

**PENATALAKSANAAN PEMBERIAN AROMATERAPI BUNGA KAMOMIL
(*MATRICARIA RECUTITA*) TERHADAP NYERI PADA
IBU *POST SECTIO CAESAREA***



KARYA ILMIAH AKHIR NERS

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Ners

Oleh

Adinda Nur Hanifa

2411441

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2025

**PENATALAKSANAAN PEMBERIAN AROMATERAPI BUNGA KAMOMIL
(*MATRICARIA RECUTITA*) TERHADAP NYERI PADA
IBU *POST SECTIO CAESAREA***

Oleh
Adinda Nur Hanifa

Sebuah Karya Ilmiah Akhir Ners yang diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Ners Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Adinda Nur Hanifa 2025
Universitas Pendidikan Indonesia
Juni 2025

Hak cipta dilindungi undang-undang.
Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa izin penulis

ADINDA NUR HANIFA
**PENATALAKSANAAN PEMBERIAN AROMATERAPI BUNGA KAMOMIL
(*MATRICARIA RECUTITA*) TERHADAP NYERI PADA
IBU *POST SECTIO CAESAREA***

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing,



Dr. Hj. Linda Amalia, S.Kp., M.K.M.
NIP 196803161992032004

Mengetahui,

Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners
FPOK UPI



Dr. Hj. Linda Amalia, S.Kp., M.K.M.
NIP 196803161992032004

ABSTRAK

PENATALAKSANAAN PEMBERIAN AROMATERAPI BUNGA KAMOMIL (*MATRICARIA RECUTITA*) TERHADAP NYERI PADA IBU *POST SECTIO CAESAREA*

Adinda Nur Hanifa

NIM 2411441

e-mail: adindanur@upi.edu

Pendahuluan: Nyeri pascaoperasi *sectio caesarea* merupakan keluhan yang dapat mengganggu proses pemulihan ibu, kualitas tidur, dan keterikatan emosional dengan bayi. Intervensi farmakologis seringkali menimbulkan efek samping, sehingga pendekatan non farmakologis seperti aromaterapi kamomil dengan teknik napas dalam menjadi alternatif yang aman dan holistik. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi kasus tunggal dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Subjek penelitian ini adalah seorang ibu *post sectio caesarea* di RS TK. II Dustira yang diberikan intervensi aromaterapi kamomil (5-6 tetes dalam *diffuser* selama 15 menit) dengan teknik napas dalam selama dua hari berturut-turut. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara semi terstruktur, dan pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). **Hasil:** Skala nyeri pasien menurun dari 4 (nyeri sedang) menjadi 2 (nyeri ringan) pada hari pertama dan dari 3 menjadi 2 pada hari kedua. Pasien mengungkapkan perasaan rileks, mengantuk, dan peningkatan kenyamanan fisik serta psikologis. **Pembahasan:** Penurunan nyeri didukung oleh efek sedatif dan antiinflamasi senyawa bioaktif dalam kamomil (*chamazulene*, *bisabolol*, *apigenin*) serta aktivasi sistem saraf parasimpatis melalui teknik napas dalam. Kombinasi keduanya menunjukkan efek sinergis dalam mengurangi persepsi nyeri dan meningkatkan relaksasi.

Kata kunci: Kamomil, aromaterapi, nyeri, *sectio caesarea*

ABSTRACT

THE EFFECT OF CHAMOMILE AROMATHERAPY (MATRICARIA RECUTITA) ON PAIN INTENSITY IN POST SECTIO CAESAREA MOTHERS

Adinda Nur Hanifa

NIM 2411441

e-mail: adindanur@upi.edu

Introduction: Post-caesarean section pain is a complaint that can hinder maternal recovery, sleep quality, and emotional bonding with the newborn. Pharmacological interventions often carry side effects, prompting the use of non-pharmacological approaches such as chamomile aromatherapy with deep breathing techniques as safe and holistic alternatives. ***Methods:*** This study employed a single-case descriptive qualitative design. The participant was a post-caesarean mother at RS TK. II Dustira who received a combination of chamomile aromatherapy (5–6 drops via diffuser for 15 minutes) with deep breathing exercises for two consecutive days. Data were collected through observation, semi-structured interviews, and pain assessment using the Numeric Rating Scale (NRS). ***Results :*** Pain intensity decreased from 4 (moderate pain) to 2 (mild pain) on the first day, and from 3 to 2 on the second day. The patient reported feeling relaxed, drowsy, and experienced improved physical and psychological comfort. ***Discussion :*** Pain reduction was attributed to the sedative and anti-inflammatory properties of chamomile's bioactive compounds (chamazulene, bisabolol, apigenin) and parasympathetic activation through deep breathing. The combination demonstrated a synergistic effect in lowering pain perception and enhancing relaxation.

