

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER DAN MURROTAL AL-QURAN TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST OPERASI *SECTIO CAESAREA*

Diah Ayu Fatmawati^{1*}

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang

Email: diahayufatmawati@fik.unipdu.ac.id

*) Koresponden Author

Mukhoirotin²

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang

Email: mukhoirotin@fik.unipdu.ac.id

Septia Rahmawati³

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang

Email: septiatia800@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan Masalah yang sering muncul pada saat selesai tindakan operasi adalah nyeri, nyeri yang tidak ditangani dengan baik akan mengganggu mobilisasi pasien pasca operasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi murottal al-qur'an dan aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pasien *post sectio caesaria* di RS Muslimat Jombang. **Metode** penelitian ini adalah *Quasy Eksperimen* dengan desain penelitian *pretest-posttest two group design*, dengan teknik *purposive sampling*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh ibu post *sectio caesarea* di Ruang Nifas RSIA Muslimat Jombang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 34 responden, masing-masing perlakuan diberikan dalam 20 menit. Variabel independent yaitu terapi murottal Al-qur'an dan aromaterapi lavender, sedangkan Variabel dependen yaitu nyeri *post sectio caesaria*. Data dianalisis menggunakan Uji *Paired T Test* dengan nilai $p=0,000$ dan $p=0,003$ dan Uji *Independent T test* nilai $p=0,001$ dengan $\alpha \leq 0,05$. **Hasil** Penelitian menunjukkan ada pengaruh Murottal Al-Qur'an dan Aromaterapi Lavender dalam menurunkan nyeri *post sectio caesaria* dengan $p < 0,05$. Ada perbedaan pengaruh antara kelompok Murottal Al- qur'an dan Aromaterapi Lavender terhadap tingkat nyeri dengan nilai $p < 0,05$. Rekomendasi dari penelitian ini adalah perawat dapat mengaplikasikan terapi murottal Al-qur'an dan aromaterapi lavender dalam menurunkan nyeri *post sectio caesaria* dengan memperhatikan lingkungan dan ruang lingkup dalam pemberian intervensi, karena keefektifan dalam pemberian kedua terapi tersebut dalam ruangan yang tertutup dan nyaman.

Kata kunci : Aromaterapi, murottal Al-qur'an, intensitas nyeri

ABSTRACT

The problem that often arises at the time of completion of surgery is pain, pain that is not handled properly will interfere with the mobilization of postoperative patients. This study aims to determine the effect of murottal al-qur'an therapy and lavender aromatherapy on reducing pain intensity of post sectio caesaria patients at Muslimat Jombang Hospital. This research method is Quasy Experiment with pretest-posttest two group design research, with purposive sampling technique. The population of this study were all post sectio caesaria mothers in the Postpartum Room at RSIA Muslimat Jombang. The sample in this study amounted to 34 respondents. The independent variable is Al-Qur'an murottal therapy and lavender aromatherapy, while the dependent variable is post sectio caesaria pain. Data were analyzed using Paired T Test with $p = 0.000$ and $p = 0.003$ and

Diah Ayu Fatmawati dkk : Pengaruh Aromaterapi Lavender Dan Murrotal Al-Quran Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi *Sectio Caesarea*

Independent T test with $p = 0.001$ with 0.05 . The results showed that there was an effect of Murottal Al- Qur'an and Lavender Aromatherapy in reducing post sectio caesaria pain with $p < 0.05$. There is a difference in the effect between the Murottal Al-qur'an and Lavender Aromatherapy groups on pain levels with p value < 0.05 . The recommendation from this study is that nurses can apply murottal Al-qur'an therapy and lavender aromatherapy in reducing post sectio caesaria pain by paying attention to the environment and scope of intervention, because of the effectiveness of giving both therapies in a closed and comfortable room.

Keywords: Aromatherapy, Murottal Al-qur'an, pain intensity

PENDAHULUAN

Nyeri bisa disebabkan oleh banyak faktor salah satunya adalah tindakan operasi atau pembedahan. Menurut The International Association for the Study of Pain (IASP), nyeri adalah pengalaman sensorik serta emosional yang tidak menyenangkan, biasanya berhubungan dengan proses pembedahan atau rusaknya jaringan (Wardani, 2014). Suatu proses pembedahan setelah operasi atau post operasi *sectio caesarea* akan menimbulkan respon nyeri. Nyeri yang dirasakan ibu post partum dengan *sectio caesarea* berasal dari luka yang terdapat dari perut. Post *sectio caesarea* akan menimbulkan nyeri hebat dan proses pemulihannya berlangsung lebih lama dibandingkan dengan persalinan normal (Purwati *et al.*, 2019). Tidak ada dua individu mengalami nyeri yang sama dan tidak ada dua kejadian nyeri yang sama menghasilkan sensasi nyeri atau respon nyeri yang identik sama pada seorang individu karena nyeri bersifat subjektif (Potter, A & Perry, 2012).

