

UPAYA PENINGKATAN POLA TIDUR DENGAN AROMA THERAPI LAVENDER PADA PASIEN POST OPERASI LAPAROTOMI

EFFECT OF INCREASING SLEEP PATTERNS WITH AROMA THROUGH
LAVENDER IN POST LAPAROTOMIC OPERATION PATIENTS

Tutik Ariyani¹, Yuli Widyastuti², Ika Kusuma Wardani³

ITS PKU Muhammadiyah Surakarta
Jl. Tulang Bawang Selatan No.26 Tegalsari RT 02 RW 32
Kadipiro, Surakarta
email: tutikariyani546@gmail.com

ABSTRAK

LatarBelakang :Laparotomi merupakan salah satu prosedur pembedahan mayor dengan cara melakukan penyayatan pada lapisan dinding abdomen untuk mendapatkan organ dalam abdomen yang mengalami masalah misalnya kanker, perdarahan, obstruksi, dan perforasi. Data WHO menunjukkan bahwa selama lebih dari satu abad, perawatan bedah telah menjadi komponen penting dari perawatan kesehatan di seluruh dunia. Diperkirakan setiap tahun ada 230 juta tindakan bedah dilakukan diseluruh dunia.

Tujuan :Menyusun resume asuhan keperawatan medikal bedah dalam upaya peningkatan pola tidur dengan menggunakan aroma terapi lavender

Metode penelitian :Kajian Asuhan Keperawatan ini dilakukan dengan menggunakan metode observasi, wawancara, pengukuran dan dokumentasi. Instrumen : Lembar observasi peningkatan pola tidur, media aromaterapi lavender secara elektrik.

Hasil :perasaan nyaman 5, tidur sesuai pola kebiasaan 5, kebutuhan istirahat tidur 5 , hasil sebelum diberikan aroma terapi skore 3 menjadi 5.

Kesimpulan: Pemberian aroma terapi lavender dapat meningkatkan pola tidur pada pasien post operasi laparotomi

Kata kunci : Ketidakefektifan bersihan jalan nafas, tuberculosis, aromaterapi peppermint, pemberian inhalasi

ABSTRACT

Background: Laparotomy is one of the major surgical procedures by applying the lining of the abdominal wall to obtain organs in the abdomen that experience problems such as cancer, bleeding, obstruction, and perforation. WHO data shows that for more than a century, surgical care has become an important component of health care throughout the world. It is estimated that there are 230 million surgeries carried out annually throughout the world.

Objective: Compile a medical surgical nursing care resume in improving sleep patterns using lavender aroma therapy

Research Methods: This nursing care study is carried out by the method of observation, interview, measurement and documentation. Instrument: observation sheet for increasing sleep patterns, lavender aroma therapy media

Results: Feeling comfortable, sleeping according to habitual patterns, need to sleep rest, results before being given aromatherapy score 3 to 5

Conclusion: The aroma of lavender therap can improve sleep patterns in postoperative laparotomy patients.

Keywords: Aroma Lavender therapy, Disorders of sleep patterns, laparotomy surgery

-
1. Student Nursing Program D III Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Pku Muhammadiyah Surakarta
 2. Lecturer program of D III Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Pku Muhammadiyah Surakarta
 3. Lecturer program of D III Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Pku Muhammadiyah Surakarta

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Data WHO menunjukkan bahwa selama lebih dari satu abad, perawatan bedah telah menjadi komponen penting dari perawatan kesehatan di seluruh dunia. Diperkirakan setiap tahun ada 230 juta tindakan bedah dilakukan diseluruh dunia (Hasri, 2012). Data tabulasi Departemen Kesehatan Republik Indonesia menjabarkan bahwa tindakan bedah menempati urutan ke-11 dari 50 pola penyakit di Indonesia dengan presentase 12,8% dan diperkirakan 32% diantaranya merupakan bedah Laparotomi (Kemenkes RI, 2013)

Laparotomi merupakan salah satu prosedur pembedahan mayor dengan cara melakukan penyayatan pada lapisan dinding abdomen untuk mendapatkan organ dalam abdomen yang mengalami masalah, misalnya kanker, perdarahan, obstruksi, dan perforasi (Sjamsuhidajat, 2010). Laparotomi merupakan salah satu tindakan bedah abdomen yang beresiko 4,46 terjadinya komplikasi infeksi pasca operasi dibanding tindakan bedah lainnya (Haryanti, 2013).

