



## ESTU UTOMO HEALTH SCIENCE JURNAL ILMIAH KESEHATAN

[http : //www.ejurnal.stikeseub.ac.id](http://www.ejurnal.stikeseub.ac.id)



### PENGARUH KOMBINASI PIJAT *ENDORPHIN* DAN AROMATHERAPI LAVENDER TERHADAP NYERI LUKA *POST SECTIO CAESARIA* PADA IBU PRIMIPARA DI RS JIH SOLO

Ani Hartanti<sup>1)</sup>, Sri Madya Bakti Eka Rini<sup>2)</sup>

<sup>1), 2)</sup> Program Studi D III Kebidanan STIKES Estu Utomo

Email : [anihartanti@stikeseub.ac.id](mailto:anihartanti@stikeseub.ac.id), [sri\\_madya@stikeseub.ac.id](mailto:sri_madya@stikeseub.ac.id)

#### ABSTRAK

**Latar Belakang:** *Sectio Caesaria* menimbulkan beberapa keluhan yang mungkin muncul salah satunya adalah nyeri luka pembedahan. Metode non farmakologis yang diharapkan dapat mengatasi adalah Endorphin massage dan aromaterapi lavender. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh kombinasi pijat endorphin dan aromaterapi lavender terhadap nyeri luka post sectio caesaria pada ibu primipara di RS JIH Solo. **Metode :** Desain penelitian *Quasy* Eksperimental, *one grup pre post test design*. Populasi penelitian ini yaitu semua ibu bersalin dengan SC primipara di RS JIH Solo pada bulan Januari 2023 sampai Februari 2023 sejumlah 24 responden. Sampel menggunakan rumus Federer sejumlah 18 responden. Tehnik sampling *purposive sampling*. Analisis bivariat menggunakan *wilcoxon*. **Hasil:** Nyeri luka post *sectio caesaria* sebelum dilakukan kombinasi pijat endorphin dan aromaterapi lavender memiliki median 5. Nyeri luka post *sectio caesaria* sesudah dilakukan kombinasi pijat endorphin dan aromaterapi lavender memiliki median 3. Ada pengaruh kombinasi pijat endorphin dan aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri luka post *sectio caesaria* pada ibu di RS JIH Solo ( $0,000 < 0,05$ ). **Kesimpulan :** pengaruh kombinasi pijat endorphin dan aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri luka post *sectio caesaria* pada ibu di RS JIH Solo. Diharapkan ibu nifas dapat memanfaatkan kombinasi endorphin massage dan aromaterapi camomile untuk memberdayakan keluarga dalam menurunkan kecemasan pada ibu nifas dengan meminta bantuan dari suami, ibu atau orang terdekat.

Kata Kunci : Kombinasi, Pijat Endorphin, Aromaterapi Lavender, Nyeri Luka, Post Sectio Caesaria

#### ***THE EFFECT OF A COMBINATION OF ENDORPHIN MASSAGE AND LAVENDER AROMATHERAPY ON POST CAESARIA SECTIO WOUND PAIN ON A PRIMIPARA MOTHER AT JIH SOLO HOSPITAL***

#### ABSTRACT

*Background: Sectio Caesaria causes several complaints that may arise, one of which is surgical wound pain. Non-pharmacological methods that are expected to overcome this problem are endorphin massage and lavender aromatherapy. Objective: to determine the effect of a combination of endorphin massage and lavender aromatherapy on post-caesarean section wound pain in primiparous mothers at JIH Solo Hospital. Method: Quasy Experimental research design, one group pre post test design. The population of this study was all mothers giving birth with primiparous CS at JIH Solo Hospital from January 2023 to February 2023, totaling 24 respondents. The sample used the Federer formula of 18 respondents. Purposive sampling technique. Bivariate analysis using Wilcoxon. Results: Post caesarean section wound pain before a combination of endorphin massage and lavender aromatherapy had a median of 5. Post caesarean section wound pain after a combination of endorphin massage and lavender aromatherapy had a median of 3. There was an effect of the combination of endorphin massage and lavender aromatherapy on reducing post sectio wound pain caesaria in mothers at JIH Solo Hospital ( $0.000 < 0.05$ ). Conclusion: The effect of a combination of endorphin massage and lavender aromatherapy on reducing post-caesarean section wound pain in mothers at JIH Solo Hospital. It is hoped that postpartum mothers can utilize the combination of endorphin massage and camomile aromatherapy to empower families to reduce anxiety in postpartum mothers by asking for help from their husband, mother or someone close to them.*