World Health Organization (WHO) menetapkan standar rata-rata *sectio caesarea* di masing-masing negara sekitar 5-15% per 1000 kelahiran di dunia. Rumah sakit pemerintah 11% dan rumah sakit swasta lebih dari 30%. Menurut WHO prevalensi *sectio caesarea* meningkat 469c di Cina dan 25' o di Asia, Eropa, Amerika latin (Sumaryati *et al.*, 2018). Data Riset Kesehatan (Riskesdas) 2018 di Indonesia menunjukkan persalinan pada usia 10-54 tahun mencapai 78% dengan angka kelahiran menggunakan metode *sectio caesarea* sebanyak 17% (Kemenkes RI, 2018).

Menurut buku *Obstetrics and Gynecology* ada empat faktor yang menjadi alasan

dilakukan operasi *sectio caesarea* yaitu untuk keselamatan ibu dan janin ketika persalinan harus berlangsung, tidak terjadi kontraksi, distosia (persalinan macet) sehingga menghalangi persalinan alami, dan bayi dalam keadaan darurat dan harus segera dilahirkan tetapi jalan tidak mungkin dilalui janin (Oxorn, 2010). *Sectio caesarea* memiliki efek samping antara lain beberapa hari pertama pasca persalinan akan menimbulkan rasa nyeri yang hebat pada daerah insisi, nyeri pada klien dengan *sectio caesarea* diakibatkan dari rahim yang sering berkontraksi karena masih dalam proses kembali ke bentuk semula (Komar *et al.*, 2020). Persalinan secara SC memberikan dampak bagi ibu dan bayi, nyeri yang hilang timbul akibat pembedahan pada dinding abdomen dan dinding rahim yang tidak hilang hanya dalam satu hari itu memberi dampak seperti mobilisasi terbatas, *bounding attachment* (ikatan kasih sayang) terganggu/tidak terpenuhi, *Activity of Daily Living* (ADL) terganggu pada ibu dan akibatnya nutrisi bayi berkurang sebab tertundanya pemberian ASI sejak awal, selain itu juga mempengaruhi Inisiasi Menyusui Dini (IMD) yang akan mempengaruhi daya tahan tubuh bayi yang dilahirkan secara *sectio caesaria* (Tirtawati *et al.*, 2020).

Pengendalian nyeri secara farmakologi sangat efektif untuk mengatasi rasa nyeri, namun demikian pemberian farmakologi tidak bertujuan untuk meningkatkan kemampuan klien sendiri untuk mengontrol nyerinya dan memiliki efek jangka panjang seperti gangguan pada ginjal. Sehingga dibutuhkan kombinasi farmakologi untuk mengontrol nyeri dengan non farmakologi agar sensasi nyeri dapat

berkurang serta masa pemulihan tidak memanjang (Warsono *et al.*, 2019). Salah satu upaya terapi non farmakologi yang dapat digunakan adalah Aromaterapi. Tehnik rileksasi aromaterapi yang segar dan harum merangsang sensori dan akhirnya mempengaruhi organ lainnya, sehingga dapat menimbulkan efek yang kuat terhadap emosi. Aromaterapi ditangkap oleh reseptor di hidung, kemudian memberikan informasi lebih jauh karena di otak yang mengontrol emosi dan memori serta memberikan informasi ke hipotalamus yang merupakan pengatur sistem internal tubuh, sistem seksualitas, suhu tubuh, dan reaksi terhadap stress. Aromaterapi lavender merupakan salah satu minyak yang paling aman sekaligus mempunyai daya antiseptik yang kuat, antivirus dan anti jamur serta dapat meringankan nyeri dan sakit kepala. Aromaterapi juga biasa digunakan pada linimen yang dipercaya mempercepat penyembuhan sel-sel kulit yang terbakar sinar matahari, terluka, dan rash. Karena banyak khasiatnya, minyak lavender merupakan salah satu minyak yang terpopuler dalam aromaterapi (Tirtawati *et al.*, 2020).

