



## **IMPLEMENTASI TERAPI MUSIK KLASIK, KOMPRES HANGAT, DAN AROMATERAPI LEMON KEPADA PASIEN POST SECTIO CAESARIA**

**Sulastri<sup>1)</sup>, Fatma Dwi Ariyani<sup>2)</sup>**

<sup>1, 2)</sup>Program Studi Keperawatan, FIK, Universitas Muhammadiyah Surakarta

E-mail: [sulastri@ums.ac.id](mailto:sulastri@ums.ac.id)

### **ABSTRAK**

Ibu dengan post section caesaria merasakan nyeri akibat sayatan jaringan saat operasi. Terapi tambahan yang diberikan untuk mengurangi nyeri adalah terapi musik klasik dan kompres hangat dengan aromaterapi lemon. Tujuan artikel ini adalah untuk mengeksplorasi penerapan terapi yang diidentifikasi. Metode yang digunakan adalah studi kasus atau laporan kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tindakan non farmakologi musik klasik dan kompres hangat dengan aromaterapi lemon berada pada tahap evaluasi setelah 48 jam intervensi, keluhan nyeri pasien menurun dari skala 4 menjadi 2 dengan tanda vital stabil, dan pasien tampak santai. Terapi musik klasik dan kompres hangat dengan aromaterapi lemon dapat digunakan untuk meningkatkan relaksasi otot guna mengurangi nyeri dan menurunkan kecemasan. Terapi ini direkomendasikan sebagai intervensi tambahan untuk mengurangi nyeri pada ibu post section caesaria.

Kata Kunci: Musik Klasik; Kompres Hangat; Aromaterapi Lemon; Menyakitkan; Operasi Caesar

### ***IMPLEMENTATION OF CLASSIC MUSIC THERAPY, WARM COMPRESS, AND LEMON AROMATHERAPY IN POST SECTIO CAESARIA PATIENTS***

#### **ABSTRACT**

*Mothers with post sectio caesaria feel pain due to tissue incisions during surgery. Additional therapy given to reduce pain is classical musik therapy and warm compresses with lemon aromatherapy. The purpose of article is to explore the application of the identified therapy. The method used is a case study or case report. The results showed that the non-pharmacological measures of classical musik and warm compresses with lemon aromatherapy were in the evaluation stage after 48 hours of intervention, the patient's pain complaints decreased from a scale of 4 to 2 with stable vital signs, and the patient seemed relaxed. Classical musik therapy and warm compresses with lemon aromatherapy can be used to increase muscle relaxation to reduce pain and reduce anxiety. This therapy is recommended as an additional intervention to reduce pain in post sectio caesaria mothers.*

*Keywords: Classical Musik; Warm Compresses; Lemon Aromatherapy; Painful; Cesarean Section.*

## PENDAHULUAN

Ibu dengan post  *Sectio Caesaria* pasti merasakan nyeri setelah pengaruh obat bius hilang. Hal itu terjadi karena pada operasi *sectio caesaria* terjadi sayatan jaringan ketika operasi. Saat kontinuitas jaringan terganggu, maka dapat menimbulkan nyeri yang bisa membuat pasien merasa kesakitan (Megawahyuni et al., 2018).

Dampak yang terjadi ketika rasa nyeri tidak segera diatasi yaitu terganggunya gerakan fisik, terhambatnya pelekatan, keterbatasan aktifitas hidup sehari-hari, keterlambatan *Inisiasi Menyusui Dini* (IMD), kurangnya gizi pada bayi karena nyeri yang dirasakan ibu akibat SC, kualitas tidur buruk, stress, cemas, dan ketakutan akan operasi lebih lanjut (Utami, 2016).