*Keywords: Combination, endorphin massage, lavender aromatherapy, wound pain, post caesarean section*

## PENDAHULUAN

Masa nifas itu merupakan masa yang paling rawan dan selalu dialami oleh ibu yang habis melahirkan, dimana pada masa ini terjadinya proses pengeluaran darah dari dalam uterus selama atau sesudah persalinan dan pada normalnya berlangsung selama kurang lebih 6 minggu. Ibu nifas dengan tindakan setelah operasi *Sectio caesarea* (SC) memiliki berbagai komplikasi. SC dilakukan atas beberapa indikasi di antaranya: gawat janin, diproporsi sepelopelvik, persalinan tidak maju, plasenta previa, prolapsus tali pusat, letak lintang, panggul sempit dan preeklamsia.<sup>1</sup>

*Sectio Caesaria* adalah suatu pembedahan guna melahirkan lewat insisi pada dinding abdomen dan uterus. Akan tetapi, persalinan melalui *Sectio Caesaria* bukanlah alternatif yang lebih aman karena diperlukan pengawasan khusus terhadap indikasi dilakukannya *Sectio Caesaria*, maupun perawatan ibu setelah tindakan *Sectio Caesaria*, karena tanpa pengawasan yang baik dan cermat akan berdampak pada kematian ibu.<sup>2</sup>

Menurut *World Health Organization* (WHO), rata-rata persalinan *sectio caesarea* yaitu 5% - 15% per 1000 kelahiran di dunia, angka kejadian di rumah sakit pemerintah rata-rata 11%, sementara di rumah sakit swasta bisa lebih dari 30%. Indonesia pada 2017 rasio tindakan SC dibanding jumlah seluruh persalinan mencapai 59%. Totalnya sebanyak 739.964 tindakan SC dilakukan di fasilitas kesehatan (faskes) rujukan tingkat lanjut atau rumah sakit dalam setahun.<sup>3</sup> Berdasarkan data statistik Riskesdas (2013) angka kejadian SC di Indonesia sebesar 9,8% dengan provinsi tertinggi di DKI Jakarta (19,9%). Data statistik persalinan SC di Jawa Tengah sebesar (10%) yang menduduki peringkat ke-10.<sup>4</sup>

Setelah tindakan *Sectio Caesaria* seorang ibu tidak dapat langsung mandiri melakukan semua kegiatan, terdapat beberapa keluhan yang mungkin muncul salah satunya adalah nyeri luka pembedahan.<sup>5</sup> Tindakan *Sectio Caesaria* dapat menyebabkan nyeri dan mengakibatkan terjadinya perubahan kontinuitas jaringan karena adanya pembedahan. Tindakan *Sectio Caesaria* menggunakan anestesi agar pasien tidak merasa nyeri pada saat dibedah. Namun setelah operasi selesai, saat pasien mulai sadar dan efek anestesi sudah habis bereaksi, pasien akan merasakan nyeri di daerah sayatan yang membuat pasien merasa tidak nyaman. Ketidaknyamanan yang dirasakan pasien post *Sectio Caesaria* dapat menyebabkan resiko komplikasi pada bayi maupun pada ibu.<sup>6</sup>