Teknik distraksi mendengarkan ayat suci Al-Quran dapat juga diberikan ke pasien untuk menurunkan intensitas nyeri. Pemberian Terapi bacaan Al- Quran terbukti mengaktifkan sel-sel tubuh dengan mengubah getaran suara menjadi gelombang yang ditangkap oleh tubuh, menurunkan stimuli reseptor nyeri dan otak terangsang mengeluarkan analgesik opioid natural endogen. Opioid ini bersifat permanen untuk memblokir *nociceptor* nyeri. Bacaan Al- Quran juga memberikan efek distraksi dan relaksasi pada post operasi sebagaimana terapi musik (Turner, *et al.*, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Endah Wahyuningsih (2021), dengan judul Terapi Murottal Menurunkan Tingkat Nyeri Pasien Post *Sectio Caesarea* intervensi dilakukan sehari sekali dengan durasi selama 25 menit beserta evaluasi. Terapi diberikan 2 jam setelah pasien minum obat nyeri. Penelitian yang dilakukan Argi dkk (2013) yang berjudul pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri pada pasien Pasca operasi di Rumah Sakit Dustira Cimahi terbukti mampu

menurunkan intensitas nyeri. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hifa dkk (2019) pemberian aromaterapi lavender dilakukan 6 jam setelah pemberian analgesic dilakukan selama 20 menit.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan metode penelitian *Quasy Eksperimen* dengan desain penelitian ini adalah *pretest-postest two group design*, yaitu rancangan eksperimen yang dilakukan pada dua kelompok berbeda yang mendapatkan intervensi yang berbeda. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu post *sectio caesarea* di ruang nifas RSIA Muslimat Jombang. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 34 responden. Yang terdiri dari dua kelompok murottal Al-Qur'an 17 responden dan aromaterapi lavender sebanyak 17 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrument yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan lembar observasi dan *Numerical Rating Scale* (NRS). Analisis data menggunakan uji paired t-tes dan *independent t-tes* dengan tingkat kemaknaan $\alpha \leq 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

a. Karakteristik Demografi Responden

Tabel 1
Karakteristik Demografi Responden

Variabel	Murottal Al-quran dan aromaterapi				Nilai P
	Kelompok Perlakuan A		Kelompok Perlakuan B		
	N	%	N	%	P
Pendidikan					0,410
a. Tidak sekolah	1	5,9	2	11,8	
b. SD	2	11,8	4	23,5	
c. SMP	4	23,5	3	17,6	
d. SMA	5	29,4	3	17,6	
e. Perguruan tinggi	5	29,4	5	29,4	
Pekerjaan					0,140
a. Petani					
b. PNS	3	17,6	5	29,4	
c. Wiraswasta	4	23,5	3	17,6	
d. Ibu Rumah Tangga	5	29,4	3	17,6	

Diah Ayu Fatmawati dkk : Pengaruh Aromaterapi Lavender Dan Murrotal Al-Quran Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi *Sectio Ceaserea*

	5	29,4	7	41,2
Grade				0,556
a. Primipara	6	35,3	8	47,1
b. Multipara	9	52,9	7	41,2
c. Multigravida	2	11,8	2	11,8
Riwayat SC				0,153
a. Ya	4	23,5	6	35,3
b. Tidak	13	76,5	11	64,7

Sumber: Data primer, 2022

Pada tabel 1 menunjukkan hampir separuhnya pendidikan responden pada kelompok perlakuan Murotal Al-qur'an adalah SMA yaitu sebanyak 6 atau 35,3%. Begitu juga pada kelompok perlakuan aromaterapi lavender sebagian kecil responden pendidikan SD, SMP dan perguruan tinggi sebanyak 4 atau 23,5% dengan hasil p value $0,410 > 0,05$ yang berarti Pendidikan kedua kelompok tersebut dikatakan homogen.

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaannya hampir separuhnya pada kelompok perlakuan Murotal Al-qur'an adalah wiraswasta yaitu sebanyak 5 atau 29,4%. Begitu juga pada kelompok perlakuan aromaterapi lavender hampir separuhnya adalah ibu rumah tangga sebanyak 7 atau 41,2% dengan hasil p value $0,140 > 0,05$ yang berarti pekerjaan pada kedua kelompok tersebut dikatakan homogen.

Karakteristik responden berdasarkan grade persalinan pada kelompok murotal Al-qur'an separuhnya adalah multipara yaitu sebanyak 9 atau 52,9%. Begitu juga pada kelompok perlakuan aromaterapi lavender hampir separuhnya primipara sebanyak 8 atau 47,1% dengan hasil p value $0,556 > 0,05$ yang berarti grade persalinan pada kedua kelompok tersebut homogen.

Karakteristik responden berdasarkan riwayat *sectio caesarea* pada kelompok murotal Al-qur'an hampir seluruhnya belum pernah *sectio caesarea* yaitu sebanyak 13 atau 76,5%. Begitu juga pada kelompok perlakuan aromaterapi lavender sebagian besar belum pernah *sectio caesaria* sebanyak 11 atau 64,7% dengan hasil p value $0,153 > 0,05$ yang berarti grade persalinan pada kedua kelompok tersebut homogen.

b. Intensitas Nyeri Post *Sectio Caesarea* Sebelum Dilakukan Intervensi Murotal Al-Qur'an Dan Aromaterapi Lavender

Tabel 2
Intensitas Nyeri Pre pada Kelompok Perlakuan Murotal al- qur'an dan Kelompok perlakuan aromaterapi lavender

