

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Vi jayanti (2022) Masa nifas atau masa *postpartum* adalah periode pemulihan bagi ibu setelah melahirkan, yaitu setelah tumbuh-tumbuhan dan plasenta keluar dari rahim, hingga organ reproduksi kembali pulih seperti kondisi semula sebelum mengandung. Masa nifas juga dikenal sebagai *puerperium*, yang berlangsung sejak satu jam setelah plasenta lahir hingga 6 minggu atau 40 hari. Selama masa ini, rahim juga mengalami pembersihan, mirip dengan masa haid.

Masa nifas atau *Puerperium* merupakan periode pemulihan yang dimulai setelah proses melahirkan hingga organ reproduksi wanita kembali ke kondisi semula sebelum kehamilan. Durasi masa nifas biasanya berkisar antara 6 hingga 8 minggu. Pada fase ini, sangat penting untuk memperhatikan kesehatan ibu dan bayi, baik secara fisik maupun mental. Keluarga memiliki peran yang signifikan dalam proses ini dengan memberikan nutrisi yang baik dan dukungan psikologis untuk memastikan kesehatan ibu dan bayi tetap terjaga. Perawatan selama masa nifas sangat diperlukan karena periode ini dianggap sebagai masa krusial bagi ibu dan bayinya.

Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2020 mengungkapkan bahwa sebanyak 2,7 juta perempuan di seluruh dunia mengalami nyeri pada area perineum setelah proses melahirkan. Diperkirakan jumlah ini akan bertambah menjadi 6,3 juta pada tahun 2050. Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia, pada tahun 2019 terdapat 4.554.868 ibu yang sedang dalam masa nifas dengan jumlah kematian sebanyak 4.221 orang. Namun, angka tersebut meningkat menjadi 4.984.432 ibu nifas pada tahun 2020, dengan 4.627 kematian. Berdasarkan data tersebut, Indonesia menduduki peringkat ketiga di wilayah ASEAN dalam hal angka kematian ibu yang terjadi selama masa nifas. Sebagian besar kematian, yaitu 86,8%, disebabkan oleh komplikasi yang dialami ibu nifas.

Di Indonesia, hampir 75% wanita yang melahirkan melalui jalan lahir alami merasakan nyeri di daerah perineum. Pada tahun 2020, tercatat 1951 kelahiran normal, di mana 57% dari ibu mengalami rasa sakit akibat cedera di perineum, 28% karena episiotomi, dan 29% disebabkan robekan yang terjadi secara alami (Kemenkes RI, 2020). Sebuah survei pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas Gunungsitoli Selatan menunjukkan bahwa sebanyak 44 orang ibu melahirkan secara pervaginam pada tahun 2024 dan mengalami nyeri perineum.

Luka perineum adalah kondisi di mana keutuhan jaringan perineum terputus akibat proses melahirkan. Hal ini bisa terjadi dengan sengaja melalui prosedur (episiotomi) atau tanpa sengaja. Situasi ini hampir selalu terjadi pada persalinan pertama dan sering juga terjadi pada persalinan selanjutnya, yang dapat menyebabkan rasa sakit di area perineum (Octa & Rita, 2021). Masalah yang sering dihadapi oleh wanita yang sedang melahirkan dan mengalami luka perineum adalah rasa sakit. Hampir seluruh proses persalinan (90%) selalu disertai dengan rasa nyeri pada luka perineum. Murray mencatat di Indonesia bahwa dari 2.700 wanita yang melahirkan, terdapat 15% mengalami nyeri ringan, 35% nyeri sedang, 30% nyeri berat, dan 20% melahirkan dengan nyeri sangat berat (Rejo, 2024). Ibu primigravida mengalami nyeri perineum yang lebih parah dibandingkan dengan ibu multigravida (Indah dkk, 2024), dengan peningkatan sebesar 63% jika dibandingkan dengan ibu yang sudah melahirkan lebih dari sekali sekitar 37% (Ida & Titi 2019).

Nyeri perineum adalah hal yang normal dialami oleh ibu setelah melahirkan, namun nyeri ini bisa mengganggu kemampuan ibu untuk bergerak, sehingga berisiko menyebabkan komplikasi seperti perdarahan atau infeksi setelah melahirkan. Nyeri di daerah perineum yang disebabkan oleh luka bisa membuat ibu merasa tidak nyaman. (Mayangsari, D., & Sari, D.G, 2021). Beragam cara bisa dilakukan untuk mengurangi nyeri pada luka perineum, baik melalui pendekatan medis maupun non medis. Penanganan nyeri secara medis dilakukan dengan pemakaian obat penghilang rasa sakit. Namun, penggunaan obat ini sering

kali menjadi kontroversi karena menimbulkan efek samping bagi penggunaannya. Pendekatan non medis lebih aman karena memiliki risiko yang lebih rendah, tidak menyebabkan efek samping, dan memanfaatkan proses fisiologis. Beberapa terapi non medis yang bisa digunakan untuk meredakan nyeri meliputi distraksi, biofeedback, hipnosis diri, aromaterapi, pijat, dan mandi sitz (Okta dan Rita, 2021).