Tetapi tindakan operasi SC mempunyai efek negatif pada ibu baik secara fisik maupun psikologis, Secara psikologis tindakan SC berdampak terhadap rasa takut dan cemas terhadap nyeri yang dirasakan setelah analgetik hilang. Selain itu, juga memberikan dampak negatif terhadap konsep diri ibu. Karena Ibu kehilangan pengalaman melahirkan secara normal serta kehilangan harga diri yang terkait dengan perubahan citra tubuh akibat tindakan operasi. Beberapa dampak negatif yang ditimbulkan karena nyeri, yaitu mobilisasi fisik menjadi terbatas, terganggunya *bonding attachment*, terbatasnya *Activity Daily Living (ADL)*, Inisiasi Menyusu Dini (IMD) tidak terpenuhi dengan baik, berkurangnya nutrisi bayi karena ibu masih nyeri akibat SC, menurunnya kualitas tidur, menjadi stres dan cemas atau ansietas, dan takut apabila dilakukan pembedahan kembali.<sup>7</sup>

Rasa nyeri post *Sectio Caesarea* diketahui bahwa pada minggu ke-12 klien masih mengalami nyeri pada luka, dan bahkan hampir pada separuh wanita berlangsung sampai mereka pulang ke rumah, dan bahkan sekitar 32%, pasien yang dilakukan *Sectio Caesaria* masih mengalami nyeri pada luka, dan tidak jarang nyeri pada luka setelah pulang bertambah berat. Hal ini perlu penanganan yang optimal agar perasaan nyaman pasien pasca *Sectio Caesaria* terpenuhi, misalnya dengan cara manajemen yang benar dan ditambah dengan berbagai terapi non farmakologi.<sup>2</sup>

Manajemen nyeri mempunyai berbagai tindakan atau prosedur baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Prosedur secara farmakologis dilakukan dengan menggunakan obat seperti asetaminofen atau aspirin (analgesic), yaitu untuk mengurangi atau untuk menghilangkan rasa nyeri, namun hal ini harus diberikan sesuai dengan dosis dan tidak dapat diberikan secara berlebihan. Sedangkan metode non farmakologis dilakukan dengan cara melalui rangsangan permukaan kulit, pijat endorfin, akupunktur, relaksasi nafas dalam, mobilisasi dini, maupun aromatherapy menggunakan berbagai esensial oil salah satunya lavender dan distraksi.<sup>8</sup>

*Endorfin massage* yaitu teknik sentuhan dan pemijatan ringan ini sangat penting bagi ibu nifas untuk membantu memberikan rasa tenang dan nyaman, serta meningkatkan kondisi rileks dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit. Pijat ini dilakukan dengan sentuhan ringan ujung jari yang dimulai punggung kemudian ke lengan dan menyeluruh keseluruhan tubuh. *Endorfin Massage* selain dapat meningkatkan hormone endorfin. Endorfin adalah polipeptida, yang mampu

mengikat ke reseptor saraf di otak untuk memberikan bantuan dari rasa sakit yang di sekresi oleh kelenjar Hipofise. Endorphin merupakan hormon penghilang rasa sakit yang alami berkaitan dengan reseptor opioid dalam otak. Selain itu, *endorphin massage* juga punya peranan dalam mengatasi stress dalam masa nifas dan mampu mengurangi rasa nyeri. Penelitian yang dilakukan oleh Morhen et al. (2012) membuktikan bahwa wanita yang diberikan pijatan di daerah punggung mulai dari batas leher sampai batas bawah scapula di sekitar ruas tulang belakang selama 15 menit dapat meningkatkan kadar oksitosin dalam darah, menurunkan kadar hormon adenokortikotropin sehingga akan menstimulasi produksi endorphin yang merupakan pereda sakit alami<sup>9</sup>.

