

Penggunaan Aromaterapi Lemon Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien *Post Operasi: Sebuah Studi Kasus*

Zahri Darni¹, Ririen Tyas Nur Khaliza²

^{1,2}Program Studi D-III Keperawatan Akper Fatmawati
Jalan Margasatwa (Gg.H.Beden) No.25 Pondok Labu Cilandak Jakarta Selatan
zahridarni@ymail.com

Abstrak

Post operasi adalah fase ketiga pembedahan yang dimulai dengan memindahkan pasien dari kamar bedah ke unit pasca operasi dan berakhir dengan pulangny pasien. Masalah yang dialami setelah pasien operasi diantaranya adalah nyeri. Tindakan nyeri dapat diatasi dengan tindakan farmakologi dan non farmakologi. Tindakan non farmakologi untuk mengatasi nyeri salah satunya dengan teknik distraksi pernapasan yaitu dengan pemberian aromaterapi lemon. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran pelaksanaan pemberian aromaterapi lemon untuk mengurangi nyeri pada pasien *post* operasi. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan metode pengumpulan data secara wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan studi dokumentasi. Instrumen pengumpulan data menggunakan format pengkajian keperawatan medikal bedah dan alat aromaterapi lemon. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan skala nyeri, ekspresi wajah, intensitas nyeri, tekanan darah, dan frekuensi nadi Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan nyeri pada kedua kasus. Kasus I terjadi penurunan skala nyeri dari 6 menjadi 3, intensitas nyeri menjadi ringan, ekspresi wajah terlihat rileks, tekanan darah 122/80 mmHg, dan frekuensi nadi 86x/menit. Kasus II terjadi penurunan skala nyeri dari 5 menjadi 2, intensitas nyeri menjadi ringan, ekspresi wajah terlihat rileks, tekanan darah 130/80 mmHg, dan frekuensi nadi 88x/menit. Kesimpulan penelitian ini adalah pemberian aroma terapi lemon dapat mengurangi nyeri pada pasien post operasi sehingga penelitian ini merekomendasikan agar pemberian aromaterapi lemon dapat diterapkan pada pasien post operasi.

Kata kunci: aromaterapi lemon, nyeri, *post* operasi

Abstract

Post surgery is the third phase of surgery which begins with moving the patient from the operating room to the postoperative unit and ends with the patients discharge. Problems experienced after surgery patients include pain. Pain action can be overcome with pharmacological and non pharmacological actions. One of the non-pharmacological actions to deal with pain is the respiratory distraction technique, namely lemon aromatherapy. The purpose of this study was to obtain an overview of the implementation of lemon aromatherapy to reduce pain in postoperative patients. The method used is descriptive with a case study approach with data collection methods by interview, observation, physical examination and documentation study, The data collection instrument used a medical surgical nursing assessment format and lemon aromatherapy instrument. The data obtained were analyzed descriptively to describe changes in pain scale, facial expressions, pain intensity, blood pressure, and pulse frequency. The results showed a decrease in pain in both cases. Case I decreased pain scale from 6 to 3, pain intensity became mild, facial expression relaxed, blood pressure 122/80 mmHg, and pulse rate 86 x/minute. Case II, there was a decrease in the pain scale from 5 to 2, the pain intensity become mild, the facial expression looked relaxed, the blood pressure was 130/80 mmHg, and the pulse rate was 88x/minute. The conclusion of this study is that lemon aromatherapy can reduce pain in postoperative patients

Keywords: lemon aromatherapy, pain, post surgery

Pendahuluan

Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan karena adanya kerusakan jaringan baik aktual maupun potensial (Malik, 2020). Nyeri dapat memenuhi pikiran seseorang, mengarahkan semua aktivitas, dan mengubah kehidupan seseorang (Kozier, 2010).