Pada pasien yang telah menjalani tindakan pembedahan membutuhkan istirahat dan tidur yang lebih banyak dalam proses penyembuhan penyakitnya dibandingkan orang yang sehat. Setiap penyakit yang menyebabkan nyeri, ketidaknyamanan fisik dapat menyebabkan gangguan pola tidur (perry, 2010). Orang yang sakit membutuhkan istirahat dan tidur lebih banyak karena orang yang sakit membutuhkan energi untuk pemulihan, namun dengan pembedahan yang dialami membuat sulit dalam memenuhi istirahat dan memenuhi kebutuhan tidur (potter, 2010).

Gangguan kebutuhan tidur merupakan suatu keadaan seseorang yang mengalami sulit untuk tidur atau tidur dan sering terbangun (Andria, 2014). Ketika nyeri mempengaruhi pola tidur, hal inilah yang menjadi alasan penulis untuk melakukan asuhan keperawatan dengan diagnosa keperawatan gangguan pola tidur berhubungan dengan nyeri (Nanda, 2000)

Aromatherapi adalah salah satu cara pengobatan penyakit dengan menggunakan bau- bauan yang umumnya berasal dari tumbuh- tumbuhan serta berbau harum, gurih dan enak yang disebut dengan minyak asiri. Aroma therapy minyak lavender diperoleh dengan cara distilasi bunga. Aroma therapy lavender mengandung Linalool asetat yang mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat- urat saraf dan otot – otot yang tegang. Menghirup lavender meningkatkan frekuensi gelombang alfa dan keadaan ini diasosiasikan dengan bersantai (relaksasi) sehingga bisa mengobati insomnia (Andria, 2014).

Tanaman lavender merupakan semak yang digemari didaerah mediterania. Istilah lavender berasal dari kata *lavandus*, yang berarti membersihkan. Minyak lavender merupakan salah satu minyak yang paling aman sekaligus mempunyai daya aseptik yang kuat, antivirus, dan anti jamur. Karena banyak sekali khasiatnya, minyak lavender merupakan salah satu minyak yang terpopuler dalam aroma therapy (Jaelani, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Faridah, (2014) di ruang boegenvile RSUD Dr. Soegiri Lamongan menunjukkan bahwa aroma therapy lavender dapat digunakan sebagai penanganan gangguan kebutuhan tidur pada pasien *post* operasi laparotomi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilaksanakan, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus tentang upaya peningkatan pola tidur dengan aroma therapy lavender pada pasien *post* operasi laparotomi di RS Muhammadiyah Selogiri.

METODE STUDY KASUS

Pendekatan studi kasus ini adalah pendekatan studi kasus (*case study*). Studi kasus dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal.

Studi kasus ini dilakukan pada bulan Mei 2019 di RS MUHAMMADIYAH SELOGIRI. Peneliti mendapatkan data-data klien menggunakan metode observasi, wawancara, pengukuran, dan dokumentasi. Instrumen dari studi kasus menggunakan format asuhan keperawatan, lembar observasi, buku panduan asuhan keperawatan NANDA, NOC, NIC, alat tulis, lembar monitor (Progress Note), aroma terapi lavender elektrik.

