) d.d pasien mengeluh nyeri pada perut bawah di luka bekas operasi *sectio caesarea*, nyeri seperti tersayat-sayat dengan skala nyeri 6 dan nyeri hilang timbul, pasien tampak meringis

kesakitan, tampak gelisah dan bersikap protektif terhadap nyeri (sering memegang perut), dan sulit tidur

- 2) Gangguan pola tidur b.d hambatan lingkungan d.d mengeluh sulit tidur, mengeluh sering terjaga, tidak puas tidur, dan istirahat tidak cukup
- 3) Risiko infeksi d.d efek prosedur invasif (post operasi *sectio caesarea*).

b. Ny. N

- 1) Nyeri akut b.d agen pencedera fisik (prosedur pembedahan) d.d pasien mengeluh nyeri pada perut bawah di luka bekas operasi *sectio caesarea*, nyeri seperti tertusuk-tusuk dengan skala nyeri 7 dan nyeri hilang timbul, pasien tampak gelisah, pasien tampak meringis, pasien tampak bersikap protektif terhadap nyeri (sering memegang perutnya), dan sulit tidur
- 2) Koping tidak efektif b.d krisis situasional d.d mengatakan tidak mampu mengatasi masalah dan menggunakan mekanisme koping yang tidak sesuai
- 3) Risiko infeksi d.d efek prosedur invasif (post operasi *sectio caesarea*).

c. Ny. S

- 1) Nyeri akut b.d agen pencedera fisik (prosedur pembedahan) d.d pasien mengeluh nyeri pada perut bawah di luka bekas operasi *sectio caesarea*, nyeri seperti disayat dengan skala 6 dan nyeri

hilang timbul, pasien tampak meringis, pasien tampak gelisah, pasien tampak bersikap protektif terhadap nyeri (sering memegang perutnya), dan sulit tidur

- 2) Gangguan integritas jaringan b.d faktor mekanis d.d pasien mengatakan terdapat luka bekas operasi *sectio caesarea* pada perutnya, tampak luka bekas operasi *sectio caesarea* dibalut plester steril (opsite) pada perut pasien dan terdapat kerusakan jaringan akibat prosedur operasi *sectio caesarea*.
 - 3) Risiko infeksi d.d efek prosedur invasif (post operasi *sectio caesarea*).
 - 4) Kesiapan peningkatan pengetahuan d.d mengungkapkan minat dalam belajar tentang cara mengurangi rasa nyeri ASI dan menggambarkan pengalaman sebelumnya yang sesuai dengan pengetahuan
3. Intervensi dan implementasi yang diberikan pada ketiga pasien kelolaan untuk mengatasi masalah keperawatan nyeri akut adalah penerapan aromaterapi lavender dan relaksasi benson dilakukan selama 10-20 menit dari pasien masuk rawat inap hingga pasien pulang.
4. Hasil evaluasi didapatkan dari 5 masalah keperawatan diperoleh 4

masalah teratasi dan 1 masalah teratasi sebagian. Hasil evaluasi masalah keperawatan nyeri akut pada ketiga pasien kelolaan didapatkan setelah dilakukan penerapan aromaterapi lavender dan relaksasi benson terdapat penurunan skala nyeri sehingga penerapan aromaterapi lavender dan relaksasi benson efektif dalam menurunkan nyeri post operasi *sectio caesarea*.

5. Hasil telaah 10 artikel jurnal tentang penerapan aromaterapi lavender dan relaksasi benson untuk menurunkan nyeri post *sectio caesarea* menunjukkan bahwa intervensi tersebut efektif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien *post sectio caesarea*.

SARAN

1. Bagi Profesi Keperawatan
Karya ilmiah ini mampu berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan tentang asuhan keperawatan komprehensif pada ibu dengan *sectio caesarea* dan sebagai landasan intervensi untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien *post sectio caesarea* yang mengalami nyeri akut. Diharapkan dapat menambahkan studi literatur untuk intervensi pendukung berupa terapi komplementer pada diagnosa lainnya dalam

mengatasi masalah keperawatan yang ada pada pasien yang di asuh.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Karya ilmiah ini dapat dipakai menjadi referensi dalam mengaplikasikan asuhan keperawatan pada pasien dengan *sectio caesarea*, khususnya dalam penerapan aromaterapi lavender & relaksasi benson sebagai intervensi non farmakologis mengurangi rasa nyeri.