Pembedahan diartikan sebagai “diagnosis dan pengobatan medis atas cedera, cacat, dan penyakit melalui operasi manual dan instrumental”. Istilah *surgery* berasal dari istilah Yunani *kheirurgos* yang artinya “mengerjakan dengan tangan” (Baradero, 2008). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari (2016) yang meneliti tentang intensitas nyeri dan perilaku nyeri pasien post operasi di RSUP Haji Adam Malik Medan yaitu nyeri pasien post operasi berada pada nyeri sedang (62,5%) dan perilaku nyeri pada kategori nyeri sedang (56,2%).

Penelitian yang dilakukan oleh Munthe (2015) yang meneliti tentang manajemen nyeri pada pasien fraktur didapatkan hasil manajemen nyeri yang masuk dalam kategori baik dapat dilakukan dengan cara pemberian analgetik (100%), relaksasi (54,2%), distraksi (54,2%), dalam

kategori cukup yaitu imajinasi terbimbing (33,3 %) dan manajemen nyeri yang masuk dalam kategori kurang yaitu manajemen nyeri dengan cara stimulasi kutaneus (16,7%), akupresur (4,2%), dan hipnosis (16,7%). Nyeri akut pasca operasi sering terjadi hampir dari 20 % pasien mengalami nyeri hebat dalam 24 jam pertama setelah operasi (Small & Laycock, 2020).

Tindakan untuk mengurangi nyeri menurut Atoilah dan Kusnadi (2013) mencakup tindakan farmakologi dan non farmakologi. Distraksi merupakan strategi pengalihan nyeri yang memfokuskan perhatian pasien ke stimulus yang lain daripada terhadap rasa nyeri dan emosi negatif. Distraksi yang bisa dilakukan diantaranya distraksi visual, distraksi pendengaran, distraksi intelektual, dan distraksi pernapasan yaitu melakukan inhalasi melalui hidung dengan menggunakan aromaterapi (Zakiyah, 2015). Aromaterapi didefinisikan dalam dua kata yaitu aroma yang berarti wangi-wangian (*fragrance*) dan *therapy* yang berarti perlakuan pengobatan. Aromaterapi yang dapat digunakan

diantaranya adalah aromaterapi lemon (Hidayat, 2019).

Hasil penelitian Rahmawati (2015) yang meneliti tentang efektifitas aromaterapi lemon dengan lavender pada pasien *sectio caesaria* menyimpulkan bahwa aromaterapi lemon lebih efektif mengatasi nyeri *post sectio* dibandingkan dengan aromaterapi lavender. Penelitian yang sama juga diungkapkan oleh Cholifah, Raden & Ismarwati (2016) yang menyimpulkan hasil penelitiannya bahwa aroma terapi lemon dapat menurunkan nyeri kala I fase aktif.

Jeruk lemon merupakan buah yang baik dikonsumsi saat akan memulai detoksifikasi (Ramayulis, 2014). Lemon mempunyai komposisi utama gula dan asam sitrat. Kandungan jeruk lemon antara lain flavonoid (*flavanones*), *limonene*, asam folat, tannin, vitamin (C, A, B₁, dan P), dan mineral (kalium, magnesium) (Dalimartha & Adrian, 2013). Jenis aromaterapi lemon berguna untuk pembersih dan tonik, dapat menurunkan panas, meningkatkan kekebalan tubuh, anti oksidan, antiseptik, mencegah hipertensi, serta mengontrol emosi yang berlebihan (Putri & Amalia, 2019).

Efek pemberian aromaterapi jeruk masam terhadap intensitas nyeri pasca bedah sesar dapat menurunkan intensitas nyeri pasca SC di RSUI YAKSSI Gemolong. Aromaterapi jeruk masam tersebut diberikan 8–12 jam pasca SC, aromaterapi terapi tersebut diberikan sebelum pemberian analgetic. Hasil penelitian didapatkan intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi $6,00 \pm 1,044$ vs $4,91 \pm 1,379$, $P=0,00$. Penurunan nyeri 1,09. Terdapat perbedaan yang signifikan antara nyeri sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi jeruk masam (Sulastri, Wahyuningsih, dan Hapsari, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri, Widyastuti dan Mujiono (2019) setelah pemberian aromaterapi lemon didapatkan hasil intensitas nyeri sedang sejumlah 9 responden (45%) dan intensitas nyeri ringan sejumlah 11 responden (55%) dan menyimpulkan pemberian aromaterapi lemon dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien post laparatomi di RSUD Pandanarang Boyolali.