Terapi non farmakologi lain untuk menurunkan nyeri adalah aromaterapi. Mekanisme kerja aromaterapi terjadi melalui sistem penciuman. Dengan menghirup aromaterapi lavender maka akan meningkatkan gelombang-gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk merasa rileks.<sup>10</sup> Pada ibu post SC nyeri pada bekas luka jahitan menjadi masalah yang dominan terjadi, penelitian sebelumnya menunjukkan selalu menghirup aromaterapi lavender dapat menurunkan nyeri. Hal ini karena kandungan aromaterapi lavender yang merupakan salah satu minyak esensial analgesik yang mengandung linalool. Linalool merupakan kandungan aktif utama pada lavender yang berperan untuk menghilangkan rasa cemas dan menimbulkan perasaan relaks. Aromaterapi dapat digunakan dengan menggunakan difusser yang dinyalakan di ruang tertutup yaitu 4 tetes (2 ml) dalam 240 ml air. Ibu yang merasa lebih rileks dan tenang setelah menghirup aromaterapi lavender sehingga berpengaruh pada nyeri post SC yang dirasakan.<sup>11</sup>

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa lavender efektif dijadikan aromaterapi. Hasil penelitian sebelumnya rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin sebelum diberikan aromaterapi lavender sebesar 7,07 (Nyeri Berat) dan sesudah diberikan aromaterapi lavender sebesar 5,53 (Nyeri Sedang). Hasil uji statistik *Paired t Test* diperoleh nilai p value 0,000 ( $p < \alpha 0,05$ ). Penelitian menunjukkan ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap pengurangan rasa nyeri persalinan kala I fase aktif.<sup>12</sup>

Hasil wawancara diruangan nifas pada salah seorang bidan menyatakan RS JIH Solo saat ini melakukan terapi non farmakologi hanya dengan relaksasi nafas dalam, belum pernah melakukan terapi non farmakologi lainnya. Terapi yang dilakukan karena penanganan nyeri berfokus hanya pada penanganan secara farmakologis saja

sesuai advis dokter. Terapi farmakologi yang diberikan adalah pemberian injeksi *ketorolac* dan tambahan asam mefenamat. Namun, penanganan secara farmakologis dinilai belum maksimal karena hanya mengurangi nyeri sesaat selain itu terapi farmakologi akan menimbulkan efek samping pada ibu.

Study pendahuluan di RS JIH Solo jumlah persalinan pada tahun 2021 adalah 976 persalinan, dengan jumlah persalinan spontan adalah 633 dan persalinan *sectio caesarea* 343 persalinan dengan rata-rata persalinan *sectio caesarea* tiap bulan adalah 29-30 persalinan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan bulan Oktober 2022 terhadap 4 ibu post *Sectio Caesaria*. Hasil observasi dai 2 ibu post *Sectio Caesaria* menyatakan merasakan nyeri pada area pembedahan setelah 6 jam operasi, ibu merasa nyeri yang sangat sehingga meminta obat penghilang nyeri tambahan, 1 ibu melakukan post *Sectio Caesaria* telah melakukan nafas dalam dimana ibu merasakan nyeri yang sangat pada area pembedahan walaupun telah melakukan nafas dalam sesuai saran bidan.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti ingin meneliti lebih lanjut tentang “Pengaruh Kombinasi Pijat Endorphin Dan Aromatherapi Lavender Terhadap Nyeri Luka Post *Sectio Caesaria* Pada Ibu Primipara di RS JIH Solo”.