3. Bagi Pasien

Hasil karya ilmiah ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi bagi pasien dan keluarga dalam melakukan tindakan yang dapat mengurangi nyeri post *sectio caesarea* secara mandiri dengan penerapan aromaterapi lavender & relaksasi benson.

4. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Studi kasus yang telah dilakukan penulis dalam karya ilmiah ini dapat dijadikan referensi dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami nyeri post operasi *sectio caesarea* dengan melakukan penerapan aromaterapi lavender & relaksasi benson.

REFERENSI

- Abiyyusefel (2023) Cara Menggunakan Reed

Diffuser Agar Tahan Lama.doi:
10.1089/acm.2014.0113

Agustanti, D. (2022) 'Pijat Refleksi dan Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea', Jurnal Kesehatan, 13(2).

Andayani, N., Eliyanti, Y., Ningsih, S. A. (2021). Pengaruh Relaksasi Benson terhadap Nyeri pada Pasien Post Operasi Benigna Prostat Hyperplesia (BPH) di RS Sobirin Kabupaten Musi Rawas. Anjani Journal. 1(1), 41–48. <https://doi.org/10.37638/anjani.1.2.41-48>

Anggrain, Y. D. S., Ghozali, G., & Hidayat, F. R. (2015). Pengaruh Aroma terapi Lavender terhadap Stres Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan Kelas B Program A Stikes Muhammadiyah Samarinda.

Anwar, M., Astuti, T., & Bangsawan, M. (2018). Pengaruh aroma terapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pasien paska operasi *sectio caesarea*. Jurnal Ilmiah Keperawatan

Sai Betik, 14(1), 84-90.

Astutik, P., & Kurlinawati, E. (2017). Pengaruh Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Pasca Sectio Caesarea Di Ruang Delima RSUD Kertosono. STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan, 6(2), 30–37

Batubara, I., Harahap, E. I., & Siregar, R. (2016). Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Seksio Sesaria Di Rsud Kota Padangsidempuan. Jurnal Ilmiah PANNMED, 10(3), 301-304.

Cahyani, A.N., & Maryatun. (2023) Penerapan Mobilisasi Dini terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea. Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan (JURRIKES), <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v2i2.1688>

Collin, V., Maydinar, D. D., & Latifah M. (2021). Pengaruh aroma terapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea* di ruangan tribrata rs

- bhayangkara kota
Bengkulu. Jurnal
Kesehatan
Masyarakat. 5(2).
(newpost, at)
- Dewi, P. I. S., Astriani, N. M.
Y., & Putu, Y. A. N.
(2018). Pengaruh
Terapi Relaksasi
Benson Terhadap
Intensitas N Pasien
Post Operasi Benigna
Prostat Hyperplasia.
Jurnal Kesehatan
STIKes Buleleng,
3(1), 12-16.
- Emil, F. S., Safitri, Y., &
Hamid, A. (2022).
Inovasi Pemberian
Aroma terapi
Lavender Pada Tn. M
untuk Menurunkan
Tingkat Nyeri,
Kecemasan dan
Tekanan Darah pada
Lansia yang
Mengalami Hipertensi
di Desa Naumbai
Wilayah Kerja UPT
Puskesmas Airtiris
Sehat. Jurnal
Kesehatan Terpadu,
1(4), 25-32.
- Furdiyanti, N. H. et al. (2019)
Indonesian Journal of
Pharmacy and Natural
Product Keefektifan
Ketoprofen Dan
Ketorolak Sebagai
Analgesik Pada Pasien
Pasca Bedah Cesar.
Dalam :
<http://jurnal.unw.ac.id>
- Haniyah, Siti. Setyawati, M.
B. (2017). Efektivitas
Teknik Aroma terapi
Lavender Terhadap
Nyeri Post Sectio
Caesarea di RSUD
Ajibarang. Viva
Medika, Vol.10 (18).
- Hartati, S., Ayuningtyas, F. L.,
Kherunnisa, K.,
Arnils, G., Chipojola,
R., Ma'rifah, A. R &
Huda, M. H. (2023).
Efektivitas Relaksasi
Benson Terhadap
Intensitas Nyeri Dan
Pemberian ASI
Eksklusif Pada Ibu
Pasca Seksio Sesarea.
Jurnal Ilmiah
Keperawatan, 7(1),
40-48.
<https://doi.org/10.33366/nn.v7i1.2604>
- Hayati, N., Pujiati, P., &
Sumanti, N. T. (2023).
Hubungan Antara
Cephalopelvik
Disproportion (Cpd),
Gawat Janin Dan
Partus Lama Dengan
Kejadian Sectio
Caesarea (Sc) Pada
Ibu Primipara Di
Rsiabdt Tahun 2022.
SENTRI: Jurnal Riset
Ilmiah, 2(5),1406–
1414.
<https://doi.org/10.55681/sentri.v2i5.822>
- Herlina, Nina (2024)
Keterampilan
Tindakan Postnatal.
(n.p.): PT. Green
Pustaka Indonesia

