



Analisis Keperawatan Kompres Hangat Aromaterapi *Lavender* pada Nyeri *Sectio Caesarea* RSUD I.A Moeis

Fhauzia Iin Aldini¹, Pipit Feriani², Tri Wahyuni³, Joanggi W.H⁴

¹Profesi Ners, Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
¹fhauziaiinaldini01@gmail.com ²pf561@umkt.ac.id ³tw879@umkt.ac.id ⁴jwh@ac.id
Corresponding Author: jwh794@umkt.ac.id

Abstract

Postoperative pain is a common problem experienced by patients after sectio caesarea due to tissue damage and surgical incisions. Pharmacological pain management has the potential to cause side effects; therefore, safe and effective non-pharmacological alternatives are needed. One intervention that can be used is the combination of warm compresses and lavender aromatherapy, which has relaxing and analgesic effects. This study aims to analyze the effectiveness of the intervention in reducing pain intensity and improving patient comfort. The method used was a case study with a nursing process approach that included assessment, diagnosis, planning, implementation, and evaluation. Pain measurement was carried out using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after the intervention. The results showed a decrease in pain intensity from moderate to mild levels. Patients appeared more relaxed, comfortable, and able to carry out activities gradually.

Keywords: *pain, warm compress, lavender aromatherapy*

Abstrak

Nyeri pascaoperasi merupakan masalah umum yang dialami pasien setelah tindakan *sectio caesarea* akibat kerusakan jaringan dan insisi pembedahan. Pengelolaan nyeri secara farmakologis berpotensi menimbulkan efek samping sehingga diperlukan alternatif nonfarmakologis yang aman dan efektif. Salah satu intervensi yang dapat digunakan adalah kombinasi kompres hangat dengan aromaterapi *lavender* yang memiliki efek relaksasi dan analgesik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas intervensi tersebut dalam menurunkan intensitas nyeri serta meningkatkan kenyamanan pasien. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Pengukuran nyeri dilakukan menggunakan NRS sebelum dan sesudah intervensi. Menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dari kategori sedang menjadi ringan. Pasien tampak lebih rileks, nyaman, dan mampu beraktivitas secara bertahap.

Kata Kunci: nyeri, kompres hangat, aromaterapi lavender

© 2026 Jurnal Pustaka Keperawatan

1. Pendahuluan

Nyeri pascaoperasi *sectio caesarea* merupakan masalah umum yang sering dialami ibu postpartum akibat adanya insisi pembedahan dan kerusakan jaringan tubuh. Kondisi ini dapat menghambat mobilisasi dini, mengganggu proses menyusui, menurunkan kualitas istirahat, serta memperlambat proses pemulihan ibu [1]. Penatalaksanaan nyeri

umumnya dilakukan secara farmakologis menggunakan analgesik, namun penggunaan obat-obatan dalam jangka tertentu dapat menimbulkan efek samping sehingga diperlukan alternatif terapi nonfarmakologis yang aman, mudah dilakukan, dan efektif dalam membantu mengurangi nyeri [2]. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat

diterapkan adalah kompres hangat dengan aromaterapi *lavender*.

Kompres hangat bekerja dengan meningkatkan sirkulasi darah, menurunkan ketegangan otot, serta memberikan efek relaksasi pada area yang nyeri. Sementara itu, aromaterapi *lavender* mengandung senyawa *linalool* dan *linalil* asetat yang memiliki efek analgesik dan sedatif sehingga mampu membantu menurunkan persepsi nyeri dan meningkatkan rasa nyaman pada pasien [3]. Kombinasi kompres hangat dan aromaterapi *lavender* terbukti dapat memberikan efek fisiologis dan psikologis yang membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea* [4]. Namun, pemanfaatan terapi nonfarmakologis tersebut masih belum banyak diketahui dan diterapkan oleh pasien maupun keluarga, sehingga pasien cenderung lebih bergantung pada terapi farmakologis dalam mengatasi nyeri pascaoperasi [5]