Terapi komplementer yang dapat diterapkan untuk membantu meredakan nyeri adalah terapi musik klasik, *guided imagery*, distraksi, kompres hangat, *efflurage massage*, relaksasi nafas dalam, dan aromaterapi. Musik adalah salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat berperan sebagai stimulus untuk menimbulkan respon fisiologis dan psikologis yang optimal dari pendengarnya (Rahmawati, 2017). Selain dapat mempengaruhi suasana hati, musik juga memiliki kekuatan yang menarik. Ritme, nada dan bunyi yang dihasilkan dapat membantu menjernihkan pikiran, menambah kreativitas dan sebagai penyembuhan. Musik yang diterapkan sebagai terapi dapat memulihkan, meningkatkan, dan memelihara kesehatan mental, fisik,

emosional, spiritual dan social seseorang. Hal ini bisa terjadi karena sifat music yaitu *universal*, santai, menyenangkan dan terstruktur (Lestari et al., 2023).

Intervensi tambahan yang digunakan untuk pasien dengan nyeri adalah aromaterapi. Aromaterapi bisa digunakan untuk mengatasi gangguan pernapasan, emosi, dan rasa sakit. Hal ini terjadi karena aromaterapi bisa merelaksasi otak dan mengurangi stress (Haniyah & Setyawati, 2018).

Minyak atsiri lemon mengandung minyak aromatic yang mampu meredakan rasa nyeri. Minyak atsiri lemon mengandung *limeone* 66-80, *geranyl acetate*, *neutral*, *terpine* 6-14%, *α pinene* 1-4% dan *mcyne* (Suwanti et al., 2018). *Limeone* berguna untuk menghambat sistem kerja prostaglandin karena sifatnya yang antioksidan sehingga senyawa kimia jeruk ini ketika terjadi kerusakan sel, senyawa ini akan mengikat enzim endoperoxida. Enzim endoperoxida merupakan salah satu enzim yang bertanggung jawab untuk terbentuknya prostaglandin, yang bila menempel akan menghambat terbentuknya mediator nyeri sehingga dapat meredakan nyeri (Namazi et al., 2014).

## METODE

Artikel ini ditulis menggunakan metode studi kasus deskriptif dengan pendekatan melalui proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, perencanaan, implementasi dan evaluasi.

Fokus praktik asuhan keperawatan yaitu pasien dengan nyeri pasca operasi caesar dengan intervensi pemberian terapi musik klasik dan kompres air hangat dengan aromaterapi lemon. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, data primer dan sekunder. Artikel ini menggunakan instrument dengan format asuhan keperawatan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Analisa data pada artikel ini yaitu hasil penerapan data pasien berupa laporan harian yang dibandingkan dengan temuan dan teori dari penelitian sebelumnya. Pemantauan pasien dilakukan selama pasien dirawat di rumah sakit.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pasien Ny. L G3P2A0 dengan usia kehamilan 40 minggu dengan keluhan merasakan kenceng-kenceng terus menerus datang ke IGD PONEK pada tanggal 29-11-2022 pukul 10.00, lalu pindah ke bangsal obsgyn ruang VK pukul 11.18 rencana induksi namun gagal, dilakukan operasi SC pada tanggal 30-11-2022 pukul 08.30 dan kembali ke bangsal obsgyn ruang nifas pukul 10.00. Pasien mengatakan nyeri pada luka operasi, nyeri muncul saat digerakkan, skala 4 dari 10, nyeri seperti tertusuk-tusuk dan nyeri hilang timbul. Pasien mengatakan pusing dan tidak nyaman setelah melahirkan karena belum bisa bergerak dengan bebas. Pasien tampak gelisah dan meringis menahan nyeri. Saat dilakukan pemeriksaan fisik, terdapat luka post SC pada perut bagian bawah dengan luka insisi bilateral sepanjang 12cm. Pada saat pengkajian REEDA didapatkan Redness: 0.5 cm disekitar

sayatan, Edema: 1cm disekitar luka, Ecchymosis: 0.25 cm pada sisi kanan sayatan, Discharge: sedikit darah, Approximation: kulit dan lemak subkutan tampak sedikit terpisah, skor REEDA= 2. KU= sedang, Kes= CM, TD= 128/100 mmHg, N=90x/mnt, RR=20x/mnt, S=36.3°C, SPO2= 98%. PPV dalam batas normal. Tangan kiri terpasang IV Line Inf. RL 20 tpm. Hasil pemeriksaan laboratorium didapatkan hasil leukosit 11,5 (4.4-11.3), Hemoglobin 11.2 (12.3-15.3) dimana HB mengalami penurunan dan leukosit mengalami peningkatan.