Intensitas Nyeri	N	Presentase (%)	Rata-rata (SD)
Kelompok Murotal Al-qur'an	17	100	5,41(1,583)
Kelompok Aromaterapi Lavender	17	100	6,12 (1,364)

Sumber: Data primer, 2022

Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri post *sectio caesarea* sebelum diberikan perlakuan Murotal Al-qur'an sebesar 5,41 dengan standar deviasi sebesar 1,583. Sedangkan pada kelompok perlakuan aromaterapi rata-rata intensitas nyeri yang dialami responden sebesar 6,12 dengan standar deviasi 1,364.

c. Intensitas Nyeri Post *Sectio Caesarea* Setelah Diberikan Intervensi Murotal Al-Quran Dan Aromaterapi

Tabel 3
Intensitas Nyeri Post pada Kelompok Perlakuan Murotal al- qur'an dan Kelompok perlakuan aromaterapi lavender.

Intensitas Nyeri	N	Presentase (%)	Rata-rata (SD)
Kelompok Murotal Al-quran	17	100	3,24 (1,437)
Kelompok Aromaterapi lavender	17	100	5,41 (1,326)

Sumber: Data primer, 2022

Tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri post *sectio caesarea* sesudah diberikan perlakuan Murotal Al-qur'an adalah sebesar 3,24 dengan standar deviasi sebesar 1,437. Sedangkan pada kelompok perlakuan aromaterapi lavender rata-rata intensitas nyerinya adalah 5,41 dengan standar deviasi 1,326.

d. Pengaruh Murotal Al-Qur'an Dan

No	Kelom
1	Murro
2	Aroma

Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Ibu Post *Sectio Caesarea*

Tabel 4
Pengaruh Murotal Al-quran dan Aromaterapi lavender terhadap Intensitas Nyeri Ibu

Kelompok	Pre		Post		Beda Mean (95% CI)	Nilai P
	Mean	SD	Mean	SD		
Murotal Al-qur'an	5,41	1,583	3,24	1,437	2,176 (1,65-2,69)	0,000
Aromaterapi	6,12	1,326	5,41	1,326	1,235 (0,404-1,008)	0,003

Uji paired t-test

Uji paired t-test pada tabel 4 menunjukkan bahwa kelompok Intervensi Murotal Al-qur'an terdapat penurunan mean dalam setiap post test, begitu juga dengan kelompok aromaterapi terdapat penurunan mean, hal ini menunjukkan intensitas nyeri persalinan mengalami penurunan yang bermakna atau signifikan, dapat dilihat dari nilai $p=0,000$ dan $p=0,003$ ($p<0,05$)

e. Perbedaan Pengaruh Murotal Al-Quran Dan Aromaterapi Terhadap Intensitas Nyeri Ibu Post *Sectio Caesarea*

Tabel 5
Perbedaan Pengaruh Murotal Al-quran dan Aromaterapi terhadap Intensitas Nyeri

Uji Independent T Test

Tabel 5 menunjukkan bahwa mean yang diperoleh setelah diberikan intervensi Murotal Al-qur'an pada kelompok perlakuan murottal Al-qur'an didapatkan sebesar 3,24 dengan standar deviasi 1,437 sedangkan pada kelompok perlakuan menggunakan Aromaterapi lavender didapatkan nilai mean sebesar 5,41 dengan standar deviasi 1,326 dan nilai beda mean (95%CI) didapatkan nilai sebesar -2,176 (- 3,14—21,210) dengan nilai $p=0,001$ ($p < 0,05$).

Hasil analisis post-test menggunakan uji *independent t-test* didapatkan nilai p sebesar

0,001 hal ini menunjukkan ada perbedaan yang bermakna. Sehingga ada perbedaan pengaruh Murotal Al-quran dan Aromaterapi terhadap intensitas nyeri pada ibu post *sectio caesarea* dengan nilai $p < 0,005$.

Pembahasan

1. Intensitas Nyeri *Sectio Caesarea* Sebelum Diberikan Terapi Murotal Al-Qur'an Dan Aroma Terapi Lavender.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri responden sebelum diberikan perlakuan terapi murotal al-qur'an dan aromaterapi lavender dalam kategori berat dan sedang. Rasa nyeri merupakan suatu hal yang bersifat kompleks., mencakup pengaruh fisiologis, spiritual, sosial, psikologis dan budaya. Oleh karena itu, pengalaman nyeri masing-masing individu berbeda (Potter & Perry, 2016). Nyeri setelah kelahiran dengan metode *sectio caesarea* kebanyakan diakibatkan oleh luka ditempat insisi, kembang karena tertahannya gas saat fungsi usus dalam pemulihan, nyeri pinggang akibat regangan otot-otot abdomen selama pembedahan, nyeri otot akibat imobilisasi, afterpains, dan kadang merasakan ketidaknyamanan akibat distensi kandung kemih (Reeder *et al.*, 2011).