Berdasarkan kondisi tersebut, penerapan intervensi ini dilaksanakan sebagai upaya edukasi dan penerapan terapi kompres hangat aromaterapi *lavender* pada pasien *sectio caesarea* di RSUD I.A Moeis Samarinda. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pasien dan keluarga mengenai manfaat terapi kompres hangat aromaterapi *lavender*, memberikan edukasi serta demonstrasi cara penerapan terapi nonfarmakologis tersebut, dan membantu menurunkan intensitas nyeri serta meningkatkan kenyamanan pasien pascaoperasi *sectio caesarea*. Melalui kegiatan ini diharapkan pasien dan keluarga mampu menerapkan terapi secara mandiri di rumah sebagai salah satu upaya manajemen nyeri yang aman dan mudah dilakukan.

Sectio caesarea sendiri merupakan prosedur persalinan melalui tindakan pembedahan dengan membuat sayatan pada dinding abdomen dan uterus untuk mengeluarkan janin [6]. Setelah operasi, pasien umumnya mengalami nyeri akut akibat trauma jaringan dan luka insisi. Nyeri yang tidak tertangani dapat menyebabkan keterbatasan aktivitas, gangguan menyusui, serta memperlambat proses penyembuhan ibu postpartum [7]. Oleh karena itu, diperlukan penatalaksanaan nyeri yang tidak hanya berfokus pada terapi farmakologis, tetapi juga didukung dengan pendekatan nonfarmakologis seperti kompres hangat dan aromaterapi *lavender*. Kompres hangat dapat menimbulkan vasodilatasi pembuluh darah sehingga meningkatkan aliran darah dan membantu mengurangi spasme otot penyebab nyeri [8]. Sementara aromaterapi *lavender* memberikan efek relaksasi melalui stimulasi sistem saraf pusat sehingga membantu mengurangi kecemasan dan persepsi nyeri [9].

Pengabdian ini diadakan karena masih tingginya angka pasien post *sectio caesarea* yang mengalami nyeri pascaoperasi serta kurangnya pemanfaatan terapi nonfarmakologis sebagai alternatif manajemen nyeri. Selain aman dan minim efek samping, kompres hangat aromaterapi *lavender* juga mudah diterapkan secara mandiri oleh pasien dan keluarga [10]. Oleh sebab itu, edukasi mengenai manfaat dan cara penerapan terapi ini sangat penting dilakukan agar pasien mampu mengelola nyeri secara optimal selama masa pemulihan. Berdasarkan uraian tersebut, pertanyaan tujuan dalam intervensi ini adalah bagaimana tingkat pengetahuan pasien dan keluarga mengenai kompres hangat aromaterapi *lavender*, bagaimana penerapan terapi tersebut pada pasien *sectio caesarea*, dan apakah pemberian kompres hangat aromaterapi *lavender* dapat membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien *sectio caesarea* di RSUD I.A Moeis Samarinda.

2. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam kegiatan ini adalah studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan pada pasien post *sectio caesarea* yang mengalami nyeri akut. Intervensi yang diberikan berupa kompres hangat dengan aromaterapi *lavender* sebagai terapi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan intensitas nyeri. Penelitian dilaksanakan di RSUD I.A Moeis Samarinda pada pasien post operasi *sectio caesarea* yang memenuhi kriteria pengkajian. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi keperawatan. Pengkajian nyeri dilakukan menggunakan skala *Numeric Rating Scale* (NRS) dengan rentang nilai 0–10 untuk mengetahui tingkat nyeri pasien sebelum dan sesudah intervensi.

Intervensi kompres hangat aromaterapi *lavender* dilakukan menggunakan air hangat dengan suhu sekitar 37–40°C yang dicampurkan 3 tetes minyak esensial *lavender*, kemudian diaplikasikan pada area punggung bawah menggunakan handuk kecil selama 30 menit sesuai dengan prosedur operasional standar keperawatan dan dilakukan evaluasi terhadap perubahan intensitas nyeri setelah intervensi diberikan. Tindakan dilakukan secara bertahap selama 3 hari dari tanggal 05-07 Januari 2026.