Pasien mengatakan tidak memiliki riwayat penyakit apapun sebelumnya, tidak memiliki alergi obat dan makanan. Pasien mengatakan ketika hamil sering merasakan pusing. Pasien juga mengatakan tidak ada penyakit genetic atau menular dalam keluarganya. Sebelumnya, pasien mengatakan sudah melakukan imunisasi TT secara lengkap. Pasien mengatakan pada saat sebelum menikah siklus menstruasi sekitar 28 hari dan tidak ada tanda-tanda gangguan reproduksi lainnya. Pasien mengatakan mempunyai 3 orang anak termasuk kehamilan terakhir dengan riwayat persalinan anak pertama lahir pada tahun 2000 lahir di klinik dengan usia kehamilan 37 minggu berjenis kelamin perempuan lahir secara spontan dengan bantuan bidan, anak kedua lahir pada tahun 2006 lahir di RSUD dengan usia kehamilan 36<sup>+4</sup> minggu berjenis kelamin perempuan lahir secara spontan dengan bantuan bidan dan untuk anak terakhir lahir pada tahun 2022 lahir di RS PKU dengan usia kehamilan 40 minggu berjenis kelamin perempuan, lahir secara

operasi sectio caesaria dengan bantuan dokter spesialis obsgyn.

Dari data tersebut dapat didapatkan diagnosa keperawatan yang berpacu pada Standart Diagnosa Keperawatan Indonesia berupa Nyeri akut (D.0077) dengan analisis data subjektif dan objektif sebagai berikut: Subjektif: Pasien mengatakan nyeri pada luka operasi, nyeri muncul saat digerakkan, skala 4 dari 10, nyeri seperti tertusuk-tusuk dan nyeri hilang timbul. Pasien mengatakan pusing dan tidak nyaman setelah melahirkan karena belum bisa bergerak dengan bebas. Obyektif: Pasien tampak gelisah dan meringis menahan nyeri. Terdapat luka post SC pada perut bagian bawah dengan luka insisi bilateral sepanjang 12cm. REEDA didapatkan Redness: 0.5 cm disekitar sayatan, Edema: 1cm disekitar luka, Ecchymosis: 0.25 cm pada sisi kanan sayatan, Discharge: sedikit darah, Approximation: kulit dan lemak subkutan tampak sedikit terpisah, skor REEDA= 2. KU= sedang, Kes= CM, TD= 128/100 mmHg, N=90x/mnt, RR=20x/mnt, S=36.3°C, SPO2= 98%. PPV dalam batas normal. Tangan kiri terpasang IV Line Inf. RL 20 tpm. Hasil pemeriksaan laboratorium didapatkan hasil Leukosit 11,5 (4.4-11.3), Hemoglobin 11.2 (12.3-15.3) dimana HB mengalami penurunan dan leukosit mengalami peningkatan.

Selanjutnya dirumuskan tujuan atau outcome yang dapat diukur dan diamati secara spesifik menggunakan Standart Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) yang diharapkan setelah 3x24 jam dilakukan intervensi keperawatan, pasien akan menunjukkan keluhan tingkat nyeri yang

menurun (L.08066) dengan kriteria sebagai berikut: keluhan rasa nyeri berkurang, pasien rileks/tidak meringis menahan nyeri, dan sikap protektif terhadap nyeri berkurang. Outcome yang telah ditetapkan tidak akan tercapai tanpa adanya intervensi yang dilakukan. Tahap selanjutnya adalah menentukan intervensi keperawatan dalam panduan SIKI (Standart Intervensi Keperawatan Indonesia) yaitu manajemen nyeri (I.08238), yang meliputi; observasi dan identifikasi lokasi, nyeri skala, dan faktor-faktor yang mengurangi dan memperburuk nyeri; memberikan teknik nonfarmakologis untuk penghilang rasa nyeri (terapi musik klasik dan kompres air hangat dengan aromaterapi lemon); menyarankan untuk memantau sendiri rasa nyeri; berkolaborasi untuk memberi analgesik dan menganjurkan melakukan teknik relaksasi yang diajarkan secara berkala.