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, penelitian ini merupakan desain penelitian *Quasy Eksperimental* dengan desain *One Group Pretest Posttest*. Waktu penelitian yaitu pada bulan Oktober sampai Februari 2023. Lokasi penelitian di RS JIH Solo dikarenakan jumlah persalinan SC cukup banyak dan keluhan utama yang dirasakan adalah nyeri post SC. Populasi penelitian ini yaitu semua ibu bersalin dengan SC primipara di RS JIH Solo pada bulan Januari 2023 sampai Februari 2023 sejumlah 24 responden. Sampel dalam penelitian ini yaitu ibu bersalin dengan SC primipara di RS JIH Solo pada bulan Januari 2023 ditetapkan 18 responden. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *accidental sampling*. Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut maka data penelitian dilakukan analisis parametik dengan uji *wilcoxon*.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil karakteristik responden didapatkan bahwa :

Tabel 1. Karakteristik Ibu Nifas Post *Sectio Caesaria* Di RS JIH Solo

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Umur	kurang 20 tahun	1	5,6
	20-35 tahun	17	94,4
Pendidikan	Menengah	13	72,2
	Perguruan tinggi	5	27,8
Pekerjaan	Tidak bekerja	8	44,4
	Bekerja	10	55,6
	Total	18	100,0

Sumber: Data primer (2023)

Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 18 responden mayoritas berada pada usia 20-35 tahun yaitu 17 responden (84,4%). Pendidikan mayoritas SMA atau menengah yaitu 13 responden (72,2%) dan pekerjaan mayoritas bekerja yaitu 10 responden (55,6%). Nyeri luka post *sectio caesaria* pada ibu primipara sebelum diberikan kombinasi pijat endorphan dan aromatherapi lavender di RS JIH Solo.

Tabel 2. Gambaran Nyeri Luka Post *Sectio Caesaria* Pada Ibu Primipara Sebelum Diberikan Kombinasi Pijat Endorphan Dan Aromatherapi Lavender Di RS JIH Solo

Nyeri luka post <i>sectio caesaria</i>	N	Min	Max	Median	Std. Deviation
Sebelum diberikan kombinasi pijat endorphan dan aromatherapi lavender	18	4,00	6,00	5,00	0,76

Sumber: Data primer sebelum diberikan kombinasi pijat endorphan dan aromatherapi lavender (2023)

Tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 18 responden nyeri luka post *sectio caesaria* sebelum diberikan kombinasi pijat endorphan dan aromatherapi lavender memiliki median 5 dan standar deviasi 0,76. Sedangkan nilai minimal 4 dan maksimal 6. Nyeri luka post *sectio caesaria* pada ibu primipara sesudah diberikan kombinasi pijat endorphan dan aromatherapi lavender di RS JIH Solo.

Tabel 3. Gambaran Nyeri Luka Post *Sectio Caesaria* Pada Ibu Primipara Sesudah Diberikan Kombinasi Pijat Endorphan Dan Aromatherapi Lavender Di RS JIH Solo

Nyeri luka post <i>sectio caesaria</i>	N	Min	Max	Median	Std. Deviation
Sesudah diberikan kombinasi pijat endorphan dan aromatherapi lavender	18	3,00	5,00	3,00	0,85

Sumber: Data primer sesudah diberikan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender (2023)

Tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 18 responden nyeri luka post *sectio caesaria* sebelum diberikan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender memiliki median 3 dan standar deviasi 0,85. Sedangkan nilai minimal 4 dan maksimal 5.

Analisis data dilakukan dengan uji parametrik uji *wilcoxon*. dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Analisis Pengaruh Kombinasi Pijat Endorphin Dan Aromatherapi Lavender Terhadap Nyeri Luka Post Sectio Caesaria Pada Ibu Primipara Di RS JIH Solo

Nyeri Luka Post <i>Sectio Caesaria</i>	N	Median	SD	Negative Ranks	Ties	p-value
Sebelum diberikan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender	18	5,00	0,76	17	1	0,000
Sesudahdiberikan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender	18	3,00	0,85			

Sumber: Data primer pengaruh kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender terhadap nyeri luka post *sectio caesaria* pada ibu primipara di RS JIH Solo (2023)

Berdasarkan tabel 4 dari 18 responden yang dilakukan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender sebelum tindakan memiliki median nyeri 5 Sedangkan setelah diberikan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender memiliki median nyeri 3. Berdasarkan hasil analisis *wilcoxon* dengan  $\alpha = 0,05$ , diperoleh nilai p-value 0,000 dimana  $0,000 < 0,05$ , hal ini berarti ada pengaruh kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender terhadap nyeri luka post *sectio caesaria* pada ibu primipara di RS JIH Solo.