Data hasil pengkajian dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan tingkat nyeri pasien sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat aromaterapi *lavender*. Metode kompres hangat dan aromaterapi *lavender* yang digunakan mengacu pada penelitian sebelumnya yang telah terbukti efektif dalam membantu mengurangi nyeri *post sectio caesarea* [4].



Gambar 1. Dokumentasi Intervensi

3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan asuhan keperawatan dilakukan pada pasien Ny. R dengan diagnosis medis post *sectio caesarea* (SC) di Ruang Karang Mumus RSUD I.A. Moeis Samarinda. Berdasarkan hasil pengkajian ditemukan bahwa pasien mengeluhkan nyeri pada

area luka operasi *sectio caesarea* dengan skala nyeri 6 menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Nyeri dirasakan seperti nyut-nyut pada bagian perut bawah dan muncul hilang timbul terutama saat bergerak. Selain itu, pasien tampak meringis dan gelisah.

Diagnosa keperawatan utama yang ditegakkan adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis akibat tindakan operasi *sectio caesarea*. Intervensi inovasi yang diberikan berupa kompres hangat menggunakan campuran essential oil aromaterapi *lavender*. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut pada tanggal 05–07 Januari 2026 dengan durasi 30 menit setiap tindakan. Prosedur dilakukan dengan mencampurkan *essential oil lavender* ke dalam air hangat, kemudian handuk kecil dicelupkan dan diaplikasikan pada area punggung bawah pasien dalam posisi miring sambil berbaring. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan skala NRS.

Pada hari pertama implementasi, sebelum dilakukan intervensi pasien mengatakan nyeri dengan skala 6 (1–10), nyeri terasa pada perut bagian bawah, bersifat hilang timbul dan meningkat saat bergerak. Pasien tampak meringis serta gelisah. Setelah diberikan kompres hangat aromaterapi *lavender*, pasien mengatakan nyeri sedikit reda namun masih muncul kembali dengan skala yang sama yaitu 6. Pasien masih tampak meringis dan gelisah. Pada hari kedua implementasi tanggal 06 Januari 2026, pasien masih mengeluhkan nyeri dengan skala 6 sebelum intervensi diberikan. Setelah dilakukan kompres hangat dengan *essential oil aromaterapi lavender*, pasien mengatakan nyeri mulai berkurang dengan skala 4. Hasil observasi menunjukkan ekspresi meringis pasien mulai menurun, pasien tampak lebih nyaman dan tingkat kegelisahan berkurang. Pada hari ketiga implementasi, pasien menyatakan nyeri semakin menurun setelah dilakukan kompres hangat dengan aromaterapi *lavender* dengan skala nyeri 2 (1–10). Pasien sudah tidak tampak meringis dan tidak menunjukkan perilaku gelisah. Pasien juga tampak lebih rileks, nyaman, dan mampu melakukan aktivitas secara bertahap.

Berdasarkan hasil evaluasi selama tiga hari intervensi, didapatkan perubahan intensitas nyeri dari skala 6 pada hari pertama, menjadi skala 4 pada hari kedua, dan menurun menjadi skala 2 pada hari ketiga. Hasil observasi juga menunjukkan perubahan kondisi pasien berupa penurunan ekspresi meringis dan gelisah setelah pemberian terapi kompres hangat dengan *essential oil aromaterapi lavender*.

4. Kesimpulan

Pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien post *sectio caesarea* dengan penerapan intervensi

kompres hangat menggunakan *essential oil* aromaterapi *lavender* menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri secara bertahap selama tiga hari pelaksanaan. Hasil pengkajian awal menunjukkan pasien mengalami nyeri dengan skala 6 disertai ekspresi meringis dan gelisah. Setelah dilakukan intervensi secara bertahap, skala nyeri menurun menjadi 4 pada hari kedua dan menjadi 2 pada hari ketiga. Selain penurunan skala nyeri, pasien tampak lebih rileks, nyaman, dan mampu melakukan aktivitas secara bertahap.