- Hidayat, A.A. (2016). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hijratun. (2021). *Perawatan Luka pada Pasien Post Sectio Caesarea* (N. Qalby (ed.)). Makassar : Pustaka Taman Ilmu.
- Indriyati, I., & Herawati, V. D. (2021, December). Efektifitas Strategi Koping Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Pada Masa Pandemi Covid 19. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan* (Vol. 1, pp. 897-904).
- Junita, Elvida, Gusman Virgo, and Ade Dita Putri. 2020. "Pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap insomnia pada lansia di Desa Koto Tuo Wilayah Kerja Puskesmas 2 Xiii Koto Kampar." *Jurnal Ners Universitas Pahlawan* 4: 116–21.
- Lauwsen, R., & Dwiana, A. 2019. Pengaruh aroma terapi lavender terhadap peningkatan kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara Medical Journal*, 2(1), 152-159.
<https://journal.untar.ac.id/index.php/tmj/article/view/5855>
- Mardiyana.,Nuryanti, Y., Faidiban, R. H., & Fabanjo, I. J. (2020, December). Gambaran Masalah Keperawatan Pada Pasien Post Operasi Seksio Sesarea Di Ruang Nifas Rsud Manokwari. In *PROSIDING Seminar Nasional Tahun 2020* ISBN: 978-623-93457-1 6 (pp. 69-76).
- Maharani, A. P. (2021). Aroma Terapi Lavender untuk Mengatasi Insomnia pada Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 159- 164.
- Mahardian, R., & Saryomo, S. (2022). PENERAPAN RELAKSASI BENSON TERHADAP PASIEN HIPERTENSI DI DESA SUKAPADA KECAMATAN PAGERAGEUNG. *HealthCare Nursing Journal*, 4(2b), 13-17
- Maisaro, Indah Lestari, Catur Prasastia Lukita Dewi. 2019. Pengaruh Aroma terapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III Di Desa Ngrowo Dan Desa Salen

Kecamatan Bangsal
Kabupaten Mojokerto.

Margiyanti & Setyajati, A.P. (2023). Penerapan Terapi Relaksasi Benson untuk Menurunkan tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Keluarga Wilayah Binaan Puskesmas Pegandaan Semarang. Jurnal Keperawatan Sisthana. Volume 8 No. 1.

Morita, K. M., Amelia, R., & Putri, D. (2020). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea di RSUD 85 Dr. Achmad Mochtar Bukittinggi. Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan, 5(2), 106-115.

Mustika, Y., Mahati, E., & Ropyanto, C. B. (2019). Relaksasi Benson: Intervensi Mandiri Perawat Dengan Diponegoro, 1(1). Berbagai Manfaat. Prosiding Universitas Diponegoro, 1(1).

Naili, N., & Heny, P. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Dengan Post Operasi Sectio Caesarea. Jurnal

Manajemen Asuhan Keperawatan, 7(1), 6-10.

