

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN MANAJEMEN NYERI RELAKSASI AROMATERAPI
LAVENDER PADA IBU *POSTPARTUM* DENGAN
GANGGUAN NYERI DI UPTD PUSKESMAS
GUNUNGSITOLI SELATAN**



MUTIARA UMMAH MAHARDIKA TANJUNG

P07520322027

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2025**

**PENERAPAN MANAJEMEN NYERI RELAKSASI AROMATERAPI
LAVENDER PADA IBU *POSTPARTUM* DENGAN
GANGGUAN NYERI DI UPTD PUSKESMAS
GUNUNGSITOLI SELATAN**

Karya Tulis Ilmiah /Laporan Kasus

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Gunungsitoli Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



**MUTIARA UMMAH MAHARDIKA TANJUNG
P07520322027**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2025**

**LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN MANAJEMEN NYERI RELAKSASI AROMATERAPI
LAVENDER PADA IBU *POSTPARTUM* DENGAN
GANGGUAN NYERI DI UPTD PUSKESMAS
GUNUNGSITOLI SELATAN**

Diusulkan Oleh

MUTIARA UMMAH MAHARDIKA TANJUNG

P07520322027

Telah diterima dan disetujui untuk diuji dihadapan penguji
Gunungsitoli, 13 Juni 2025

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Lismawati Pertiwi Waruwu S.Kep.,Ns.M.Kep
NIDK. 8962150022

Solihhudin Harahap S.Kep.,Ners.M.Kep
NIDN. 4015077401

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Kemenkes Poltekkes Medan,



Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 198704262015032004

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN MANAJEMEN NYERI RELAKSASI AROMATERAPI
LAVENDER PADA IBU *POSTPARTUM* DENGAN
GANGGUAN NYERI DI UPTD PUSKESMAS
GUNUNGSITOLI SELATAN**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

**MUTIARA UMMAH MAHARDIKA TANJUNG
P07520322027**

Karya Tulis Ilmiah ini telah Diuji pada Seminar Hasil Karya Tulis Ilmiah
Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan
Tahun 2025

Dewan Penguji :

Tanda Tangan

1. **Ketua Penguji :**
Lismawati Pertiwi Waruwu S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDK.8962150022
2. **Penguji 1 :**
Hadirat Candra Laoli S.Kep.,Ns.,MKM
NIDK. 8904350022
3. **Penguji 2 :**
Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.,Ners.,M.Kes,
NIDN.4016037701

: 
: 
: 

Gunungsitoli, 13 Juni 2025

Mengetahui:

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli,
Kemenkes Poltekkes Medan,



Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP. 198704262015032004

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Mutiara Ummah Mahardika Tanjung
NIM : P07520322027
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan
Karya tulis ilmiah saya yang berjudul:

PENERAPAN MANAJEMEN NYERI RELAKSASI AROMATERAPI LAVENDER PADA IBU *POSTPARTUM* DENGAN GANGGUAN NYERI DI UPTD PUSKESMAS GUNUNGSITOLI SELATAN

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya
bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian
surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Gunungsitoli, 13 Juni 2025
Peneliti,



Mutiara Ummah Mahardika Tanjung
P07520322027



BIODATA PENULIS

Nama : Mutiara Ummah Mahardika Tanjung
Tempat/Tgl lahir : Gunungsitoli, 25 Juni 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Jln. Diponegoro
Nomor HP : 085233278855

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : MIN 3 Gunungsitoli
2. SMP : SMPN 4 Gunungsitoli
3. SMA : SMAN 1 Gunungsitoli

ABSTRAK

PENERAPAN MANAJEMEN NYERI RELAKSASI AROMATERAPI LAVENDER PADA IBU *POSTPARTUM* DENGAN GANGGUAN NYERI DI UPTD PUSKESMAS GUNUNGSITOLI SELATAN

Mutiara Umah Mahardika Tanjung, Lismawati Pertiwi Waruwu, Solihudin Harahap
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Mutiauummah04@gmail.com

Latar belakang: masa nifas atau *postpartum* adalah masa pemulihan dari 9 bulan kehamilan, masa diawali setelah ari-ari keluar dan plasenta lahir hingga kembalinya organ-organ reproduksi ke dalam keadaan normal atau sebelum hamil. Nyeri perineum merupakan hal fisiologis pada ibu *postpartum*, akan tetapi nyeri ini mempengaruhi kemampuan wanita untuk mobilisasi sehingga dapat menimbulkan komplikasi seperti perdarahan atau infeksi *postpartum*. Terapi nonfarmakologi yang dapat diberikan untuk mengurangi nyeri yaitu penerapan relaksasi aromaterapi lavender satu kali sehari dengan durasi 30 menit selama 6 hari berturut-turut.