Metode penelitian adalah deskriptif dengan pendekatan penelitian studi kasus untuk mendapatkan gambaran dalam

pelaksanaan pemberian aromaterapi lemon pada pasien *post* operasi untuk mengurangi nyeri. Penelitian menggunakan sample dengan dua responden. Kriteria inklusi penelitian adalah kesadaran pasien *compos mentis*, pasien yang baru saja mengalami operasi, pasien yang merasakan nyeri.

Metode pengumpulan data dengan wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan studi dokumentasi. Instrumen penelitian dengan menggunakan format pengkajian Keperawatan Medikal Bedah (KMB) dan alat aromaterapi lemon. Prosedur pengumpulan data pada penelitian ini diantaranya mengidentifikasi pasien sesuai kriteria inklusi, memberikan *informed consent*, melakukan kontrak tempat dan waktu, menyiapkan alat, mencuci tangan, memasang sarung tangan, memberikan posisi yang nyaman pada pasien, kemudian meneteskan 3 tetes minyak esensial lemon pada *tissue/kassa*, menganjurkan pasien menghirup aromaterapi selama 10 menit, merapihkan alat, membuka sarung tangan, mencuci tangan dan melakukan evaluasi setelah 30 menit dilakukannya aromaterapi yang meliputi pengukuran skala nyeri, ekspresi

wajah, intensitas nyeri, pengukuran tekanan darah dan frekuensi denyut nadi. Lokasi penelitian adalah di Lantai III Gedung Profesor Soelarto (GPS) RSUP Fatmawati. Waktu penelitian pada bulan Maret 2020. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan skala nyeri, ekspresi wajah, intensitas nyeri, tekanan darah, frekuensi nadi setelah mendapatkan pemberian aromaterapi lemon.

Hasil Penelitian

Kasus I

Kasus I berinisial Tn. A berusia 41 tahun, jenis kelamin laki-laki, beragama Islam, status perkawinan kawin, pendidikan terakhir tamat akademi/universitas, suku Betawi, dan saat ini pasien bekerja sebagai pegawai swasta. Pasien tinggal bersama istri dan kedua anaknya yang beralamatkan di Komp. Pertamina No. 172 RT 003/RW 03, Curug, Cimanggis, Depok.

Pasien masuk rumah sakit pada tanggal 2 Maret 2020 pukul 10.00 WIB melalui poli penyakit dalam. Keluhan utama saat ini pasien mengatakan nyeri pada luka operasinya (*post* operasi hernia skrotalis) dengan skala nyeri 6. Timbulnya keluhan

bertahap, lamanya \pm 5 menit, upaya mengatasi pasien mengatakan bila merasakan nyeri pasien melakukan napas dalam. Pasien mengatakan orang yang terdekat dengan pasien adalah istri, anak, dan keluarganya. Interaksi dalam keluarga, pola komunikasi dalam keluarga pasien terbuka, yang berperan dalam mengambil keputusan yaitu pasien sebagai kepala keluarga. Pasien mengatakan sering mengikuti kegiatan kemasyarakatan yang ada di lingkungannya.

