

**PEMBERIAN TERAPI INHALASI AROMA LAVENDER DAN *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI AKUT IBU POST SECTIO CAESAREA DI RUANG TERATAI**

**RSUD dr. HARYOTO**

**KARYA ILMIAH AKHIR**



**Oleh :**

Febrin Khoirunnisak, S.Kep

NIM. 24101034

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

## LEMBAR PENGESAHAN

PEMBERIAN TERAPI INHALASI AROMA LAVENDER DAN *SLOW DEEP BREATHING* TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI AKUT

IBU *POST SECTIO CAESAREA* DI RUANG TERATAI

RSUD dr.HARYOTO

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh:

Febrin Khoirunnisak, S.Kep

NIM. 24101034

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Pengaji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 30 Bulan 04 Tahun 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

Pengaji 1      Wike Rosalini, S.Kep., Ns., M.Kes      (  )  
                  NIDN. 0708059102

Pengaji 2      Nora Indrawati, S.Kep., Ns., M.Kep      (  )  
                  NIP. 197503141998032007

Pengaji 3      Ainul Hidayati, S.Kep., Ns., M.Kep      (  )  
                  NIDN. 0431128105

Ketua Program Studi Profesi Ners,



Euni Eliva Astutik, S. Kep., Ns., M. Kep

NIDN. 0720028703

## ABSTRAK

### **PEMBERIAN TERAPI INHALASI AROMA LAVENDER DAN SLOW DEEP BREATHING TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI AKUT IBU POST SECTIO CAESAREA DI RUANG TERATAI RSUD dr.HARYOTO**

**Febrin Khoirunnisak\*, Ainul Hidayati\*\***

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi Jember, email  
[info@uds.ac.id](mailto:info@uds.ac.id)

\*Korespondensi Penulis : [febrinkhoirunnisak@gmail.com](mailto:febrinkhoirunnisak@gmail.com)

\*\*Korespondensi Penulis : [ainulhidayati31@uds.ac.id](mailto:ainulhidayati31@uds.ac.id)

**Received:**

**Accepted:**

**Published:**

---

#### **Abstrak**

Pendahuluan : Tindakan operasi SC dapat menyebabkan nyeri serta mengubah kontinuitas jaringan akibat pembedahan. Terapi non farmakologis untuk menurunkan nyeri ibu pasca melahirkan salah satunya adalah aromaterapi bunga lavender dan pernapasan dalam (*slow deep breathing*). Tujuan : Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi pengaruh terapi inhalasi aroma lavender dan teknik pernapasan dalam yang lambat terhadap pengurangan intensitas nyeri akut pada ibu setelah menjalani *sectio caesarea*. Metode : Metode karya tulis ilmiah ini menggunakan *case study* dengan pendekatan proses asuhan keperawatan, yang melibatkan dua responden ibu *post sectio caesarea*, yang memiliki diagnosis keperawatan nyeri akut. Instrumen penelitian terdiri dari lembar observasi skala penilaian numeric, serta standar operasional prosedur (SOP) untuk aromaterapi lavender dan *slow deep breathing*. Hasil : Pemberian intervensi ini dilaksanakan *post* 6 jam dari pemberian analgesic dan didapatkan bahwa terjadi penurunan skala nyeri kedua responden sebelum dan sesudah intervensi, yaitu Ny.H dari skala nyeri 5 menjadi 0 dan NyA dari skala nyeri 6 menjadi 1, dengan rata-rata penurunan skala nyeri 1,67 setiap harinya. Diskusi : Aromaterapi lavender memiliki dampak yang signifikan dalam mengurangi rasa nyeri, ketika aromaterapi dihirup akan masuk dalam sistem limbik dan otak. Sistem limbik berperan sebagai pusat yang mengatur berbagai emosi seperti nyeri. *Slow deep breathing* mampu meredakan rasa nyeri pada pasien. Dengan melakukan latihan pernapasan dan teknik relaksasi, dapat menurunkan konsumsi oksigen, frekuensi pernapasan, detak jantung, serta mengurangi ketegangan otot. Hal ini akan membantu memutus siklus nyeri yang terjadi pada pasien. Saran : Pemberian intervensi ini dapat diadopsi oleh tenaga kesehatan kepada pasien dengan nyeri akut.

**Kata Kunci :** Aromaterapi Lavender, Nyeri Akut, *Post Sectio Caesarea*, *Slow Deep Breathing*.

\*Peneliti

\*\*Pembimbing