Penerapan intervensi kompres hangat dengan aromaterapi *lavender* dapat diaplikasikan sebagai terapi nonfarmakologis pendamping dalam asuhan keperawatan pada pasien post *sectio caesarea* yang mengalami nyeri. Intervensi ini relatif mudah dilakukan, aman, serta dapat diterapkan oleh tenaga kesehatan maupun keluarga pasien sebagai bentuk perawatan lanjutan di rumah. Implikasi dari pelaksanaan pengabdian ini menunjukkan bahwa terapi kompres hangat dengan aromaterapi *lavender* berpotensi menjadi salah satu alternatif tindakan mandiri keperawatan dalam membantu menurunkan nyeri pasca operasi. Pengembangan penerapan terapi nonfarmakologis lainnya juga dapat dilakukan untuk meningkatkan kenyamanan dan kualitas pemulihan pasien post *sectio caesarea*. Disarankan pada kegiatan pengabdian selanjutnya agar dilakukan penerapan intervensi pada jumlah pasien yang lebih banyak dan waktu pelaksanaan yang lebih panjang sehingga hasil yang diperoleh dapat menggambarkan efektivitas intervensi secara lebih luas.

Daftar Rujukan

- [1] M. Oktapia, S. Iskandar, M. Nafartilova, N. Lasmadasari, and A. Keperawatan, "Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman: Nyeri Pada Pasien Post Section Caesarea Dengan Pemberian Terapi Sujok Di Ruang Rawat Inap," *Jurnal Ilmu Kesehatan. Mandira Cendikia*, pp. 12–20, 2022.
- [2] Suryani, Heni, Afdaliyah, Ridayatul, and Wiyadi, "Pengaruh Terapi Kompres Hangat Dengan Aromaterapi Lavender Essential Oil Terhadap Respon Nyeri Jahitan Luka Post Sectio Caesarea Di RSIA Aisyiyah Samarinda Heni," *Mahakam Midwifery J.*, vol. 7, no. 1, pp. 1–8, 2022.
- [3] Wahyu *et al.*, "Pengaruh Terapi Kompres Hangat Dengan Aroma Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di RS . Detasemen," vol. 07, no. April, pp. 18–26, 2019.
- [4] R. D. Yanuar, D. Nani, and A. Anam, "Pengaruh Kombinasi Kompresi Hangat Dan Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea," *J. Lang. Heal.*, vol. 5, no. 3, pp. 1103–1110, 2024.
- [5] D. W. Utami, I. Silvitasari, and P. Widodo, "Penerapan Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea di Ruang Adas Manis Rsud Pandan Arang Boyolali," vol. 2, no. 4, pp. 483–494, 2023, doi: 10.54259/sehatrakyat.v2i4.1993.
- [6] Sartika and Asriani, *Keperawatan Maternitas*. 2023.
- [7] Eni Haryati and A. Hamidah, "Terapi Kompres Hangat terhadap Penurunan Respon Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesarea," vol. 11, no. 1, pp. 74–79, 2023.
- [8] Yuniarti, Eka, Rizky, Wulandari, and Pamilah, "LITERATURE REVIEW: Pengaruh Kompres," *J. Ilm. Keperawatan dan Kesehatan. Alkautsar*, 2023.
- [9] Pakseresht, Sedigheh, Khalesi, and Z. Bostani, "Effect of Lavender Aromatherapy on the Pain Level after Cesarean Section." pp. 11–20, 2020.
- [10] F. Agustari, D. Novitasari, and S. M. Sebayang, "Implementasi Teknik Penurunan Nyeri Menggunakan Metode Kompres Hangat Pada Pasien Post Sectio Caesarea Dengan Spinal Anestesi," *J. Peduli Masy.*, vol. 5, pp. 991–1002, 2023.