Mekanisme koping terhadap stress pasien berbicara dengan orang lain saat merasakan nyeri. Harapan setelah menjalani perawatan pasien berharap ingin cepat sembuh dan tidak ada perubahan yang dirasakan setelah jatuh sakit. Pemeriksaan fisik: berat badan pasien sebelum sakit 80 kg, berat badan saat ini 80 kg, tinggi badan 170 cm, keadaan umum sakit sedang dan tidak ada pembesaran kelenjar getah bening, frekuensi nadi 105 kali per menit dengan irama teratur, denyut nadi kuat, tekanan darah 129/81 mmHg, tidak ada distensi vena jugularis baik kanan maupun kiri, temperatur kulit hangat $36,8^{\circ}\text{C}$, warna kulit tidak pucat, sianosis, maupun kemerahan, pengisian kapiler <3 detik dan

tidak terdapat edema pada tungkai atas maupun tungkai bawah. Kecepatan denyut apikal 105 kali per menit, irama teratur, tidak terdapat kelainan pada bunyi jantung, dan tidak ada sakit pada dada. Keadaan kulit terdapat luka insisi operasi pada lipatan paha kanan dengan panjang \pm 5 cm, tidak ada rembesan luka, luka tertutup perban, tidak ada tanda-tanda infeksi yang timbul.

Kasus II

Pasien berusia 62 tahun, jenis kelamin perempuan, beragama Islam, status perkawinan kawin, pendidikan terakhir tidak tamat SD, suku Sunda, seorang Ibu rumah tangga. Pasien tinggal bersama anak dan cucunya yang beralamatkan di Kp. Curug, RT 008/RW 02, Babakan, Setu, Kab. Tangerang Selatan, Banten.

Pasien *post* operasi retensio urine *ec* batu buli, masuk rumah sakit pada tanggal 4 Maret 2020 pukul 22.05 WIB melalui IGD. Keluhan utama: pasien mengatakan nyeri pada luka operasi perut bagian bawah dengan skala nyeri 5. Timbulnya keluhan bertahap, lamanya \pm 5 menit, upaya mengatasinya dengan melakukan napas dalam dan berbicara dengan orang lain untuk mengalihkan perhatian rasa nyerinya. Pasien mengatakan orang yang

terdekat dengan pasien adalah anak dan cucunya. Masalah yang mempengaruhi pasien saat ini adalah nyeri yang dirasakan pasien setelah operasi.

Pemeriksaan fisik: berat badan pasien sebelum sakit 60 kg, berat badan saat ini 60 kg, dengan tinggi badan 155 cm. Keadaan umum sakit sedang dan tidak ada pembesaran kelenjar getah bening. Frekuensi nadi 98 kali per menit dengan irama teratur, denyut nadi kuat, tekanan darah 140/85 mmHg, tidak ada distensi vena jugularis baik kanan maupun kiri, temperatur kulit hangat 36,6°C, terdapat luka insisi operasi pada abdomen bawah dengan panjang \pm 12 cm, tidak ada rembesan luka, luka tertutup perban, tidak ada tanda-tanda infeksi yang timbul, tidak ada kelainan pada kulit.

Pemeriksaan laboratorium: hemoglobin: 12.8 g/dL (N: 11.7–15.5), hematokrit: 35% (N: 33–45), lekosit: 11.1 ribu/ul (N: 5.0–10.0), ureum darah: 19 mg/dl (N: 20–40), kreatinin darah: 0.5 mg/dl (N: 0.6–1.5). Pemeriksaan rontgen: suspek efusi pleura kiri, kardiomegali, pemeriksaan *CT Scan Urography: multiple nephrolithiasis* kanan terbesar di mid ginjal kanan diameter 0,8 cm (HU: +/- 703), *nephrolithiasis* kiri di kaliks minor pole

bawah ginjal kiri dengan diameter 0,4 cm (HU: +/- 620), vesikolithiasis (HU: 469–487) dengan ukuran 1,9 x 2,7 x 2,3 cm, dan tidak tampak *hydronefrosis* maupun *hydroureter* bilateral.

Tabel 4.1
Pengkajian Awal

No.	Aspek yang dinilai	Kasus I	Kasus II
1.	Skala nyeri	6	5
2.	Ekspresi wajah	Meringis	Meringis
3.	Intensitas nyeri	Sedang	Sedang
4.	Tekanan darah	129/81 mmHg	140/85 mmHg
5.	Nadi	104 x/menit	98 x/menit

Diagnosa keperawatan

Pada penelitian ini peneliti hanya fokus untuk membahas satu diagnosa keperawatan yang terkait yaitu nyeri akut berhubungan dengan insisi bedah.