Implementasi keperawatan dilakukan setelah adanya intervensi yang direncanakan. Implementasi yang diberikan adalah dengan terapi musik klasik dan kompres air hangat dengan aromaterapi lemon yang dilakukan sebanyak 2 kali sehari dengan durasi pemberian terapi musik 30 menit dan kompres air hangan dengan aromaterapi lemon selama 15 menit. Evaluasi formatif telah dilakukan setelah diberikan intervensi tersebut, dan evaluasi sumatif dilakukan pada setiap akhir shift. Pada akhir shift pasien mengatakan nyeri sudah berkurang menjadi skala 2 tetapi masih takut bergerak dan bersikap protektif. Setelah 48 jam intervensi keperawatan dilakukan menunjukkan penurunan tingkat nyeri dengan pasien mengatakan nyeri sudah berkurang

dengan skala nyeri 2, pasien tampak lebih rileks dan tanda-tanda vital pasien stabil dengan TD: 125/86 mmHg, nadi 80x/menit, suhu 36.5°C.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pasien Ny.L dengan post operasi caesar mulai merasakan nyeri setelah obat bius yang diberikan hilang. Pada kondisi ini pasien mulai merasa nyeri yang tajam dan dalam sehingga dapat memengaruhi sebagian indra, menyebabkan gagal fokus, komunikasi yang buruk, mengeram, atau menyeringai. Dalam penelitian ini pasien diobservasi selama 2 hari setelah operasi caesar. Menurut peneliti, tahap penyembuhan luka juga dapat mempengaruhi tingkat nyeri. Rasa sakit yang ditimbulkan pada observasi ke-2 tidak akan separah pada luka awal. Hal ini dikarenakan tahap inflamasi berlangsung selama 2-5 hari, sehingga pada hari ke 2 tahap inflamasi sudah mulai terlewati dimana nyeri juga akan berkurang disbanding sebelumnya (Sudjarwo & Solikhah, 2023).

Intervensi tambahan yang diberikan setiap harinya adalah terapi musik klasik. Hasil wawancara dengan pasien Ny. L didapatkan setelah mendengarkan musik klasik selama 30 menit dalam satu waktu mampu menenangkan pasien sehingga pasien rileks dan rasa nyeripun berkurang. Hal itu terjadi karena musik klasik bisa meningkatkan hormon endorphin, yaitu zat mirip morfin yang disuplai oleh tubuh dan dapat meredakan nyeri. Hal ini terjadi karena impuls dari nyeri dapat diatur atau dihambat oleh mekanisme pertahanan didalam sistem saraf pusat dan salah satu cara mematikan mekanisme tersebut

dengan merangsang sekresi endorphin (Sandra et al., 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sukowati et.,al (2023) yang menyatakan bahwa dalam praktiknya, musik membantu pasien untuk lebih rileks sebelum dan selama perawatan. Musik dapat membantu menenangkan bayi dan anak-anak. Musik juga dapat mengurangi persepsi dan pengalaman nyeri, serta meningkatkan toleransi nyeri seseorang. Musik dapat mengurangi tingkat kecemasan sehingga timbul perasaan tenang dan rileks yang dapat mengurangi intensitas nyeri. Hal ini terjadi karena musik dapat mempengaruhi sistem *librik* yang merupakan pusat pengatur emosi. Dari *librik* berlanjut ke hipotalamus di bagian salah satu ujung hipotalamus yang berbatasan dengan *nuclei* adalah *amigdala*. *Amigdala* yaitu area bawah sadar yang menerima sinyal dari korteks dan dikirimkan ke hipotalamus oleh *librik*.