Aromaterapi merupakan sebuah metode pengobatan dalam keperawatan yang menggunakan cairan alami yang mudah menguap, yang disebut minyak esensial serta senyawa aromaterapi lainnya yang bersumber dari tanaman. Terapi ini dapat diperoleh dari berbagai bagian tanaman, seperti bunga, daun, kayu, akar, kulit batang, serta bagian lainnya, yang diolah dengan cara berbeda dan memiliki cara pakai serta manfaat masing-masing. Ada banyak ragam aromaterapi, termasuk lavender, rosemary, sandalwood, jasmine, jeruk, basil, jahe, lemon, tree tea, dan geranium. Salah satu tipe minyak atsiri yang dapat digunakan dalam aromaterapi adalah minyak esensial dari lavender. Pemanfaatan aromaterapi lavender diketahui mampu meredakan rasa sakit pada wanita yang mengalami nyeri perineum (Nuraeni dan Nurholipah, 2021), Intervensi dilaksanakan setelah 2 jam dilakukannya penjahitan perineum (wiwin hindayani 2016).

Keunggulan aromaterapi ini dapat membantu mengurangi stres, berfungsi sebagai penghilang depresi, meningkatkan kemampuan mengingat, menambah semangat, serta meredakan nyeri. Aromaterapi memberikan manfaat positif melalui aroma yang menyegarkan, yang dapat merangsang indera dan memengaruhi berbagai organ lainnya, sehingga membantu dalam pengaturan emosi. Aromaterapi dapat diaplikasikan dengan cara menghirup aroma, dan bisa juga dicampurkan dengan minyak lain. Aromaterapi yang berasal dari lavender dapat mempengaruhi sistem limbik di otak, yang merupakan pusat emosi, dan dapat merangsang produksi hormon endorfin yang berfungsi untuk mengurangi rasa sakit. Dengan mempertimbangkan bahwa aromaterapi lavender memiliki

karakteristik anti-kejang, penghilang depresi, anxiolytic, dan memberikan efek menenangkan selama proses persalinan (Azizah et al., 2020).

Hasil penelitian oleh Wiwin Widayani pada tahun 2016 yang berjudul “Aromaterapi Lavender dapat Mengurangi Intensitas Nyeri Perineum pada Ibu Pasca Melahirkan” menunjukkan bahwa aromaterapi lavender yang dilakukan melalui inhalasi menyebabkan penurunan rasa sakit, tercatat dengan nilai Z sebesar 3,77 dan P-value 0,01. Penelitian yang dilakukan oleh Pambudi dan timnya pada tahun 2020 juga menunjukkan hasil yang serupa; dari lima responden yang diteliti, rata-rata tingkat nyeri pada hari pertama sebelum aromaterapi adalah 5,4, yang setelah diterapkan aromaterapi menurun menjadi 4,0.

Penelitian yang dilakukan oleh Evi dan rekan-rekan (2017) mengungkapkan bahwa rata-rata tingkat nyeri pada wanita yang baru saja melahirkan sebelum menerima aromaterapi adalah 7,07, yang termasuk dalam kategori nyeri parah. Setelah menerima perlakuan aromaterapi, rata-rata tingkat nyerinya menurun menjadi 5,53, yang masuk dalam kategori nyeri ringan. Hasil ini menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri mengalami penurunan sebesar 1,54. Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa aromaterapi efektif dalam mengurangi rasa nyeri yang dialami ibu setelah melahirkan.

Hasil studi awal yang dilakukan di UPTD Puskesmas Gunungsitoli Selatan menunjukkan bahwa pada tahun 2024 terdapat 44 orang ibu yang melahirkan secara normal dan sedang dalam masa *postpartum*, hasil observasi yang dilakukan terhadap 5 orang ibu *postpartum* dengan persalinan pertama menyatakan nyeri perineum. pasien merasa tidak nyaman, susah tidur dan beraktivitas. 3 orang diantaranya mengatakan mengalami nyeri dengan skala tinggi sampai dengan hari pertama dan mulai turun pada hari kedua, sedangkan 2 orang lainnya mengatakan nyeri hingga hari kedua dan susah melakukan kegiatan. Ibu *postpartum* juga mengatakan tidak pernah melakukan penerapan manajemen nyeri relaksasi aromaterapi lavender untuk mengatasi nyeri perineum pasca melahirkan. Hasil survei di atas menarik peneliti untuk melakukan penelitian tentang

bagaimana aromaterapi lavender dapat membantu meringankan nyeri ibu yang mengalami gangguan nyeri pasca persalinan.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah penerapan manajemen nyeri relaksasi aromaterapi lavender pada ibu *postpartum* dengan gangguan nyeri?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu menerapkan manajemen nyeri relaksasi aromaterapi lavender pada ibu *postpartum* dengan gangguan nyeri

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan pengkajian keperawatan pada ibu *postpartum* dengan gangguan nyeri
- b. Menggambarkan diagnosa keperawatan pada ibu *postpartum* dengan gangguan nyeri
- c. Menggambarkan tindakan keperawatan pada ibu *postpartum* dengan gangguan nyeri
- d. Menggambarkan tindakan keperawatan pada ibu *postpartum* dengan gangguan nyeri
- e. Menggambarkan evaluasi pada ibu *postpartum* dengan gangguan nyeri

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan dan pengalaman peneliti serta meningkatkan keterampilan dalam memberikan perawatan keperawatan kepada ibu yang mengalami gangguan nyeri setelah melahirkan

2. Bagi Tempat Penelitian

Melalui penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini, diharapkan dapat menambah referensi untuk meningkatkan kualitas pelayanan, terutama bagi ibu pasca melahirkan yang mengalami gangguan nyeri.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil Penelitian ini diharapkan bisa digunakan pada sumber perpustakaan serta sebagai bahan bacaan kepada mahasiswa dan mahasiswi yang lain.