

**PENERAPAN *EVIDENCE BASED PRACTICE* (EBP)
AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP NYERI DAN
KECEMASAN PADA IBU POST *SECTIO CAESAREA* (SC)
DI RSPAD GATOT SOEBROTO**

Mutia Maulida

Abstrak

Ibu post *sectio caesarea* mengalami perubahan fisiologis dan psikologis yang signifikan. Nyeri dan cemas merupakan keluhan yang umum terjadi pada ibu post operasi *caesar*. Apabila kondisi tersebut tidak ditangani dengan baik, dapat memperlambat proses pemulihan. Salah satu terapi non-farmakologis yang terbukti menurunkan nyeri dan kecemasan, serta dapat diaplikasikan pada ibu post *sectio caesarea* adalah aromaterapi lavender. Karya ilmiah ini bertujuan untuk menganalisis penerapan EBP aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri dan kecemasan ibu post *sectio caesarea*. Metode yang digunakan berupa studi kasus terhadap 2 ibu post *sectio caesarea* dengan melakukan intervensi pemberian aromaterapi lavender 30 menit selama 3 hari. Sebelum dan setelah intervensi dilakukan pengukuran tingkat nyeri dengan *Visual Analog Scale* (VAS) dan kecemasan dengan *State-Trait Anxiety Inventory* (STAI-Y1). Hasil intervensi menunjukkan penurunan tingkat nyeri dan kecemasan pada kedua ibu. Pada pasien kelolaan, skor nyeri menurun dari 6 menjadi 5 dan skor kecemasan dari 44 (cemas sedang) menjadi 37 (cemas ringan). Pada pasien resume, skor nyeri menurun dari 7 menjadi 6 dan skor kecemasan dari 48 (cemas berat) menjadi 39 (cemas sedang). Dengan adanya temuan ini, diharapkan penerapan aromaterapi lavender dapat menjadi intervensi alternatif dalam menurunkan tingkat nyeri dan kecemasan ibu post *sectio caesarea*.

Kata Kunci: Aromaterapi, Nyeri, Cemas, Post *Sectio Caesarea*

***APPLICATION OF EVIDENCE BASED PRACTICE (EBP)
LAVENDER AROMATHERAPY FOR PAIN AND ANXIETY IN
POST-CESAREAN MOTHERS AT GATOT SOEBROTO ARMY
CENTRAL HOSPITAL***

Mutia Maulida

Abstract

Post-cesarean mothers experience significant physiological and psychological changes. Pain and anxiety are common complaints among this population, and if not properly managed, these conditions may slow the recovery process. One non-pharmacological therapy that has been shown to reduce pain and anxiety, and can be applied to post-cesarean mothers, is lavender aromatherapy. This scientific paper aims to analyze the evidence-based practice (EBP) application of lavender aromatherapy on pain and anxiety levels in post-cesarean section mothers. The method used was a case study involving two post-cesarean mothers who received a 30-minute lavender aromatherapy intervention for 3 days. Pain levels were measured using the Visual Analog Scale (VAS) and anxiety levels using the State-Trait Anxiety Inventory (STAI-Y1), before and after the intervention. The results showed a decrease in both pain and anxiety levels in both participants. In the managed patient, pain scores decreased from 6 to 5, and anxiety scores from 44 (moderate) to 37 (mild). In the second patient, pain score decreased from 7 to 6, and anxiety scores from 48 (severe) to 39 (moderate). These findings suggest that lavender aromatherapy may serve as an alternative non-pharmacological intervention to reduce pain and anxiety in post-cesarean mothers.

Keywords: Aromatherapy, Pain, Anxiety, Post-cesarean Section