Terapi lain yang digunakan selain terapi musik klasik yaitu komprs air hangat dengan aromaterapi. Dalam praktiknya terapi tersebut dilakukan selama 15 menit dalam satu waktu dan hasil wawancara dengan Ny. L menyatakan bahwa kompres air hangat dengan aromaterapi lemon dapat menenangkannya karena pasien juga suka dengan bau lemon sehingga dapat mendistraksi pasien dari rasa nyeri yang ia alami. Hal itu terjadi karena aromaterapi mempunyai segudang manfaat yang salah satunya ialah sebagai Pereda nyeri atau analgesik. Analgesik yang terkandung dalam aromaterapi bekerja karena adanya efek anti-inflamasi, peredaran darah, detoksifikasi

dan anestesi (Ayu Tirtawati et al., 2020). Para peneliti di *The Ohio State University* menyatakan bahwa aromaterapi minyak lemon atau citrus dapat meningkatkan suasana hati, menenangkan pikiran dan meningkatkan fokus atau konsentrasi. Lemon juga mengandung *linalool* dan *linalyl acetate* yang berperan dalam fungsi otak. Kandungan zat ini akan merangsang sistem saraf simpatik dan *nucleus Raphe* untuk mengeluarkan zat serotonin sehingga dapat membantu meningkatkan konsentrasi, kewaspadaan dan ketelitian (Widyarto B, Hasianna ST, 2015).

Penelitian yang dilakukan Darni dan Khaliza (2020) menyatakan bahwa efek pemberian aromaterapi lemon selama 3 hari memberikan pengaruh yang signifikan dalam menurunkan rasa nyeri. Zat yang terkandung dalam minyak esensial lemon menurunkan tekanan darah, menurunkan denyut nadi, mengurangi intensitas nyeri dan mengubah ekspresi wajah pada kedua kasus tersebut. Keberhasilan pemberian aromaterapi lemon pada kedua kasus ini tak terlepas dari dukungan dan dimotivasi keluarga yang sangat berpengaruh terhadap nyeri yang dialami, sehingga rasa nyeri dapat dikontrol atau teratasi.

Terapi musik klasik yang dilakukan selama 30 menit dan disambung dengan terapi kompres hangat dengan aromaterapi lemon selama 15 menit dengan pemberian sehari dua kali selama 2 hari berturut-turut mampu menenangkan mendistraksi pasien sehingga dapat mengurangi nyeri pada ibu dengan post operasi caesar.

## **PENUTUP**

Simpulan dari Penelitian ini adalah pemberian terapi musik klasik dan kompres hangat dengan aromaterapi lemon pada Ny. L dengan keluhan nyeri pada luka operasi, nyeri muncul saat digerakkan, skala 4 dari 10, nyeri seperti tertusuk-tusuk dan nyeri hilang timbul. Dari data pengkajian yang ditemukan ditegaskan diagnosa keperawatan aktual dengan prioritas nyeri akut berhubungan dengan agen cedera fisik dengan kode (D.0077). Outcome yang ingin dicapai adalah menurunkan tingkat nyeri pasien dengan menggunakan intervensi keperawatan manajemen nyeri berupa Tindakan nonfarmakologi yaitu terapi musik klasik dan kompres hangat dengan aromaterapi lemon. Dalam tahap evaluasi setelah dilakukan intervensi selama 48 jam keluhan nyeri pasien menurun dari skala 4 menjadi 2 dengan tanda vital yang stabil, dan pasien tampak rileks. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik dan kompres hangat dengan aromaterapi lemon dapat mengurangi nyeri pada ibu post partum dengan *Sectio Caesarea*. Terapi ini direkomendasikan sebagai intervensi tambahan untuk mengurangi rasa nyeri pada ibu post sectio caesaria.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ayu Tirtawati, G., Purwandari, A., Hidayah Yusuf, N., & Kebidanan Poltekkes Kemenkes Manado, J. (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>
- Darni, Z., & Khaliza, R. T. N. (2020). Penggunaan Aromaterapi Lemon Untuk

