

**PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN
AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN
NYERI PADA LUKA EPISIOTOMI *POST PARTUM*
DI RSUD ABDOER RAHEM SITUBONDO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



Oleh:
Nabila Imaniar Firdausi, S.Kep
NIM. 24101033

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2025**

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA LUCA EPISIOTOMI POST PARTUM DI RSUD ABDOER RAHEM SITUBONDO

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:
Nabila Imaniar Firdausi, S.Kep
NIM. 24101033

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian ilmiah akhir ners pada 19 Agustus 2025 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Ulfia Fitriani, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN.0724039301

(*[Signature]*)

Penguji 2 : Silfina Tri Estiningrum, S.Kep.,Ners

NIDN.19860711 2009 03 2 005

(*[Signature]*)

Penguji 3 : Umi Sukowati. S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Mat

NIDN. 8894401019

(*[Signature]*)



ABSTRAK

PENGARUH TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA LUKA EPISIOTOMI *POST PARTUM* DI RSUD ABDOER RAHEM SITUBONDO

Nabila Imaniar Firdausi*, Umi Sukowati**

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi Jember, email
info@uds.ac.id

*Korespondensi Penulis : nabilaimaniar209@gmail.com

**Korespondensi Penulis : umisukowati@uds.ac.id

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Pendahuluan : Nyeri yang dirasakan oleh ibu post partum pada bagian luka perineum yang diakibatkan sebuah sayatan bedah (episiotomi) pada perineum untuk memperbesar muara vagina yang dilakukan tepat sebelum keluarnya kepala bayi. Salah satu penanganan non farmakologi yang dapat diberikan pada ibu post partum yang merasakan nyeri pada luka episiotomi yaitu dapat dilakukan dengan cara teknik relaksasi nafas dalam dengan aromaterapi lavender. **Tujuan :** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi nafas dalam dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu post partum dengan luka episiotomi. **Metode :** Metode dalam pengumpulan data dalam studi kasus ini menggunakan Instrumen Visual Analog Scale (VAS) yang digunakan untuk mengukur intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi. **Hasil :** Setelah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam dengan aromaterapi lavender selama 3 hari dengan 1 kali pemberian selama 15 menit dan didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan skala nyeri kedua pasien, dengan rata-rata penurunan skala nyeri Ny.S sebelum diberikan intervensi adalah 5,0 (nyeri sedang) dan setelah diberikan intervensi 3,0 (nyeri ringan). Ny.N sebelum diberikan intervensi adalah 4,66 (nyeri sedang) dan setelah diberikan intervensi 2,66 (nyeri ringan). **Kesimpulan :** Terdapat pengaruh teknik relaksasi nafas dalam dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri pada luka episiotomi post partum. **Saran :** Pemberian intervensi ini dapat diadopsi oleh seluruh tenaga kesehatan kepada pasien dengan indikasi nyeri akut.

Kata Kunci : Aromaterapi Lavender, Luka Episiotomi, Nyeri, Post Partum, Teknik Relaksasi Nafas Dalam

*Peneliti

**Pembimbing