## PEMBAHASAN

1. Kecemasan post partum primipara sebelum diberikan kombinasi endorphin Nyeri luka post *sectio caesaria* pada ibu primipara sebelum diberikan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender di RS JIH Solo

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 18 responden nyeri luka post *sectio caesaria* sebelum diberikan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender memiliki median 5 dan standar deviasi 0,76. Hal ini menunjukkan bahwa

Standar deviasi yang lebih kecil dari mean yang artinya sebaran dari data nyeri kecil atau tidak adanya kesenjangan yang cukup besar dari nilai nyeri terendah dan tertinggi. Sedangkan nilai minimal 4 dan maksimal 6. Teori menyatakan bahwa nyeri dalam kategori 5 ditunjukkan dengan tanda nyeri yang kuat dan menusuk. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada dasarnya setiap ibu post *sectio caesaria* mengalami nyeri. Nyeri ini disebabkan oleh pembedahan yang dialami ibu. Hal ini sesuai dengan teori bahwa nyeri adalah suatu sensori subyektif dan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial atau yang dirasakan dalam kejadian-kejadian daerah terjadinya kerusakan.<sup>8</sup>

Pasien post operasi *sectio caesaria* di RS JIH Solo secara umum sebelum dilakukan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender rata-rata dalam kategori nyeri sedang. Sesuai dengan teori bahwa nyeri sedang ditandai dengan klien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendiskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik.<sup>8</sup>

Nyeri post operasi *sectio caesaria* sangat wajar dialami oleh ibu setelah operasi *sectio caesaria* selesai dan pasien mulai sadar dan efek anestesi habis bereaksi, pasien akan merasakan nyeri pada bagian tubuh yang mengalami pembedahan. Banyak ibu yang mengeluhkan rasa nyeri dibekas jahitan, keluhan ini sebetulnya wajar karena tubuh tengah mengalami luka dan dalam masa penyembuhan, apalagi luka *sectio caesaria* tersebut tergolong luka yang panjang dan dalam. Hal ini sesuai dengan teori bahwa Rasa nyeri merupakan mekanisme pertahanan tubuh, timbul bila ada jaringan rusak dan hal ini akan menyebabkan individu bereaksi dengan memindahkan stimulasi nyeri.<sup>13</sup>

Penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa seluruh ibu post SC akan mengalami nyeri dimana bahwa sebagian besar responden dengan nyeri berat berjumlah 3 responden (7,7%), sedangkan untuk nyeri sedang berjumlah 21 responden (66,6%), dan dengan nyeri ringan berjumlah 10 responden (25,7%).<sup>14</sup>

2. Nyeri luka post *sectio caesaria* pada ibu primipara sesudah diberikan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender di RS JIH Solo

Berdasarkan hasil penelitian bahwa dari 18 responden nyeri luka post *sectio caesaria* sebelum diberikan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender memiliki median 3 dan standar deviasi 0,85. Hal ini menunjukkan bahwa Standar deviasi yang lebih kecil dari mean yang artinya sebaran dari data nyeri yang kecil atau tidak adanya kesenjangan yang cukup besar dari nilai terendah dan tertinggi. Sedangkan nilai minimal 4 dan maksimal 5. Teori menyatakan bahwa nyeri dalam kategori 3 ditunjukkan dengan tanda Nyeri sangat terasa namun bisa ditoleransi, seperti pukulan ke hidung menyebabkan hidung berdarah, atau suntikan oleh dokter.<sup>8</sup> Penelitian ini menunjukkan bahwa setelah dilakukan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender mengalami penurunan nyeri luka post operasi *sectio caesaria*.