Pada penelitian ini, sebelum diberikan perlakuan responden dalam kategori nyeri sedang latar belakang pendidikan paling banyak berasal dari kategori SMA dan Perguruan Tinggi. Responden dalam kategori nyeri berat latar belakang pendidikan paling banyak berasal dari SMP dan SD. Orang yang berpendidikan tinggi memiliki wawasan dan informasi lebih luas dan mampu mencerna sebuah informasi di bandingkan orang yang berpendidikan rendah (Ilham dkk, 2012). Pendidikan berpengaruh terhadap persalinan, jika pendidikan seseorang semakin tinggi maka semakin cepat seseorang memahami tentang resiko persalinan yang akan di hadapi (Sumelung dkk, 2014). Menurut Notoadmodjo (2016) didalam teori

menyatakan bahwa tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang menentukan terhadap terjadinya perubahan perilaku, dimana semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka seseorang telah mengalami proses belajar yang lebih sering, dengan kata lain tingkat pendidikan mencerminkan intensitas terjadinya proses belajar. Hasil penelitian ini menunjukkan pendidikan berpengaruh terhadap perilaku mengontrol nyeri dilihat dari jumlah responden dalam pendidikan sarjana sebanyak 10 yang mengalami nyeri kategori sedang dan ringan, dan latar belakang SMA yang mengalami nyeri sedang sebanyak 8 responden.

Setiap individu belajar dari pengalaman nyeri masa lalunya, akan tetapi tidak menutup kemungkinan individu juga masih belum bisa beradaptasi dalam menghadapi nyeri pada masa yang akan datang (Prasetyo, 2012). Responden dalam penelitian ini sebagian besar tidak memiliki riwayat *sectio caesarea*, hanya sebagian kecil responden yang memiliki riwayat *sectio caesarea*. Sebelum dilakukan perlakuan, sebagian besar responden berada dalam kategori sedang dan berat untuk skala nyeri yang dialami. Hal ini dikarenakan responden masih belum memiliki pengalaman nyeri *sectio caesarea* sebelumnya.

2. Intensitas Nyeri Post *Sectio Caesarea* Sesudah Diberikan Intervensi Murotal Al-Quran Dan Aromaterapi.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata intensitas nyeri yang dialami responden setelah dilakukan intervensi murotal Al-Quran dan aromaterapi lavender dalam kategori ringan dan sedang. Nyeri yang dirasakan ibu post *sectio caesarea* dapat dikendalikan dengan metode penatalaksanaan nyeri yang dikelompokkan menjadi metode farmakologi dan metode nonfarmakologi (Pratiwi, 2012). Penanganan yang sering digunakan untuk menurunkan nyeri post *sectio caesarea* adalah penggunaan analgesik. Namun demikian pemberian farmakologi tidak bertujuan untuk meningkatkan kemampuan klien sendiri untuk mengontrol nyerinya. Sehingga dibutuhkan kombinasi farmakologi non farmakologi agar

sensasi nyeri dapat berkurang serta masa pemulihan tidak memanjang. Metode non farmakologi bukan merupakan pengganti obat-obatan, tindakan tersebut diperlukan untuk mempersingkat episode nyeri yakni beberapa detik atau menit (Rini & Susanti, 2018). Dalam penelitian ini, semua responden mendapatkan terapi farmakologi untuk mengurangi nyeri. Responden diberikan jenis analgesik yang sama, baik pada kelompok perlakuan murotal al-qur'an maupun kelompok aromaterapi lavender. Sehingga, penurunan nyeri yang dialami responden akibat pemberian analgesik relatif sama dan tidak mengganggu kehomogenan responden penelitian. Jenis analgesik yang diberikan adalah golongan NSAIDs (Nonsteroid Anti-Inflammatory Drugs) yang berupa ketorolac injection dan mefinal yang berisi asam mefenamat dengan sediaan tablet.

Salah satu teknik untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien post SC adalah dengan teknik distraksi salah satunya yaitu distraksi menggunakan suara berupa murotal Al-Quran. Pendekatan spiritual dapat membantu mempercepat pemulihan atau penyembuhan klien (Ferinawati & Hartati R, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Purwati dkk (2019) di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang menyatakan terapi bacaan Al-Quran dapat bersinergi dengan terapi farmakologi dalam menurunkan nyeri. Intervensi secara non farmakologi yang dilakukan yaitu dengan terapi murottal mampu menurunkan skala nyeri pasien post SC.