Studi kasus dilakukan di bangsal muna RS Muhammadiyah Selogiri. Pasien 1 dengan nama Ny. E. Pengkajian dilakukan pada tanggal 03 Mei 2019 pukul 18.00 WIB. Data yang diperoleh dalam pengkajian pada pasien didapatkan melalui wawancara dengan pasien dan keluarga. Ny. E berusia 35 tahun, agama Islam, jenis kelamin perempuan, dan beralamat di Semin, Purworejo, Wonogiri. Masuk rumah sakit pada tanggal 02 Mei 2019 pukul 08.00 WIB, dengan keluhan nyeri diperut kurang lebih 2 minggu. Pemeriksaan TTV, TD: 140/90 mmHg, nadi 80x/menit, RR: 20x/menit, suhu 36,7°C. Tidak memiliki riwayat penyakit menurut seperti diabetes mellitus, atau penyakit menular lainnya. Berdasarkan keluhan maka dokter menyarankan untuk operasi laparotomi. Operasi dilakukan tgl 03 Mei pukul 14.30 selesai pukul 17.00. Saat dikaji pasien mengeluh nyeri diluka post operasi dan sulit tidur. Data obyektif: Pasien tampak pucat, mata sayup, lesu dan tampak menahan nyeri.

Pasien II dengan nama Ny. I. Masuk rumah sakit pada tanggal 01 Mei 2019 pukul 14.00 dengan diagnosa masuk trauma abdomen. Pemeriksaan TTV, TD: 130/99 mmHg, nadi 90x/menit, RR: 24x/menit, suhu 36°C. Tidak memiliki riwayat penyakit seperti hipertensi, diabetes mellitus, atau penyakit menular lainnya. Pengkajian dilakukan tanggal 02 Mei 2019 pada pukul 15.00 WIB. Data yang diperoleh dalam pengkajian pada pasien didapatkan melalui wawancara langsung dengan pasien dan keluarga. Ny. I berusia 31 tahun agama Islam jenis kelamin perempuan, ibu rumah tangga, dan beralamat di Karang Asem Sukoharjo

mengeluh sulit tidur, tidur tidak nyaman dan mengeluh nyeri *post* operasi. Data obyektif: pasien tambah lesu, pucat, mata sedikit cekung, memerah dan tampak menahan nyeri. Berdasarkan pengkajian yang dilakukan terhadap Ny. E dan Ny. I didapatkan diagnosa gangguan pola tidur berhubungan dengan nyeri.

Tujuan tindakan keperawatan yang telah ditetapkan berdasarkan *Nursing Outcome Classification* (NOC) adalah kontrol nyeri dan kepuasan klien: lingkungan fisik. Indikator tindakan dari kontrol nyeri antara lain mengenali kapan nyeri terjadi, menggambarkan faktor penyebab, menggunakan tindakan pencegahan, mengenali apa yang terkait dengan gejala nyeri, melaporkan nyeri yang terkontrol. Sedangkan untuk indikator dari kepuasan klien : lingkungan fisik antara lain perasaan nyaman, tidur sesuai dengan pola kebiasaan, kebutuhan istirahat tidur. Tindakan keperawatan yang telah ditetapkan berdasarkan *Nursing Intervention Classification* (NIC) adalah Peningkatan tidur dan manajemen nyeri. Aktivitas intervensi dari peningkatan tidur meliputi tentukan pola tidur pasien, diskusikan dengan pasien dan keluarga mengenai teknik untuk meningkatkan tidur yaitu dengan menggunakan aroma terapi, berikan informasi mengenai aroma terapi untuk peningkatan tidur, ajarkan pasien bagaimana melakukan relaksasi otot atau bentuk non farmakologi seperti pemberian aroma terapi untuk memancing tidur, perkirakan tidur/siklus bangun didalam perawatan perencanaan. Dan aktivitas intervensi dari manajemen nyeri antara lain lakukan pengkajian nyeri, gali pengetahuan dan kepercayaan pasien mengenai nyeri, tentukan akibat dari pengalaman nyeri terhadap kualitas hidup (misalnya tidur, nafsu makan), kenali faktor lingkungan yang dapat memengaruhi respon pasien terhadap ketidaknyamanan (misalnya suhu ruangan, pencahayaan, suara bising)

Tindakan keperawatan yang dilakukan kepada Ny. E adalah mengkaji keluhan pasien dan memberikan tindakan keperawatan. Diberikan tindakan keperawatan pada Ny. E tanggal 03 mei 2019 pukul 19.00 WIB dan tanggal 04 mei 2019 pukul 20.00 WIB yaitu dengan menggunakan aroma terapi lavender secara elektrik dan dilakukan selama kurang lebih 30 menit. Respon subyektif pasien mengatakan

menjadi lebih rileks, bisa tertidur, nyeri sedikit berkurang setelah diberikan aroma terapi lavender . Respon obyektif pasien tampak lebih tenang, tampak fress, frekuensi nadi, frekuensi pernapasan, dan tekanan darah dalam batas normal.