Hal ini sesuai dengan teori *Endorphin Massage* selain dapat meningkatkan hormone endorphin. Endorphin adalah polipeptida, yang mampu mengikat ke reseptor saraf di otak untuk memberikan bantuan dari rasa sakit yang di sekresi oleh kelenjar Hipofise. Endorphin merupakan hormon penghilang rasa sakit yang alami berkaitan dengan reseptor opioid dalam otak. Selain itu, *endorphin massage* juga punya peranan dalam mengatasi stress dalam masa nifas dan mampu mengurangi rasa nyeri.<sup>9</sup> Aromaterapi merupakan penggunaan minyak esensial untuk tujuan penanganan yang meliputi: pikiran, tubuh, dan semangat.<sup>23</sup> Setelah dilakukan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender selama 30 menit ibu mengalami perubahan nyeri yang dirasakan. Aromatherapi lavender dikenal untuk membantu meringankan nyeri, sakit kepala, insomnia, ketegangan dan stress (depresi) melawan kelelahan dan mendapatkan untuk relaksasi.<sup>15</sup>

Hal ini sebanding dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan penelitian rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin sebelum diberikan aromaterapi lavender sebesar 7,07 (Nyeri Berat) dan sesudah diberikan aromaterapi lavender sebesar 5,53 (Nyeri Sedang). Ada Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Aktif dimana aromatherapy diberikan selama 30 menit.<sup>11</sup>

### 3. Pengaruh kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender terhadap nyeri luka post *sectio caesaria* pada ibu primipara di RS JIH Solo

Berdasarkan dari 18 responden yang dilakukan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender sebelum tindakan memiliki median nyeri 5 Sedangkan setelah diberikan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender memiliki median

nyeri 3. Berdasarkan hasil analisis wilcoxon dengan  $\alpha = 0,05$ , diperoleh nilai p-value 0,000 dimana  $0,000 < 0,05$ , hal ini berarti ada pengaruh kombinasi pijat endorphan dan aromatherapi lavender terhadap nyeri luka post sectio caesaria pada ibu primipara di RS JIH Solo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan kombinasi pijat endorphan dan aromatherapi lavender akan mengurangi nyeri hal ini dikarenakan dengan kombinasi pijat endorphan dan aromatherapi lavender ibu akan menjadi lebih nyaman dan relax ditambah dengan aromatherapi ibu akan semakin relax sehingga akan menurunkan nyeri yang dirasakan ibu.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa Massage Endorphin massage ini sangat bermanfaat karena memberikan kenyamanan, rileks dan juga tenang pada wanita yang sedang hamil dan melahirkan. Selain itu juga, terapi endorphin massage ini juga bisa mengembalikan denyut jantung juga tekanan darah pada keadaan yang normal. Endorphin dapat meningkatkan pelepasan zat oksitosin, sehingga dapat mengurangi rasa nyeri. Endorphine massage dapat mengatur produksi hormon pertumbuhan dan seks, mengendalikan rasa nyeri serta sakit yang menetap, mengendalikan perasaan stres, serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Hal ini yang membuat terapi ini bisa membantu serta melancarkan proses pada masa nifas terlebih dalam mengurangi nyeri pembengkakan payudara.<sup>16</sup>

Hal tersebut didukung dengan penelitian sebelumnya Morhen et al. (2012) membuktikan bahwa wanita yang diberikan pijatan di daerah punggung mulai dari batas leher sampai batas bawah scapula di sekitar ruas tulang belakang selama 15 menit dapat meningkatkan kadar oksitosin dalam darah, menurunkan kadar hormon adenokortikotropin sehingga akan menstimulasi produksi endorphin yang merupakan pereda sakit alami<sup>9</sup>

Aromatherapi mempunyai efek yang positif karena diketahui bahwa aroma segar dan harum merangsang sensori, reseptor dan pada akhirnya mempengaruhi organ yang lain sehingga dapat menimbulkan efek kuat terhadap emosi. Aroma ditangkap oleh reseptor dihidung yang kemudian memberikan informasi lebih jauh kearah otak yang mengontrol emosi dan memori maupun memberikan informasi ke hipotalamus yang merupakan pengatur sistem internal untuk menjadikan tubuh rileks, Secara fisiologis, keadaan relaksasi ditandai dengan penurunan kadar epinefrin dalam darah sehingga menurunkan nyeri.