Penelitian menunjukkan penurunan rasa nyeri sesudah diberikan terapi murottal Al-Qur'an. Hal ini dikarenakan teknik relaksasi nafas mampu merangsang tubuh untuk mengeluarkan hormone endofrin sehingga terbentuk sistem penekan nyeri yang akhirnya akan menyebabkan penurunan intensitas nyeri. Hal inilah yang menyebabkan adanya perbedaan penurunan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an, dimana setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an terjadi penurunan intensitas nyeri.

Balkam (2014) menjelaskan aromaterapi

memberikan efek keharuman yang menguntungkan baik melalui metode inhalasi. Penghisapan aroma harum dapat menyebabkan perubahan psikologis dan fisiologis manusia. Aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang-gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks. Menurut Widyastuti (2013) pada saat menghirup aromaterapi lavender dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphin yang dapat menghilangkan sakit secara alamiah sehingga lebih nyaman.

Hasil penelitian ini pada Aromaterapi Lavender rata-rata pada skala nyeri (5) , dimana terdapat perbedaan terhadap penurunan skala nyeri murottal Al- qur'an karena sebagian kecil pasien tidak mengalami penurunan skala nyeri setelah dilakukan terapi aromaterapi lavender disebabkan responden yang mengalami penurunan skala nyeri tetap tidak mengikuti instruksi peneliti dengan baik, kurang berkonsentrasi dan rileks. Peneliti berasumsi karena responden menempati kamar kelas 3 yang hanya bersekat tirai sehingga dalam menghirup asap diffuser Aromaterapi kurang efektif karena ruangan kurang tertutup. Sejalan dengan penelitian (annisa 2020) keefektifan aromaterapi dipengaruhi jendela dan ventilasi dapat meningkatkan kecepatan dan persebaran angin pada ruang hunian sehingga pola pergerakan angin tidak hanya mengalir menuju langit-langit ruang melainkan dapat menyebar secara horizontal.

3. Pengaruh Terapi Murotal Al-Quran Dan Aromaterapi Terhadap Intensitas Nyeri Pasien Ibu Post Sectio Caesaria

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi terapi murottal Al-Qur'an terdapat penurunan mean dan SD dalam post test, begitu juga dengan kelompok Aromaterapi Lavender terdapat penurunan mean dan SD, hal ini menunjukkan tingkat intensitas nyeri persalinan mengalami penurunan yang bermakna atau signifikan, dapat dilihat dari nilai $p=0,000$ dan $p=0,003$ ($p<0,05$).

Terdapat banyak metode untuk mengatasi nyeri persalinan. Cara untuk mengatasi nyeri persalinan, yaitu dengan metode farmakologis dan nonfarmakologis. Farmakologis seperti pemberian berbagai suntikan untuk menghilangkan nyeri, sedangkan non farmakologis mengurangi nyeri tanpa menggunakan obat-obatan diantaranya seperti pendamping persalinan, perubahan posisi, sentuhan / massage, kompres hangat dingin, aromaterapi, teknik pernapasan Lamaze, hipnotis, akupuntur, music dan lain – lain (Zakiyah, 2015). Didalam penelitian ini, peneliti menggunakan salah satu surat dalam Al-Qur'an yaitu Q.S Ar-Rahman yang berjumlah 78 ayat dalam terapi murottal Al-qur'an. Sesuai dengan penelitian dengan menggunakan terapi murottal Alquran oleh Narmin lasola dkk (2016), dengan judul pengaruh terapi murottal Al- Qur'an surah Ar-Rahman terhadap nyeri post *sectio caesarea* di RSUD Bantul Yogyakarta.

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri pada kelompok terapi murottal Al-quran. Menurut Orirodan (2017) Murottal merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya. Yolanda *et al.*, (2015) menyatakan bahwa lantunan Al-Qur'an dapat menurunkan hormon- hormon stress, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Laju pernafasan yang lebih dalam atau lebih lambat tersebut sangat baik menimbulkan ketenangan, kendali emosi, pemikiran yang lebih dalam dan metabolisme yang lebih baik. Prinsip dari timbulnya respon relaksasi, yaitu terjadi keseimbangan antara sistem saraf simpatis dan sistem saraf parasimpatis. Al-Hafidz (2014) menambahkan bahwa pemberian terapi murottal pada ibu bersalin mengantarkan keadaan otak ibu pada gelombang Alpha, merupakan keadaan energi otak pada frekuensi 8 Hz – 15 Hz. Keadaan

ini ditandai dengan sikap relaks dan tenang sehingga dapat menghilangkan rasa nyeri pada ibu bersalin. Hasil sama didapatkan oleh Turlina *et al.*, (2017) ditemukan adanya pengaruh pemberian terapi murotal Al Qur'an terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif. Hal ini dikarenakan mendengarkan murottal Al- Quran merupakan salah satu bentuk distraksi (pengalihan rasa nyeri) yang membuat seseorang fokus pada hal selain nyeri sehingga persepsi terhadap nyeri dapat berkurang.