Keywords: Chamomile, aromatherapy, pain, cesarean section

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
KATA PENGANTAR	iii
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Nyeri <i>Post Sectio Caesarea</i>	4
2.2 Patofisiologi Nyeri <i>Sectio Caesarea</i> (SC)	5
2.3 Aromaterapi Kamomil (<i>Matricaria recutita</i>)	6
2.4 Teknik Napas Dalam	8
2.5 Media dan Tata Cara Pemakaian Aromaterapi Kamomil dengan <i>Diffuser</i>	9
2.6 Penelitian Terdahulu	11
BAB III METODE PENELITIAN	16
3.1 Desain Penelitian.....	16
3.2 Partisipan.....	16
3.3 Pengumpulan Data	16
3.4 Pedoman atau Instrumen Wawancara.....	17
3.5 Analisis Data	18
3.6 Isu Etik	18
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	20

4.1	Deskriptif Kasus.....	20
4.2	Hasil Studi Kasus	22
4.3	Pembahasan.....	24
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI		28
5.1	Simpulan	28
5.2	Implikasi.....	28
5.3	Rekomendasi	28
DAFTAR PUSTAKA		30
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....		34

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	11
Tabel 3.1 Hasil Kutipan Wawancara.....	22
Tabel 3.2 Skala Nyeri <i>Pre</i> dan <i>Post Test</i>	23

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Patofisiologi Nyeri <i>Sectio Caesarea</i>	6
Gambar 2.2 Mekanisme Aromaterapi Kamomil.....	8
Gambar 3.1 <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS).....	17

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Sebagai Responden.....	35
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>)	36
Lampiran 3. Lembar Pengukuran Skala Nyeri	37
Lampiran 4. Lembar Standar Operasional Prosedur (SOP).....	39
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian	43
Lampiran 6. Pengkajian <i>Postpartum</i>	44
Lampiran 7. Transkrip Hasil Wawancara	50
Lampiran 8. Lembar Bimbingan Pembimbing	52
Lampiran 9. Lembar Revisi Sidang.....	53
Lampiran 10. Riwayat Hidup	54

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, R. R., Koeryaman, M. T., & Amira, I. (2020). Gambaran Tingkat Cemas, Mobilisasi, dan Nyeri pada Ibu Post Operasi Sectio Sesarea di RSUD dr. Slamet Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan dan Farmasi*, 20(2), 223–234. <https://doi.org/https://doi.org/10.36465/jkbth.v20i2.613>
- Anggraini, F. D., Abidah, S. N., & Amani, F. Z. (2022). Cegah dan Atasi Morning Sickness dengan Essential Oil Diffuser Blend Aromatherapy pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja PMB Nanik Sidoarjo. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat 2021*, 1(1), 307–313. <https://doi.org/10.33086/snpm.v1i1.818>
- Cho, E. H., Lee, M.-Y., & Hur, M.-H. (2017). The Effects of Aromatherapy on Intensive Care Unit Patients' Stress and Sleep Quality: A Nonrandomised Controlled Trial. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2017(1), 1–10. <https://doi.org/10.1155/2017/2856592>
- Choirunni'mah, Z., Purnama, Y., Suriyati, Maryani, D., & Slamet, S. (2023). Pengaruh Slow Deep Breathing dengan Aromaterapi Minyak Atsiri Jeruk Kalamansi (Citrofortunella Microcarpa) terhadap Nyeri Post Sectio Caesarea di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Bengkulu. *Journal of Midwifery*, 11(2), 313–321.
- Collin, V., Maydinar, D. D., & Latifah, M. (2021). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea di Ruang Tribrata RS Bhayangkara Kota Bengkulu. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 1235–1242.
- Delyka, M., Carolina, M., & Evie. (2022). Pengaruh Teknik Slow Deep Breathing terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea di Ruang Cempaka RSUD dr. Doris Sylvanus Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 8(2), 31–36. <https://doi.org/10.33084/jsm.vxix.xxx>
- Habibabad, H. Z., Afrasiabifar, A., Mansourian, A., Mansourian, M., & Hosseini, N. (2023). Effect of Chamomile Aromatherapy with and without Oxygen on Pain of Women in Post Cesarean Section with Spinal Anesthesia: A Randomized Clinical Trial. *Heliyon*, 9(4). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e15323>