<https://doi.org/10.33655/mak.v7i1.143>

Ningtyas. N. W. R. (2023). Manajemen Nyeri. Jawa Tengah: PT Media Pustaka Indo

Norma, N., Rasyid, R. A., & Samaran, E. (2019). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Post Operasi Apendisitis Di Rsud Kabupaten Sorong Dan Rsud Sele Be Solu Kota Sorong. Nursing Arts, 13(2), 76-86.

<https://doi.org/10.36741/jna.v13i2.100>

Prastiwi, D., et al. (2023). Metodologi Keperawatan: Teori dan Panduan Komprehensif. Jambi: Sonpedia Publishing Indonesia.

Pratiwi. K. A. Ayubbana. S. & Fitri. N. L. 2021. "Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Kota Metro." Jurnal Cendikia Muda, 1(1).

Rahmayani, S. N., Machmudah, M., (2022). Penurunan Nyeri Post Sectio

- Caesarea
Menggunakan Aroma
Terapi Lavender di
Rumah Sakit Permata
Medika Ngaliyan
Semarang. Ners Muda
3, 293.
<https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.8377>
- Rukmasari, E. A., Rohmatin, T., Amalia, P., Aziza, A. K., & Yusandi, S. (2023). Efektivitas Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Nyeri Pada Ibu Post Partum Sectio Caesarea. *Jurnal Ilmiah Nasional*, 5(2), 65-72. <https://doi.org/10.54783/jin.v5i2.710>
- Sagala, D. S. P. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Ruang Rawat Inap RSUD Bhayangkara Tebing-Tinggi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 4(1), 68-74. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v4i1.287>
- Samsideir Sitorus. (2021). Pemberdayaan Ibu Hamil Untuk Peirilaku Peimilihan Persalinan Upaya Menurunkan Sectio Caesarea Indikasi Non Meidis (janneir simarmata (eid.)). Yayasan kita menulis.
- Sari, D.N. Asuhan Keperawatan pada Pasien Post Sectio Caesarea dengan Mobilisasi Dini di Rumah Sakit Harapan Dan Doa Kota Bengkulu. Karya Ilmiah Akhir Terpublikasi. Bengkulu: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti Bengkulu.
- Sari, D. P., Elsera, C., & Sulistyowati, A. D. (2022). Hubungan Tingkat Nyeri Post Sectio Caesarea Dengan Kualitas Tidur Pasien Postpartum. *TRIAGE Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(2).
- Setiyanto, A. B. (2021). *Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Tingkat Nyeri Post Operasi Sectio Caesarea dengan Spinal Anestesi di RSUD Kardinah Kota Tegal*. Yogyakarta: skripsi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Solehati, T. & Kosasih, C. (2015). Konsep & Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Sugito, A., Ta'adi, & Ramlan, D. (2023). Aroma terapi dan Akupresor

Pada *Sectio Caesarea*.
Pustaka Rumah Cinta.

Keperawatan
Indonesia. Jakarta:
DPP PPNI.

Susilawati, Utari
Kartaatmadja, F. S., &
Suherman, R. (2023).
Pengaruh Teknik
Relaksasi Nafas
Dalam Terhadap
Intensitas Nyeri
Pasien Post Partum
Sectio Caesarea Di
Ruang Rawat Nifas
Rsud Sekarwangi
Sukabumi. Media
Informasi, 19(1), 2.
<https://doi.org/10.37160/bmi.v19i1.53>

Tim Pokja SDKI DPP PPNI.
(2018). Standar
Luaran Keperawatan
Indonesia. Jakarta:
DPP PPNI.

Syaiful, Y & Fatmawati, L.
(2020). Asuhan
Keperawatan Pada Ibu
Bersalin. Surabaya.
CV. Jakad Media
Publishing.