Pada kelompok aromaterapi lavender, responden juga mengalami penurunan tingkat nyeri yang bermakna dengan $p=0,003$. Indrayani & Djami (2016) menjelaskan bahwa minyak esensial tertentu dapat mempengaruhi tonus otot, meningkatkan kontraksi, mengurangi nyeri, mengurangi ketegangan, mengurangi ketakutan dan kecemasan serta meningkatkan perasaan nyaman. Balkam (2014) menjelaskan aromaterapi memberikan efek keharuman yang menguntungkan baik melalui metode inhalasi. Penghisapan aroma harum dapat menyebabkan perubahan psikologis dan fisiologis manusia. Aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang-gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks.

Menurut Widayani (2016) minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek menenangkan dengan kandungan linaloolnya lavender adalah aromaterapi yang banyak digunakan saat ini, baik inhalasi atau dengan pemijatan kulit. Aromaterapi yang digunakan melalui inhalasi atau dihirup akan masuk ke dalam system limbic atau struktur bagian dalam dari otak, sistem ini sebagai pusat nyeri, senang, marah, takut, depresi dan berbagai emosi lainnya. Indra penciuman memiliki peran yang sangat penting dalam kemampuan kita untuk bertahan hidup dan meningkatkan kualitas hidup. Bau-bauan juga dapat memberikan efek relaksasi. Tubuh dikatakan dalam keadaan relaksasi apabila otot-otot di tubuh kita tidak dalam keadaan tegang, keadaan relaksasi adalah dapat dicapai dengan

menurunkan tingkat stress, baik stress fisik maupun psikis, serta siklus tidur yang cukup dan teratur.

4. Perbedaan Pengaruh Murotal Al-Quran Dan Aromaterapi Terhadap Intensitas Nyeri Ibu Post *Sectio Caesarea*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa didapatkan nilai p sebesar 0,001, hal ini menunjukkan ada perbedaan yang bermakna. Sehingga ada perbedaan pengaruh Murotal Al-quran dan Aromaterapi terhadap intensitas nyeri pada ibu post sectio caesarea dengan nilai $p < 0,05$.

Manajemen nyeri non farmakologi merupakan upaya-upaya yang dilakukan untuk mengatasi atau menghilangkan nyeri dengan pendekatan non farmakologi. Tindakan non farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap dalam pemberian analgesik, tetapi tindakan non farmakologis tidak ditujukan sebagai pengganti analgesik (Mayasari, 2016).

Pada penelitian ini, kelompok murottal Al Qur'an dan kelompok aromaterapi lavender sama-sama mengalami penurunan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah intervensi. Namun, hasil uji *independent t test* menunjukkan perbedaan yang bermakna pada tingkat nyeri sesudah intervensi antara kelompok murottal Al Qur'an dan kelompok aromaterapi lavender. Kelompok murottal Al Qur'an mengalami penurunan tingkat nyeri yang lebih signifikan dibandingkan kelompok aromaterapi lavender. Hal ini dikarenakan faktor bias seperti lingkungan, lebih dapat diminimalkan pada kelompok murottal Al-quran sehingga responden dapat lebih fokus saat pemberian terapi. Jendela dan ventilasi dapat meningkatkan kecepatan dan persebaran angin pada ruang hunian sehingga bau yang dihasilkan dari aromaterapi lavender dapat menguap ke udara bebas di luar ruangan. Selain itu, jika dibandingkan dengan aromaterapi lavender yang hanya memiliki efek relaksasi, terapi murottal Al Qur'an merupakan perpaduan 2 metode nonfarmakologis yakni relaksasi dan distraksi. Menurut Turner, *et al*, (2011), teknik distraksi mendengarkan ayat suci Al-Quran dapat juga

diberikan ke pasien untuk menurunkan intensitas nyeri. Pemberian Terapi bacaan Al-Quran terbukti mengaktifkan sel-sel tubuh dengan mengubah getaran suara menjadi gelombang yang ditangkap oleh tubuh, menurunkan stimulasi reseptor nyeri dan otak terangsang mengeluarkan analgesik opioid natural endogen. Opioid ini bersifat permanen untuk memblokir nociceptor nyeri. Bacaan Al-Quran juga memberikan efek distraksi dan relaksasi pada post operasi sebagaimana terapi musik. Mendengarkan Al-Qur'an akan memberikan efek ketenangan dalam tubuh sebab adanya unsur meditasi autosugesti dan relaksasi. Rasa tenang ini akan memberikan respon emosi positif yang sangat berpengaruh dalam mendatangkan persepsi positif. Persepsi positif yang didapat dari murottal selanjutnya akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormone endorfin, selanjutnya amigdala akan merangsang pengaktifan sekaligus pengendalian saraf otonom yang terdiri dari saraf simpatis dan parasimpatis.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata intensitas nyeri *sectio caesarea* sebelum diberikan perlakuan murottal Al-Qur'an dan aromaterapi lavender dalam kategori nyeri sedang dan berat, rata-rata intensitas nyeri *sectio caesarea* sesudah diberikan perlakuan murottal Al-Qur'an dan aromaterapi lavender dalam kategori nyeri ringan dan sedang. Ada pengaruh murottal Al-Qur'an dan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri ibu post *sectio caesarea*, tetapi dalam penelitian ini murottal Al-Qur'an lebih efektif dibandingkan dengan aromaterapi lavender. Terdapat perbedaan antara pemberian terapi murottal Al-Qur'an dengan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri ibu post *sectio caesarea*.