Tujuan penelitian: untuk mengetahui penerapan manajemen nyeri relaksasi aromaterapi lavender dalam mengatasi nyeri pada ibu *postpartum* di UPTD Puskesmas Gunungsitoli Selatan

Metode: karya tulis ilmiah ini menggunakan studi kasus deskriptif, dengan subjek ibu *postpartum* yang mengalami nyeri perineum di UPTD Puskesmas Gunungsitoli Selatan Kota Gunungsitoli sejumlah 2 orang. Instrumen yang digunakan adalah format dokumentasi asuhan keperawatan, standar prosedur operasional dan lembar observasi.

Hasil: setelah enam hari dilakukannya penerapan manajemen nyeri relaksasi aromaterapi lavender pada Ny. A dan Ny. R ditemukan hasil bahwa intensitas nyeri yang dialami kedua pasien mengalami penurunan pada skala 1. Kedua pasien sudah dapat kembali beraktivitas dengan nyaman tanpa merasakan adanya nyeri dan pasien sudah dapat tidur kembali dengan baik.

Kesimpulan dan Saran : penerapan manajemen nyeri relaksasi aromaterapi lavender pada Ny.A dan Ny.R dilakukan satu kali sehari dengan durasi 30 menit selama enam hari terbukti efektif pada ibu *postpartum* yang mengalami nyeri. Disarankan keluarga dan tenaga kesehatan dapat menggunakan penerapan manajemen nyeri relaksasi aromaterapi lavender menjadikannya sebagai salah satu alternatif dalam manajemen nyeri perineum pada ibu *postpartum* karena sifatnya yang aman, alami, dan minim efek samping.

Kata kunci : ibu *postpartum*, nyeri akut, aromaterapi, lavender
Kepustakaan : 30 (2017-2025)

ABSTRACT

APPLICATION OF LAVENDER AROMATHERAPY RELAXATION PAIN MANAGEMENT IN POSTPARTUM MOTHERS WITH PAIN DISORDER AT TECHNICAL IMPLEMENTATION UNIT SOUTH GUNUNGSITOLI PUBLIC HEALTH CENTER

Mutiara Umah Mahardika Tanjung, Lismawati Pertiwi Waruwu, Solihudin Harahap
Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Mutiauraummah04@gmail.com

Background: *The puerperium or postpartum period is a recovery phase from 9 months of pregnancy, starting after the expulsion of the placenta until the reproductive organs return to their normal, pre-pregnancy state. Perineal pain is a physiological occurrence in postpartum mothers, but this pain can affect a woman's ability to mobilize, potentially leading to complications such as postpartum hemorrhage or infection. A non-pharmacological therapy that can be given to reduce pain is the application of lavender aromatherapy relaxation once daily for a duration of 30 minutes for 6 consecutive days.*

Objective: *To determine the application of lavender aromatherapy relaxation pain management in alleviating pain in postpartum mothers at Technical Implementation Unit South Gunungsitoli Public Health Center*

Method: *This Scientific Paper Used A Descriptive Case Study, With The Subjects Being 2 Postpartum Mothers Experiencing Perineal Pain At Technical Implementation Unit South Gunungsitoli Public Health Center, Gunungsitoli City. The Instruments Used Were Nursing Care Documentation formats, standard operational procedures, and observation sheets.*

Results: *After six days of applying lavender aromatherapy relaxation pain management to Ms. A and Ms. R, it was found that the pain intensity experienced by both patients decreased to a scale of 1. Both patients were able to resume activities comfortably without feeling pain and could sleep well again.*

Conclusion and Suggestion: *The application of lavender aromatherapy relaxation pain management for Ms. A and Ms. R, performed once daily for 30 minutes for six consecutive days, proved effective for postpartum mothers experiencing pain. It is suggested that families and health professionals can utilize the application of lavender aromatherapy relaxation pain management as an alternative in perineal pain management for postpartum mothers due to its safe, natural, and minimal side-effect nature.*