Sylvia, E., & Rasyada, A.
(2023). Mobilisasi
Dini terhadap
Penurunan Intensitas
Nyeri Post Operasi
Sectio Caesarea.
Babul Ilmi Jurnal
Ilmiah Multi Science
Kesehatan, 15(1), 74-
85
<https://doi.org/10.36729/bi.v15i1.1064>

Tim Pokja SDKI DPP PPNI.
(2017). Standar
Diagnosa
Keperawatan
Indonesia. Jakarta:
DPP PPNI.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI.
(2018). Standar
Intervensi

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
AROMATERAPI LAVENDER & RELAKSASI BENSON

	SOP AROMATERAPI LAVENDER & RELAKSASI BENSON
Deskripsi	Aromaterapi yakni tindakan mandiri keperawatan dengan tujuan untuk meredakan nyeri, mengurangi stres, kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur.
	Relaksasi benson adalah suatu teknik relaksasi yang prosedurnya gabungan antara teknik napas dalam dengan kata-kata keyakinan dari pasien yang dipercaya dapat menurunkan rasa nyeri dan juga cemas
Tujuan	1. Mengurangi nyeri 2. Mengatasi atau mengurangi kecemasan 3. Meningkatkan kualitas tidur
Indikasi	Digunakan pada pasien yang mengalami nyeri, untuk mengurangi rasa nyeri karena kontraksi otot, dan mengurangi pengaruh dari situasi stress.
Kontraindikasi	Pada pasien yang mengalami pusing, mual, dan muntah
Sumber	Bagheri-Nesani, M., Espahbodi, F., Nikkah, A., Shorofi, SA., Charati, J. Y. The Effect Of Lavender Aromaterapy on pain Following Needle Insertion Into a Fistula in Hemodialysis Patients. <i>Complementary Therapies in Clinical Practice</i>, 20(1): 1-4. Dewi, A., Prima I. Lavender Aromateraphy As A Relaxant. <i>E-Jurnal Medika Udayana</i>, 2(1): 21-53. Batubara, I., Harahap, E. I., & Siregar, R. (2016). Pengaruh Relaksasi Benson Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Seksio Sesaria Di Rsud Kota Padangsidempuan. <i>Jurnal Ilmiah PANNMED</i>, 10(3), 301-304. Solehati, T., & Kosasih, C. E. (2015). <i>Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas</i>. Bandung: PT Refika Aditama.
Peralatan	1. Diffuser 2. Essensial oil lavender 3. Air biasa

	4. Lembar observasi 5. Pulpen dan catatan kecil
Persiapan Klien dan Lingkungan	1. Identifikasi tingkat nyeri klien menggunakan <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i> yang ada di lembar observasi 2. Kaji kesiapan pasien dan perasaan pasien 3. Berikan penjelasan tentang aromaterapi lavender dan relaksasi benson 4. Minta pasien mempersiapkan kata-kata yang diyakini 5. Ciptakan lingkungan yang nyaman di sekitar pasien
Tahap Orientasi	1. Memberikan salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur
	1. Pastikan klien dalam posisi nyaman 2. Menjaga privasi pasien dengan menutup sampiran dan pastikan tidak ada suara yang mengganggu (kebisingan) 3. Selanjutnya, buka tutup diffuser lalu isi dengan air. 4. Teteskan minyak essensial (jumlah sesuai kebutuhan), kemudian tutup diffuser. 5. Tancapkan kabel diffuser ke stop kontak, atur kecepatan keluarnya uap pada diffuser. 6. Menganjurkan pasien untuk menghirup aromaterapi dengan rileks serta beri afirmasi positif pada klien. 7. Selanjutnya menganjurkan pasien untuk memilih frase kata yang akan diucapkan. Kata yang diucapkan dapat berupa kalimat Allah atau nama-namaNya dalam Asmaul Husna, kalimat- kalimat untuk berzikir seperti Alhamdulillah, Subhanallah, Allahu Akbar, Astaghfirullah Hal Adzim, Laa ilaa ha illallah. 8. Menganjurkan klien untuk memejamkan mata dengan pelan tidak perlu untuk dipaksakan sehingga tidak ada ketegangan otot sekitar mata 9. Menganjurkan klien untuk merelaksasikan tubuhnya untuk mengurangi ketegangan otot, mulai dari kaki sampai ke wajah. 10. Menganjurkan pasien untuk melemaskan kepala, leher dan