Evaluasi keperawatan

Tabel 4.2
Evaluasi Perubahan Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lemon

Kasus	Hari ke-1		Hari ke-2		Hari ke-3	
	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
I	6	5	5	4	4	3
II	5	4	4	3	3	2

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa setelah dilakukan pemberian aromaterapi lemon pada hari pertama sampai hari

ketiga, kedua kasus mengalami perubahan pada skala nyeri.

Tabel 4.3
Evaluasi Perubahan Ekspresi Wajah
Sebelum dan Sesudah Pemberian
Aromaterapi Lemon

Kasus	Hari ke-1		Hari ke-2		Hari ke-3	
	<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Pre</i>	<i>Post</i>
I	Meringis	Rileks	Rileks	Rileks	Rileks	Rileks
II	Meringis	Rileks	Rileks	Rileks	Rileks	Rileks

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa setelah dilakukan perencanaan keperawatan dengan pemberian aromaterapi lemon pada hari pertama sampai hari ketiga kedua kasus mengalami perubahan pada ekspresi wajah meringis menjadi rileks.

Tabel 4.4
Evaluasi Intensitas Nyeri
Sebelum dan Sesudah Pemberian
Aromaterapi Lemon

Kasus	Hari ke-1		Hari ke-2		Hari ke-3	
	<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Pre</i>	<i>Post</i>
I	Sedang	Sedang	Sedang	Sedang	Sedang	Ringan
II	Sedang	Sedang	Sedang	Ringan	Ringan	Ringan

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa setelah dilakukan perencanaan keperawatan dengan pemberian aromaterapi lemon pada hari pertama sampai hari ketiga kedua kasus

mengalami penurunan intensitas nyeri dari sedang menjadi ringan.

Tabel 4.5
Evaluasi Tekanan Darah
Sebelum dan Sesudah Pemberian
Aromaterapi Lemon

Kasus	Hari ke-1		Hari ke-2		Hari ke-3	
	<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Pre</i>	<i>Post</i>
I	132/ 90 mm Hg	130/ 85 mm Hg	129/ 85 mm Hg	128/ 86 mm Hg	125/ 84 mm Hg	122/ 80 mm Hg
II	149/ 83 mm Hg	146/ 81 mm Hg	140/ 84 mm Hg	137/ 82 mm Hg	134/ 82 mm Hg	130/ 80 mm Hg

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa setelah dilakukan pemberian aromaterapi lemon, kasus I pada hari pertama sampai hari ketiga mengalami penurunan terhadap tekanan darah.

Tabel 4.6
Evaluasi Denyut Nadi (x/menit)
Sebelum dan Sesudah Pemberian
Aromaterapi Lemon

Kasus	Hari ke-1		Hari ke-2		Hari ke-3	
	<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Pre</i>	<i>Post</i>	<i>Pre</i>	<i>Post</i>
I	105	98	99	96	90	86
II	94	92	95	90	91	88

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa setelah dilakukan pemberian aromaterapi lemon, pada hari pertama sampai hari ketiga kedua kasus mengalami penurunan denyut nadi dan dalam batas normal.

Pembahasan

Dari hasil penelitian pemberian aromaterapi lemon pada pasien *post* operasi diperoleh hasil adanya perubahan pada nyeri antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon. Pembahasan ini disusun berdasarkan lembar instrumen yang sudah disesuaikan dengan perencanaan.

