

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN POST *SECTIO CAESAREA*  
DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK RELAKSASI PERNAPASAN DAN  
AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENURUNKAN INTENSITAS  
NYERI DI RUMAH SAKIT ROEMANI SEMARANG**

Alfiatul Chusna

Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan,  
Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia

E-mail : [alfiatulchusna123@gmail.com](mailto:alfiatulchusna123@gmail.com)

**Abstrak**

*Sectio caesarea* adalah suatu persalinan buatan dimana janin dilahirkan melalui suatu insisi atau pembedahan pada dinding perut yang dapat menimbulkan dampak setelah operasi yaitu nyeri. Pada pasien post *sectio caesarea* yang mengalami nyeri membutuhkan intervensi keperawatan untuk mengurangi rasa nyeri yaitu dengan cara terapi non farmakologi teknik relaksasi pernapasan dan pemberian aromaterapi. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas dari teknik relaksasi pernapasan dan pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan nyeri post *sectio caesarea*. Desain yang digunakan dalam studi kasus ini adalah *deskriptive study* dalam bentuk pre test dan post test. Penulis memilih 3 pasien dengan kriteria ibu *post sectio caesarea* pada hari pertama. Pengambilan data dilakukan di Ruang Nifas Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Analisa data menggunakan lembar observasi *Visual Analog scale (VAS)* pada hari pertama didapatkan data skala nyeri 5 (kategori nyeri sedang), sedangkan pada hari kedua didapatkan data skala nyeri antara 3 - 4 (kategori nyeri ringan), sedangkan pada hari ketiga didapatkan data 2 - 3 (kategori nyeri ringan). Disimpulkan bahwa berdasarkan hasil observasi pre test dan post test dari teknik relaksasi pernapasan dan pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan intensitas nyeri pada pasien post *sectio caesarea* tampak adanya penurunan nyeri setelah diberikan teknik relaksasi pernapasan dan pemberian aromaterapi lavender. Saran diharapkan perawat dapat melakukan tindakan pemberian teknik relaksasi pernapasan dan aromaterapi lavender, dan menyediakan alat sebagai pengobatan alternatif untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien post *Sectio Caesarea*.

Kata kunci : *Sectio caesarea*, Teknik relaksasi pernapasan dan Aromaterapi lavender, Nyeri.