Keywords: *postpartum mothers, acute pain, aromatherapy, lavender*

References: *30 (2017-2025)*



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health

PRAKATA

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas KuasaNya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul “Penerapan Manajemen Nyeri Relaksasi Aromaterapi Lavender pada Ibu *Postpartum* dengan Gangguan Nyeri di UPTD Puskesmas Gunungsitoli Selatan” dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Ibu Lismawati Pertiwi Waruwu, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Pembimbing Utama dan Bapak Solihudin, S.Kep,Ners,M.Kep, selaku Pembimbing Pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni S.SIT., M.Keb Plt. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
2. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.,Ners.,M.Kes, Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan, sekaligus sebagai Penguji II peneliti dalam karya tulis ilmiah ini
3. Ibu Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan
4. Bapak Hadirat Candra Laoli S.Kep.Ns.,M.KM, selaku Penguji I
5. Bapak/ibu Dosen dan civitas akademika Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan Gunungsitoli, yang telah memberikan dukungan dan motivasi serta membekali ilmu pengetahuan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
6. Kepala Bapedda Kota Gunungsitoli.
7. Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli yang telah memberikan izin meneliti di area Kota Gunungsitoli.

8. Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Selatan yang telah memberikan izin meneliti serta data yang diperlukan untuk melakukan karya tulis ilmiah tentang nyeri *perineum* pada ibu *postpartum*.
9. Dengan segala kerendahan hati, saya persembahkan karya tulis ilmiah ini untuk orangtua saya Arni Waruwu, Ihfaz Tanjung, alm.Farhan Nufit Tanjung yang telah menjadi sumber kekuatan dan semangat hidup saya, setiap tetes air mata, pengorbanan dan cinta yang kalian berikan tak terhingga harganya, meski terkadang saya merasa lelah dan putus asa tapi kalian selalu menjadi alasan saya untuk terus melangkah tanpa mengenal kata menyerah, dan tidak ada kata yang cukup untuk mengungkapkan betapa berartinya kalian dalam hidup saya, karya tulis ilmiah ini adalah hasil dari perjalanan panjang yang tak lepas dari semangat dan doa kalian untuk saya.
10. Kepada saudara/I Rezfani Ummi Humairah Tanjung, Rais Akbar Zam-Zam Tanjung, Fajar Sabda Al-Faruq Tanjung, Alwi Syahreza Tanjung, Dan keponakan saya Asyifa Ameera, Sarfaraz Rasya terimakasih telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dalam hidup saya, segala cinta, dukungan dan kebersamaan yang kita lalui bersama adalah hal yang paling menyenangkan, mungkin banyak hal yang belum bisa saya lakukan untuk kalian semoga karena adanya karya tulis ilmiah ini membuat kalian bangga.
11. Teristimewa untuk sahabat saya Merry Swastika Hulando Waya, Safna Zega dan Jesyca Analisisva Halawa yang selalu ada dalam setiap langkah hidup saya, tanpa terasa kita sudah banyak melewati hal bersama-sama, suka maupun duka kita saling mendukung dan menguatkan, dalam perjalanan ini, kalian adalah kekuatan yang tak terlihat namun begitu besar artinya. Terimakasih karena telah sama-sama berjuang dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
12. Kepada teman-teman saya Heti Sriendang, Susi Meliani Zega, Lilis Waruwu, Astri Mega Tari Gea yang mendukung perjalanan karya tulis ilmiah ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Pengasih dan Penyayang memberikan berkat dan anugrah-nya dengan berlipat ganda kepada semua pihak yang telah mendukung dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini. Peneliti telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun karya tulis ilmiah ini. Peneliti tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Gunungsitoli, 13 Juni 2025

Peneliti

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Mutiara'.