- Hosseini-pour, A., Heydari, M., Mohebbinejad, A., Mosavat, S. H., Parkhah, M., & Hashempur, M. H. (2024). Prophylactic Effect of Chamomile on Post-Dural Puncture Headache in Women Undergoing Elective Cesarean Section: A Randomized, Double Blind, Placebo-Controlled Clinical Trial. *Explore*, 20(3), 424–429. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2023.10.009>
- Idris, S. (2023). The Effect of Slow Deep Breathing Therapy on Reducing Post Section Patient Intensity Caesarea in General Hospital Mom Kartini Kisaran Year 2023. *Jurnal Eduhealth*, 14(2), 776–781. <https://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/health/article/view/2131>
- Joseph, A. E., Moman, R. N., Barman, R. A., Kleppel, D. J., Eberhart, N. D., Gerberi, D. J., Murad, M. H., & Hooten, W. M. (2022). Effects of Slow Deep Breathing on Acute Clinical Pain in Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Journal of Evidence-Based Integrative Medicine*, 27, 1–0. <https://doi.org/10.1177/2515690X221078006>
- Marfuah, D., Nurhayati, N., Mutiar, A., Sumiati, M., & Mardiani, R. (2019). Pain Intensity among Women with Post-Caesarean Section: A Descriptive Study. *KnE Life Sciences*. <https://doi.org/10.18502/kl.v4i13.5322>
- Mustafa, A. R., & Anisa. (2025). Effectiveness of Benson Relaxation Technique on Pain Intensity in Post Section Caesarea Patients at Selaras Hospital Tangerang in 2023. *Hearty*, 13(1), 653–660. <https://doi.org/https://doi.org/10.32832/hearty.v13i1.16002>
- Niazi, A., Moradi, M., Askari, V. R., & Sharifi, N. (2021). Effect of Complementary Medicine on Pain Relief and Wound Healing After Cesarean Section: A Systematic Review. *Journal of Pharmacopuncture*, 24(2), 41–53. <https://doi.org/10.3831/KPI.2021.24.2.41>
- Poli-Neto, O. B., Chamochumbi, C. C. M., Toscano, P., Julio, P. M., Marques, W., Rosa-e-Silva, J. C., Candido-dos-Reis, F. J., & Nogueira, A. A. (2018). Electromyographic Characterisation of Abdominal Wall Trigger Points Developed After Cesarean Section and Response to Local Anaesthesia: An Observational Study. *BJOG: An International Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 125(10), 1313–1318. <https://doi.org/10.1111/1471-0528.15204>
- Pragholapati, A., Tresnawati, H., & Dirgahayu, I. (2020). Effect of Progressive Muscle Relaxation Technique on Pain in Post Section Caesarea. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 8(2), 112–122. <https://doi.org/10.36858/jkds.v8i2.216>

- Puspitaningdyah, F., Pardamean, M., Sekali, K., Gusti, N., Eka, A., Sapta, W., & Zega, H. (2021). Effectiveness of Deep Breathing Relaxation and Music Therapy as a Pain-Reducing Intervention in Post-Caesarean Section Patients. *Tarumanagara International Conference on Medicine and Health*, 41. <https://doi.org/https://doi.org/10.2991/ahsr.k.211130.001>
- Puspitasari, A. I., & Tohiriah. (2025). Pengaruh Kombinasi Teknik Relaksasi Pernapasan dan Inhalasi Aromaterapi (Chamomile) terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Persalinan Kala 1. *Jurnal Ners*, 9(2), 2093–2097. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.42544>
- Ratri, H. N. M., Suryani, R. L., & Yudha, M. B. (2024). Implementasi Aromaterapi Chamomile untuk Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea dengan Anestesi Spinal di RSUD Dr. Soedirman Kebumen. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(9), 111–118. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13730076>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/laporan-hasil-survei/>
- Roslianti, E., Azmi, A., Permatasari, W., Hidayat, N., & Lismayanti, L. (2022). Case Study: Deep Breathing Relaxation Intervention to Reduce Pain in Post Sectio Caesarea Client. *Genius Journal*, 3(2), 166–173. <https://doi.org/10.56359/gj>
- Shamsi, M., Ganji, A., Mosayebi, G., Amirhoseiny, E. S., Shohani, S., & Ghazavi, A. (2023). Chamomile and Urtica Dioica Extracts Improve Immunological and Histological Alterations Associated with Polycystic Ovarian Syndrome in DHEA-Induced Mice. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12906-023-03936-7>
- Sindi, G. M., & Syahruramdhani. (2023). Penerapan Teknik Relaksasi Foot Massage untuk Mengurangi Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea di Bangsal Firdaus PKU Gamping. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 7(1), 93–102. <https://doi.org/10.57214/jusika.v7i1.283>
- Tabatabaeichehr, M., & Mortazavi, H. (2020). The Effectiveness of Aromatherapy in the Management of Labor Pain and Anxiety: A Systematic Review. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, 30(3), 449–458. <https://doi.org/10.4314/ejhs.v30i3.16>
- Wang, X., Liu, Y., Yan, Y., Mao, J., & Wang, Z. (2025). Effects of Aromatherapy on Discomfort in Mothers Undergoing Cesarean Section: A Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 58. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2024.101935>

- Weibel, S., Neubert, K., Jelting, Y., Meissner, W., Wöckel, A., Roewer, N., & Kranke, P. (2017). Incidence and Severity of Chronic Pain After Caesarean Section: A Systematic Review with Meta-Analysis. *Obstetric Anesthesia Digest*, 37(3), 117–118. <https://doi.org/10.1097/01.aoa.0000521208.35417.37>
- WHO. (2021, June 16). *Caesarean Section Rates Continue to Rise, Amid Arowing Inequalities in Access*. <https://www.who.int/news/item/16-06-2021-caesarean-section-rates-continue-to-rise-amid-growing-inequalities-in-access>
- Zuleikha, A. T., Sidharti, L., & Kurniawaty, E. (2022). Efek Samping Sectio Caesarea Metode ERACS (Literature Review). *Medula*, 11(1), 34. <https://doi.org/https://doi.org/10.53089/medula.v13i2.596>