- Mengurangi Nyeri Pada Pasien Post Operasi: Sebuah Studi Kasus. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan*, 4(2), 138–148. <https://doi.org/10.36971/KEPERAWATAN.V4I2.71>
- Haniyah, S., & Setyawati, M. B. (2018). The Effectiveness of Lavender Aromatherapy Technique on Pain Reduction of Post Caesarean Section Patients in Ajibarang Hospital. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 13(3), 119–124. <https://doi.org/10.20884/1.JKS.2018.13.3.831>
- Lestari, D., Handiyani, H., Nuraini, T., & Gayatri, D. (2023). Pengaruh Terapi Musik dan Terapi Murotal pada Pasien Ansietas di Ruang Perawatan Intensif: Case Report. *Journal of Health and Cardiovascular Nursing*, 3(mild), 28–41. <https://doi.org/10.36082/jhcn.v3i1.1015>
- Megawahyuni, A., Ulfah Azhar, M., Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar, M., & Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar, D. (2018). Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam dengan Teknik Meniup Balon terhadap Perubahan Skala Nyeri Pasca Operasi Seksio Sesaria di RSIA Bahagia Makassar. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 51–60. <https://doi.org/10.24252/KESEHATAN.V11I1.5028>
- Namazli, M., Amir, S., Akbari, A., Mojab, F., Talebi, A., Majid, H. A., & Jannesari, S. (2014). Effects of Citrus Aurantium (Bitter Orange) on the Severity of First-Stage Labor Pain. *Iranian Journal of Pharmaceutical Research : IJPR 2014* 13:3, 13(3), 1011–1018. <https://doi.org/10.22037/IJPR.2014.1553>
- Rahmawati, A. (2017). The Effect of Murottal Therapy on the Consciousness of Patients with Decrease of Consciousness: Case Report. In *Proceedings University of Muhammadiyah Yogyakarta Undergraduate Conference*, 1–3.
- Sandra, R., Aisyah Nur, S., Morika, H. D., Sardi, W. M., Syedza, S., & Padang, S. (2020). Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Nyeri Pasien Post OP Fraktur di Bangsal Bedah RS Dr Reksodiwiryo Padang. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika*, 11(2), 175–183. <https://doi.org/10.30633/JKMS.V11I2.778>
- Sudjarwo, E., & Solikhah, K. (2023). Pengaruh Penerapan Terapi Akupresur terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea ( SC ) Acupressure Therapy to Pain Levels in Post-C-section ( SC ) Patients Poltekkes Kemenkes Malang ( Co Author : eddi@poltekkes-malang.ac.id ). *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan Dr. Soetomo*, 9(1), 1–9. [www.jurnal.tikes-yrsds.ac.id](http://www.jurnal.tikes-yrsds.ac.id)
- Sukowati Anis, Bram Mustiko Utomo, Barirah, Fistakul, S. W. (2023). Pengaruh Pemberian Terapi Musik terhadap Tingkat Nyeri pada Ibu Post Sectio Caesaria (SC). *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 4, 172–176.
- Suwanti, S., Wahyuningsih, M., & Liliana, A. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon (Cytrus) Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Di Universitas Respati Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(1), 345–349. <https://doi.org/10.35842/JKRY.V5I1.131>
- Utami, S. (2016). Efektivitas Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri Post Partum Sectio Caesarea. *Unnes Journal of Public Health*, 5(4), 316. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/ujph.v5i4.12422>
- Widyarto B, Hasianna ST, E. D. (2015). Pengaruh Aromaterapi Lemon (Citrus Limon) Terhadap Waktu Reaksi Sederhana Pria Dewasa. *Bagian Fisiologi Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Maranatha*.