Hal ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa lavender efektif dijadikan aromaterapi. Hasil penelitian sebelumnya rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin sebelum diberikan aromaterapi lavender sebesar 7,07 (Nyeri Berat) dan sesudah diberikan aromaterapi lavender sebesar 5,53 (Nyeri Sedang). Hasil uji statistik *Paired t Test* diperoleh nilai p value 0,000 ( $p < \alpha 0,05$ ). Penelitian menunjukkan ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap pengurangan rasa nyeri persalinan kala I fase aktif.<sup>12</sup>.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender terhadap nyeri luka post sectio caesaria pada ibu primipara di RS JIH Solo maka dapat disimpulkan sebagai berikut : Ibu post partum post *sectio caesaria* mayoritas berada pada usia 20-35 tahun yaitu 17 responden (84,4%). Pendidikan mayoritas SMA atau menengah yaitu 13 responden (72,2%) dan pekerjaan mayoritas bekerja yaitu 10 responden (55,6%). Nyeri luka post *sectio caesaria* sebelum dilakukan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender memiliki median 5. Nyeri luka post *sectio caesaria* sesudah dilakukan kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender memiliki median 3. Ada pengaruh kombinasi pijat endorphin dan aromatherapi lavender terhadap penurunan nyeri luka post *sectio caesaria* pada ibu di RS JIH Solo.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Padila, P. (2015). *Asuhan Keperawatan Maternitas 1*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Mander (2014). *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Manafe. (2019). *Operasi Cesarea Meningkat di Era JKN-KIS*. From : <https://www.beritasatu.com/kesehatan/587529/operasi-cesarea-meningkat-di-era-jknkis>
- Riskerdas. (2013). *Hasil RISKERDAS 2013*. Jakarta :Kemenkes RI
- Whalley.(2018). *Kehamilan dan Persalinan*. Jakarta: BIP.
- Saifuddin. (2016). *Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Yohana. (2019). *Terapi Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea*
- Perry dan Potter.(2014).*Fundamental of Nurse*. Jakarta: EGC.
- Morhen et al. (2012) . *Massage increases oxytocin and reduces*. *Journal Alternative Therapies*.18:11-19.

- Koensoemardiyah. (2010). *A-Z Aromaterapi untuk kesehatan, kebugaran, dan kecantikan*. Yogyakarta: C.V Andi Offset
- Hetia, Ridwan & Herlina. (2017) Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Aktif. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai Volume X No 1 Edisi Juni 2017*
- Fatmawati & Fauziah (2018). *Lavender Aromatherapy Effectiveness In Decreasing Pain In Patients Post SC. Maternal Vol. Ii No. 3- April 2018*
- Sarlito. (2017). *Pengantar Psikologi Umum*. Jakarta: Rajawali pers
- Agustin, Koeryaman, Amira. (2020). Gambaran Tingkat Cemas, Mobilisasi, Dan Nyeri Pada Ibu Post Operasi Sectio Sesarea Di RSUD Dr. Slamet Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada : Jurnal Ilmu Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan dan Farmasi Volume 20 Nomor 2 Agustus 2020*
- Buckle, J. (2014). *Clinical Aromatherapy in Healthcare*. London, England: Elsevier
- Prasetyono, D.S. 2016. *Buku Pintar ASI Eksklusif : Pengenalan, Praktik dan Kemanfaatan-kemanfaatannya*. Jogjakarta : Diva Press