

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung
Program Studi DIII Keperawatan Bogor

Joya Agustia Ningsih
NIM.P17320319025

Penerapan Relaksasi Aromaterapi Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Perineum
Pada Ibu Post Partum Di Klinik Bersalin Wati Widana Kota Bogor

i-x + 81 Halaman, V BAB, 9 Tabel, 7 Lampiran

ABSTRAK

Post partum atau masa nifas pada ibu pasca melahirkan merupakan periode yang sangat penting untuk diketahui. Nyeri *perineum* merupakan hal fisiologis pada ibu *post partum*, akan tetapi nyeri perineum akibat adanya trauma seperti robekan perineum dapat menyebabkan rasa tidak nyaman. Salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi rasa nyeri perineum pada ibu *post partum* adalah dengan relaksasi aromaterapi lavender. Zat aktif berupa *linalool* dan *linalyl acetate* yang terdapat pada lavender berefek sebagai analgetic. Tujuan dari studi kasus ini adalah untuk melihat adanya pengaruh dari relaksasi aromaterapi terhadap pengurangan nyeri *perineum* pada ibu *post partum*. Jenis studi kasus ini adalah terapan studi kasus yang menggunakan metode studi kasus deskriptif. Responden diambil sesuai dengan kriteria inklusi sebanyak 3 responden *post partum* dengan nyeri perineum di ruang perawatan Klinik Bersalin Bidan Wati Widana yang dilakukan dengan menerapkan relaksasi aromaterapi berupa Teknik menarik nafas dalam dengan menghirup aromaterapi lavender. Hasil studi kasus menunjukkan adanya penurunan nyeri dengan rata-rata intensitas nyeri sebelum dilakukan relaksasi aromaterapi 5-6 (nyeri sedang) dan setelah dilakukan relaksasi aromaterapi intensitas nyeri menurun dengan nilai rata-rata 3 (nyeri ringan). Penerapan relaksasi aromaterapi secara inhasi ini efektif sebagai terapi alternatif/komplementer untuk menurunkan skala nyeri perineum pada ibu post partum.

Kata Kunsi : *Post Partum*, Nyeri *Perineum*, Relaksasi Aromaterapi

Pustaka : 35 Sumber (2010-2022)

Health Polytechnic of the Ministry of Health Bandung
Bogor Nursing DIII Study Program

Joya Agustia Ningsih
BEFORE. P17320319025

Application of Aromatherapy Relaxation To Decrease The Intensity of Perineal Pain in Post Partum Mothers At Wati Widana Maternity Clinic Bogor City

i-x + 81 Pages, V CHAPTER, 9 Tables, 7 Attachments

ABSTRACT

Post partum or period of nifas in postpartum mothers is a very important period to know. Perineal pain is physiological in *post partum* mothers, but perineal pain due to trauma such as perineal tears can cause discomfort. One of the non-pharmacological therapies to reduce perineal pain in *post partum* mothers is with the relaxation of lavender aromatherapy. Active substances in the form of *linalool* and *linalyl acetate* found in lavender have an analgetic effect. The purpose of this case study was to see the effect of aromatherapy relaxation on the reduction of *perineal* pain in *post partum* mothers. This type of case study is an applied case study that uses descriptive case study methods. Respondents were taken in accordance with the inclusion criteria of 3 *post partum* respondents with perineal pain in the treatment room of the Midwife Wati Widana Maternity Clinic which was carried out by applying aromatherapy relaxation in the form of deep breath techniques by inhaling lavender aromatherapy. The results of the case study showed a decrease in pain with an average pain intensity before aromatherapy relaxation 5-6 (moderate pain) and after relaxation aromatherapy the intensity of pain decreased with an average value of 3 (mild pain). The application of aromatherapy relaxation in this inhasi is effective as an alternative / complementary therapy to reduce the scale of perineal pain in post partum mothers.

Kata Kunci: *Post Partum, Perineum Pain, Aromatherapy Relaxation*

Library : 35 Sources (2010-2022)