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa skala nyeri kasus II lebih rendah dibandingkan kasus I, hal ini disebabkan karena adanya perbedaan antara usia kasus I yang berusia 41 tahun dengan usia kasus II yang berusia 62 tahun. Skala nyeri adalah gambaran tentang seberapa berat nyeri dirasakan oleh individu, pengukuran intensitas nyeri sangat kasustif dan individual, serta kemungkinan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda oleh dua orang yang berbeda (Mubarak, Indrawati & Susanto, 2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri salah satunya adalah usia, usia mempengaruhi persepsi dan ekspresi seseorang terhadap nyeri (Zakiyah, 2015).

Hal ini berkaitan dengan penelitian Putri (2019) yang menjelaskan bahwa beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri

seseorang salah satunya adalah usia, karena respon nyeri juga lebih jelas pada usia dewasa dibandingkan dengan anak-anak dan lansia. Anak-anak mempunyai kesulitan dalam memahami nyeri sedangkan lansia cenderung tidak melaporkan nyeri yang dirasakan karena lansia yakin bahwa nyeri merupakan sesuatu yang harus diterima.

Perbedaan skala nyeri pada kedua kasus juga dipengaruhi oleh toleransi nyeri yang dirasakannya. Menurut Mubarak, Indrawati, dan Susanto (2015), pengalaman nyeri seseorang juga dipengaruhi oleh toleransi terhadap nyeri. Tingkat toleransi yang tinggi berarti bahwa individu mampu menahan nyeri berat sebelum pasien mencari pertolongan. Hal ini yang dilakukan pada kasus II ketika merasakan nyeri pasien melakukan Teknik napas dalam dan berbicara dengan orang lain untuk mengalihkan rasa nyeri.

Bagian luar kulit lemon mengandung minyak esensial (6%) dengan komposisi *limonene* (90%), *citral* (5%), dan sejumlah kecil *citronellal*, *alpha-terpineol*, *linalyl*, dan *geranyl acetate*. *Linalyl* atau *linalool* merupakan kandungan aktif utama yang berperan

pada efek sedatif atau anti cemas (Daliartha & Adrian, 2013). Ketika aroma minyak esensial ini dihirup seseorang kemudian diteruskan menuju pusat gustatory dan sistem limbik. Minyak esensial ini yang mempengaruhi sistem limbik untuk mengeluarkan hormon *endorphin* yang berpengaruh terhadap psikologis seseorang sehingga menyebabkan terjadinya penurunan skala nyeri pada kedua kasus dari sedang menjadi ringan.

Berdasarkan penelitian Nurjanah (2019) menjelaskan bahwa mekanisme kerja aromaterapi dalam tubuh manusia berlangsung melalui dua sistem fisiologis, yaitu sirkulasi tubuh dan sistem penciuman. Wewangian dapat mempengaruhi kondisi psikis, daya ingat, dan emosi seseorang. Aromaterapi lemon merupakan jenis aromaterapi yang digunakan untuk mengatasi nyeri dan cemas. Zat yang terkandung dalam lemon salah satunya adalah linalool yang berguna untuk menstabilkan sistem saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi siapapun yang menghirupnya.

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa kedua kasus mengalami nyeri dengan ekspresi wajah meringis. Menurut

Mubarak, Indrawati, dan Susanto (2015), seseorang yang mengalami nyeri mempunyai gerakan tubuh yang khas dan ekspresi wajah yang memperlihatkan nyeri meliputi: menggeretakan gigi, memegang tubuh yang terasa nyeri, postur tubuh membungkuk, ekspresi wajah seperti menyeringai/meringis, menangis atau mengaduh, dan gelisah. Zat linalool yang terkandung dalam aromaterapi lemon ini membuat seseorang yang menghirupnya merasakan tenang, hal ini yang menyebabkan kedua kasus merasakan tenang dan ekspresi wajah terlihat berubah menjadi rileks setelah menghirup aromaterapi lemon.