Mutiara Ummah Mahardika Tanjung

NIM: P07520322027

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	
HALAMAN PENGESAHAN	
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	i
BIODATA PENULIS	ii
ABSTRAK.....	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
PRAKATA.....	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	13
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
 BAB I PENDAHULUAN	1
A.Latar Belakang.....	1
B.Rumusan Masalah.....	5
C.Tujuan Penelitian	5
D.Manfaat Penelitian.....	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep Postpartum.....	7
1. Defenisi.....	7
2. Tahapan Postpartum	7
3. Etiologi	7
4. Perubahan Fisiologi dan Psikologis postpartum.....	8
5. <i>Pathway</i>	11
6. Tanda dan gejala	11
7. Penatalaksanaan.....	12
8. Konsep Asuhan Keperawatan.....	13
a. Pengkajian Keperawatan.....	13
b. Diagnosa Keperawatan	20
c. Intervensi Keperawatan.....	20
B. Konsep Nyeri.....	21
1. Defenisi.....	21
2. Etiologi	21
3. Tanda dan gejala	22
4. Pengukuran skala.....	22
5. Penanganan nyeri.....	24
C. Konsep Aromaterapi	25
1. Defenisi.....	25

2. Macam-macam Aromaterapi.....	26
3. Faktor yang mempengaruhi.....	28
4. Manfaat Penerapan.....	29
5. Teknik Pemberian Aromaterapi.....	29
6. Evaluasi Penerapan.....	31
7. Standar Prosedur Operasional	32
 BAB III METODE STUDI KASUS	34
A. Rancangan Studi Kasus	34
B. Subyek Studi Kasus	34
C. Fokus Studi Kasus	34
D. Defenisi Operasional	35
E. Instrumen Studi Kasus.....	36
F. Metode Pengumpulan Data	36
G. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	36
H. Analisis Penyajian Data.....	37
I. Etika Studi Kasus.....	37
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Hasil Studi Kasus.....	38
B. Pembahasan	67
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	72
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran	73
 DAFTAR PUSTAKA	74
 LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Standar prosedur operasional	32
Tabel 3.1 Defenisi operasional	35
Tabel 4.1 Analisa data pada Ny.A	42
Tabel 4.2 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.A Jumat 09 Mei 2025	44
Tabel 4.3 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.A Sabtu 10 Mei 2025	46
Tabel 4.4 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.A Minggu 11 Mei 2025 ...	47
Tabel 4.5 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.A Senin 12 Mei 2025	49
Tabel 4.6 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.A Selasa 13 Mei 2025	50
Tabel 4.7 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.A Rabu 14 Mei 2025	51
Tabel 4.8 Analisa data pada Ny.R	56
Tabel 4.9 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.R Rabu 28 Mei 2025	58
Tabel 4.10 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.R Kamis 29 Mei 2025 ...	59
Tabel 4.11 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.R Jumat 30 Mei 2025	61
Tabel 4.12 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.R Sabtu 31 Mei 2025	63
Tabel 4.13 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.R Minggu 1 Juni 2025 ..	64
Tabel 4.14 Implementasi dan evaluasi keperawatan Ny.R Senin 2 Juni 2025	65

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 <i>Pathway</i>	11
Gambar 2. 2 <i>Numeric rating scale</i>	23
Gambar 2. 3 <i>Verbal rating scale</i>	23
Gambar 2. 4 <i>wong baker face</i>	24
Gambar 4.1 Genogram Ny.A.....	40
Gambar 4.2 Genogram Ny. R.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat izin survei pendahuluan.....	76
Lampiran 2 Surat persetujuan izin survei pendahuluan	79
Lampiran 3 Hasil survei studi pendahuluan.....	82
Lampiran 4 Surat bukti telah melaksanakan survei studi pendahuluan	83
Lampiran 5 Surat izin penelitian	84
Lampiran 6 Surat persetujuan melaksanakan penelitian Bappeda.....	87
Lampiran 7 Surat persetujuan melaksanakan penelitian Puskesmas	90
Lampiran 8 Surat selesai penelitian	91
Lampiran 9 Lembar permohonan menjadi responden	92
Lampiran 10 Lembar persetujuan menjadi responden Ny.A dan Ny.R.....	93
Lampiran 11 Format pengkajian keperawatan maternitas Ny.A dan Ny.R	95
Lampiran 12 Lembar observasi Ny.A dan Ny.R	105
Lampiran 13 Lembar bukti konsultasi	107
Lampiran 14 Dokumentasi penelitian	121
Lampiran 15 Surat <i>Ethical Clearance</i>	123
Lampiran 16 Uji <i>Turnitine</i>	124