SARAN

Rumah Sakit dapat menerapkan murottal Al-Qur'an dan aromaterapi sebagai salah satu metode non farmakologi selama 20 menit untuk mengurangi intensitas nyeri

pada ibu post *sectio caesarea*

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Rektor Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum, Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Ka. Prodi Pendidikan Ners yang memberikan dukungan dan motivasi serta semua responden yang berpartisipasi pada penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amru, S. (2012). Rustam Mochtar Sinopsis Obstetri: Obstetri Operatif Obstetri Sosial edisi 3 jilid 1&2. Jakarta: EGC
- Asmadi, (2012). Teknik Prosedural Keperawatan : Konsep Anak dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien. Salemba Medika : Jakarta.
- Astuti, Sri. 2015. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Jakarta: Erlangga. Craig Hospital. (2013).
<https://www.craighospital.org/repository/documents/AM.Aromatherapy.pdf>.
- Dahlan. (2018). *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hutabalian. (2011). *Buku Ajar Ilmu Kebidanan* . Jakarta: EGC
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689—1699.
- Komar, M., Munawaroh, S., & Isro'in, L. (2020). Universitas Muhammadiyah Ponorogo Health Sciences Journal. Health Sciences Journal, 4(1), 112—123. <http://studentjournal.umpo.ac.id/index.php/HSJ> o0AHUBUNGAN
- Leifer. (2012). *Maternity Nursing: an Introductory Text*
- Notoadmodjo, S. (2016). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Diah Ayu Fatmawati dkk : Pengaruh Aromaterapi Lavender Dan Murrotal Al-Quran Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi *Sectio Caesarea*

- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*(4th ed.). Salemba Medika.
- Oxorn, H. dan W. R. F. (2010). *Ilmu Kebidanan Patologi & Fisiologi Persalinan*. Yog Jakarta. Yayasan Essentia Medica.
- Posadzki, Paul, dkk (2012) Adverse Effeci OfAromaiherap5.- As5 stematic Review Of Case Refurts And Case Series. *Internasional Journal of risk & safety in medicine*.
- Potter, A & Perry, A. (2012). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan,- Konsep, Proses, Dan Praktik (vol. 2, edi)*. Jakarta: EGC.
- Purna. (2016). Perbedaan Efektifitas Pemberian Terapi Murrotal Dengan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Fraktur Ekstremitas di RS Dr. Moewardi Surakana. *Skripsi, 1-20*.
- Purwati, E., Machmudah, M., & Khayati, N. (2019). Terapi Murottal Al-Qurlan Menurunkan Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Roemani
- Siti. (2013). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sextio Caesarea Vol 3 No 7. *Jurnal Husada Mahakam, 1-10*.
- Siswantinah. (2011). Efektifitas Terapi Murrotal dan Terapi Musik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre Operasi Fraktur. *Jurnal Prodi SI Keperawatan, 1-17*.
- Sugiyono. (2019). *Statistika Untuk Penelitian*. Jakarta: Alfabeta.
- Sumaryati, S., Widodo, G. G., & Purwaningsih, H. (2018). Hubungan Mobilisasi Dini Dengan Tingkat Kemandirian Pasien Post Sectio Caecarea Di Bangsal Mawar RSUD Temanggung. *Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR)*, 7(1), 20—28. <https://doi.org/10.35473/ijnr.v1i1.8>
- Tim Pokja DPP PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik* (1st ed.). Jakarta Selatan: DPP PPNI.
- Tirtawati, G. A., Purwandari, A., & Yusuf, N. H. (2020). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 7(2), 38—44. <https://doi.org/10.47718/jib.v7i2.1135>
- Warsono, W., Fahmi, F. Y., & Iriantono, G. (2019). Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi Benson terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Sectio Caesarea di RS PKU Muhammadiyah Cepu. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah, 2(1)*, 44. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v2i1.244>
- Widayarti. (2011). Pengaruh Bacaan Al-Quran Terhadap Intensitas Kecemasan Pasien Sindroma Koroner Akut Di RS Hasan Sadikin. *Unpublised thesis. Universitas Padjajaran*