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa intensitas nyeri post operasi sesudah diberikan aromaterapi lemon didapatkan hasil lebih rendah atau penurunan dibandingkan sebelum diberikan aromaterapi lemon. Hal ini disebabkan oleh aromaterapi lemon beraroma dapat meningkatkan efek nyaman bagi seseorang yang menghirupnya. Hal ini berkaitan dengan penelitian Suwanti, Wahyuningsih, dan Liliana (2018) yang menjelaskan bahwa aroma yang diolah dan diubah oleh tubuh dapat menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi neurokimia berupa zat *endorphin* dan

serotonin. Sehingga berpengaruh langsung pada organ penciuman dan dipersepsikan oleh otak untuk memberikan reaksi yang membuat perubahan fisiologis pada tubuh, pikiran, jiwa, dan menghasilkan efek menenangkan pada tubuh.

Menurut Zakiyah (2015), proses nyeri terdiri dari 4 (empat) tahap. Tahap pertama, proses transduksi merupakan proses dimana suatu stimuli diubah menjadi suatu aktivitas listrik. Tahap kedua, proses transmisi dimana stimuli dipindahkan dari saraf perifer ke medula spinalis menuju otak. Tahap ketiga, proses modulasi dimana interaksi hormon endogen yang dihasilkan tubuh dapat mempengaruhi nyeri yang dirasakan. Tahap keempat merupakan tahap terakhir yaitu persepsi yang menghasilkan suatu perasaan kasustif yang dikenal sebagai nyeri.

Tekanan darah adalah tekanan yang dihasilkan oleh darah terhadap pembuluh darah (Ronny, Setiawan, & Fatimah, 2009). Berdasarkan tabel 4.5 terdapat perbedaan tekanan darah diantara kedua kasus, kasus II cenderung lebih tinggi dibandingkan kasus I. Hal ini terjadi karena kasus II berusia 62 tahun,

mempunyai riwayat tekanan darah tinggi atau hipertensi sekitar satu tahun yang lalu dan saat menjalani perawatan sudah mendapatkan pengobatan amlodipine 1 x 5 mg dan bioprexum 1 x 2,5 mg untuk menurunkan tekanan darah.

Respon fisiologis yaitu adanya peningkatan frekuensi denyut nadi saat seseorang merasakan nyeri terjadi pada kedua kasus. Berdasarkan tabel 4.6 dapat dilihat perbedaan yang ditemukan pada kasus I dan kasus II yaitu adanya peningkatan frekuensi denyut nadi diatas batas normal (60-100x/menit) terjadi pada kasus II saat sebelum diberikannya aromaterapi lemon. Namun setelah diberikannya aromaterapi lemon kedua kasus merasakan rileks sehingga menyebabkan terjadinya penurunan frekuensi denyut nadi dalam batas normal karena efek sedatif yang dihasilkan dari minyak esensial tersebut.

Efek pemberian aromaterapi lemon yang dilakukan selama 3 hari sangat berpengaruh dalam mengurangi nyeri. Zat yang dikandung oleh minyak esensial lemon ini dapat menyebabkan terjadinya penurunan tekanan darah, penurunan denyut nadi, penurunan skala nyeri, perubahan intensitas nyeri, dan ekspresi wajah pada kedua kasus. Keberhasilan

pemberian aromaterapi lemon pada kedua kasus ini dibantu dan dimotivasi oleh keluarga yang sangat berpengaruh terhadap nyeri yang dirasakan seseorang sehingga nyeri tersebut bisa terkontrol atau teratasi.

Simpulan

Aromaterapi lemon yang dilakukan pada kedua kasus yang mengalami nyeri *post* operasi di RSUP Fatmawati Jakarta dapat disimpulkan sebagai berikut: sebelum pemberian aromaterapi lemon pada kasus I didapatkan skala nyeri pasien 6, ekspresi wajah meringis, intensitas nyeri sedang, tekanan darah 132/90 mmHg, dan frekuensi denyut nadi 105 x/menit. Pada kasus II didapatkan skala nyeri pasien 5, ekspresi wajah meringis, intensitas nyeri sedang, tekanan darah 149/83 mmHg, dan frekuensi denyut nadi 94 x/menit.