	pundak. 11. Menganjurkan pasien untuk menarik nafas melalui hidung secara perlahan, tahanlah napas sebentar sampai hitungan ketiga 12. Setelah hitungan ketiga keluarkan napas melalui mulut secara perlahan-lahan sambil mengucapkan kata atau frase yang singkat yang telah dipilih dan diulang-ulang dalam hati selama mengeluarkan napas tersebut. 13. Menganjurkan pasien untuk mempertahankan sifat pasif Mengulangi langkah tersebut selama 15 menit.
	Aturan pakai dan pemberian Untuk penggunaanya, 3-4 tetes essential oil dalam 30-40 ml air dalam diffuser dengan jarak pemberian adalah 50-100 cm dari lokasi klien.
Tahap Terminasi	1. Observasi menggunakan lembar observasi yang berisi skala NRS 2. Ucapkan salam

DOKUMENTASI KEGIATAN

Pasien 1



Pasien 2





Pasien 3



LEMBAR KONSULTASI

Nama : Lily Dian Islami
 NIM : 04064882427008
 Judul KIA : Penerapan Aromaterapi Lavender & Relaksasi Benson Pada Asuhan Keperawatan Pasien *Post Sectio Caesarea* dengan Masalah Nyeri Akut di Ruang Enim 2 RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang pada Asuhan Keperawatan Pasien
 Pembimbing : Nurna Ningsih, S.Kep., M.Kep

No	Tanggal	Uraian Kegiatan/Bimbingan	Tanda Tangan
1.	14 November 2024	Konfirmasi sebagai mahasiswa bimbingan KIA. Catatan dari pembimbing: Segera cari pasien dengan kasus yang sama dan segera melakukan pengkajian.	
2.	23 November 2023	Konsultasi kasus yang diambil yaitu nyeri akut pada pasien <i>post sectio caesarea</i> . Catatan dari pembimbing: Cari intervensi yang sesuai dengan masalah pasien	
3.	24 November 2024	Konsultasi intervensi Catatan dari pembimbing: Buat SOP terkait intervensi.	
4.	13 Desember 2024	Konsultasi SOP terkait intervensi penerapan aromaterapi lavender dan relaksasi benson Catatan dari pembimbing: Cari 10 literatur jurnal pendukung sebagai intervensi, lalu buat PICO.	
5.	23 Januari 2025	Konsultai jurnal dan PICO. Catatan dari pembimbing: Perbaiki PICO dan cari lagi jurnal yang lebih detail terkait intervensi yang dilakukan.	
6.	4 Mei 2025	Konsultasi laporan KIA BAB 1 dan BAB 2 Catatan dari pembimbing: Perbaiki typo penulisan, revisi BAB 1, tambahkan pathway, dan lanjutkan sampai BAB 5.	

7.	7 Mei 2025	Konsultasi laporan KIA BAB 3, BAB 4, dan BAB 5. Catatan dari pembimbing: Tambahkan diagnosis yang mungkin muncul, typo penulisan, perbaiki diagnosis keperawatan.	
8.	9 Mei 2025	Konsultasi revisi laporan KIA Catatan dari pembimbing: Buat abstrak dan manuskrip.	
9.	15 Mei 2025	Konsultasi revisi abstrak laporan dan manuskrip Catatan dari pembimbing: Perbaiki keyword, typo penulisan.	

Indralaya, Mei 2025



Nurna Ningsih, S.Kep., M.Kep
NIP. 197307172001122002

PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER & RELAKSASI BENSON
PADA PASIEN POST SECTIO CAESAREA DENGAN MASALAH
NYERI AKUT DI RUANG ENIM 2 RSUP DR.MOHAMMAD HOESIN
PALEMBANG

ORIGINALITY REPORT

10%	9%	5%	9%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	4%
2	conference.unsri.ac.id Internet Source	1%
3	library.poltekkes-surabaya.ac.id Internet Source	1%
4	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	1%
5	repository.unjaya.ac.id Internet Source	1%
6	excellent-health.id Internet Source	1%
7	scholar.unand.ac.id Internet Source	1%
8	badanpenerbit.org Internet Source	1%
9	docplayer.info Internet Source	1%
10	repository.stikesmitrakeluarga.ac.id Internet Source	1%