Setelah dilakukan pemberian aromaterapi lemon selama 3 hari pada kedua kasus didapatkan hasil penurunan nyeri *post* operasi. Pada kasus I didapatkan skala nyeri pasien berkurang menjadi 2, ekspresi wajah menjadi rileks, intensitas nyeri ringan, tekanan darah 122/80 mmHg, dan frekuensi denyut nadi 86.

Daftar Pustaka

Atoilah, E. M. & Kusnadi, Engkus. (2013). *Askep pada klien dengan gangguan kebutuhan dasar manusia*. Jakarta: In Media.

Baradero, M., dkk. (2008). *Prinsip & praktik keperawatan perioperatif*. Jakarta: EGC.

Cholifah, S., Raden, A., & Ismarwati. (2016). *Pengaruh aromaterapi inhalasi lemon terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif*. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 12(1), 46–53. <http://e-resources.perpusnas.go.id:2069/login.aspx?direct=true&db=edsdoj&AN=edsdoj.4b814e62ea8f4d3f9ff7485c6ced01c1&site=eds-live>

Dalimartha, S. & Adrian, F. (2013). *Fakta ilmiah buah sayur*. Jakarta: Penebar Plus+

Hidayat, A. A. (2019). *Khazanah terapi komplementer-alternatif*. Bandung: Nuansa Cendekia.

Jaelani. (2017). *Aroma terapi*. Jakarta: Pustaka Populer.

Kozier, B., dkk. (2010). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, & praktik*. Ed.7. Vol.1. Jakarta: EGC.

Malik, N.A. (2020). Revised definition of pain by “International Association for the Study of Pain”: Concepts, challenges and compromises. *Anaesthesia, Pain & Intensive Care*, 24(5), 481-483. <https://e-resources.perpusnas.go.id:2108/10.35975/apic.v24i5.1352>

Mubarak, W. I., dkk (2015). *Buku ajar ilmu keperawatan dasar*. Jakarta: Salemba Medika.

- Nurjanah, R (2019). *Pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan skala nyeri pada asuhan keperawatan post operasi laparatomi*. <http://repository.itspku.ac.id/155/>
- Putri, D. M. P., & Amalia, R. N. (2019). *Terapi komplementer konsep dan aplikasi dalam keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Putri, V. D., Widyastuti Y., & Mujiono, N, S., (2019). *Efektifitas aromaterapi lemon terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post laparatomi hari ke 1*. <http://repository.itspku.ac.id/id/eprint/127>.
- Rahmawati, I. (2015). *Efektivitas aromaterapi lavender dan aromaterapi lemon terhadap intensitas nyeri post sectio caesaria (Sc) Di Rumah Sakit Budi Rahayu Kota Magelang*. <http://e-resources.perpusnas.go.id:2069/login.aspx?direct=true&db=edsair&AN=edsair.od.....3622..766b1c2fe1a766bb07291f3d411bd7a0&site=eds-live>
- Ramayulis, R. (2014). *Detox is easy*. Jakarta: Penebar Swadaya Grup
- Small, C., & Laycock, H. (2020). *Acute postoperative pain management*. *The British Journal of Surgery*, 107(2), e70–e80. <https://e-resources.perpusnas.go.id:2108/10.1002/bjs.11477>
- Sulastri, Wahyuningsih, M. S. H., & Hapsari, E.D. (2018). *Efek pemberian aromaterapi jeruk masam terhadap intensitas nyeri pasca bedah sesar*. Diakses <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/128>.
- Suwanti, S., Wahyuningsih M., Liliana A., *Pengaruh aroma terapi lemon terhadap penurunannya nyeri emnstruasi pada mahasiswi di Universitas Resopati Yogyakarta*. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5 (1) <http://nursingjurnal.respati.ac.id/index.php/JKRY/article/view/131/91>, 345-349
- Zakiyah, Ana. (2015). *Nyeri: konsep dan penatalaksanaan dalam praktik keperawatan berbasis bukti*. Jakarta: Salemba Medika.