Tindakan keperawatan yang ke II dilakukan kepada Ny. I adalah mengkaji keluhan pasien dan memberikan tindakan keperawatan. Diberikan tindakan keperawatan pada Ny. I tanggal 02 mei 2019 pukul 19.00 WIB dan tanggal 03 mei 2019 pukul 20.00 WIB yaitu dengan menggunakan aroma terapi lavender secara elektrik dan di lakukan selama kurang lebih 30 menit.Respon subyektif pasien mengatakan menjadi lebih rileks, bisa tertidur, gangguan pola tidur berkurang, nyeri sedikit berkurang setelah diberikan aroma terapi lavender . Respon obyektif pasien tampak lebih tenang, tampak fress, mata pasien tampak tidak cekung dan memerah, frekuensi nadi, frekuensi pernapasan, dan tekanan darah dalam batas normal.

Ny. E dengan indikator dari kontrol nyeri meliputi:mengenali kapan nyeri terjadi skor awal 2 skor akhir 4,menggambarkan faktor penyebab skor awal 3 skor akhir 5,menggunakan tindakan pencegahan skor awal 3 skor akhir 5, melaporkan nyeri yang terkontrol skor awal 3 skor akhir 5. Dan indikator dari kepuasan klien ;lingkungan fisik antara lainperasaan nyaman skor awal 3 skor akhir 5,tidur sesuai dengan pola kebiasaan skor awal 3 skor akhir 5,kebutuhan istirahat tidur skor awal 3 skor akhir 5. Secara subyektif dari pasien mengatakan lebih rileks, bisa tertidur, gangguan pola tidur berkurang, dan nyeri yang disampaikan secara lisan berkurang. Secara obyektif pasien tampak lebih tenang, wajah lebih rileks,tampak fress, frekuensi nadi, respirasi, dan tekanan darah dalam batas normal. Analisa tindakan didapatkan masalah gangguan pola tidur dan nyeri teratasi sebagian. Perencanaan dari masalah keperawatan ini intervensi telah dilanjutkan untuk berkolaborasi dengan dokter untuk pemberian anti analgesik.

Ny. I dengan indikatormengenali kapan nyeri terjadi skor awal 3 skor akhir 4,menggambarkan faktor penyebab skor awal 2 skor akhir 5, menggunakan tindakan pencegahan skor awal 3 skor akhir 5, melaporkan nyeri yang terkontrol

skor awal 2 skor akhir 5. Dan indikator dari kepuasan klien ;lingkungan fisik antara lain perasaan nyaman skor awal 2 skor akhir5, tidur sesuai dengan pola kebiasaan skor awal 3 skor akhir 5, kebutuhan istirahat tidur skor awal 3 skor akhir 5. Secara subyektif dari pasien mengatakan lebih rileks, mengatakan gangguan pola tidur berkurang, dan nyeri yang disampaikan secara lisan berkurang. Secara obyektif pasien tampak lebih tenang, wajah lebih rileks, tampak fress, mata tampak tidak cekung dan memerah, frekuensi nadi, respirasi, dan tekanan darah dalam batas normal, Analisa tindakan didapatkan masalah gangguan pola tidur dan nyeri teratasi sebagian, perencanaan dari masalah keperawatan ini intervensi telah dilanjutkan untuk berkolaborasi dengan dokter untuk pemberian anti analgesik.

Pembahasan

Berdasarkan pengkajian yang telah dilakukan pada pasien Ny. E, dan Ny. I didapatkan data subjektif pasien mengatakan sulit untuk tidur karena nyeri *post* operasi. Data objektif dari pasien didapatkan pasien tampak menahan nyeri, pasien terlihat kurang tidur, mata pasien cekung. Berdasarkan data tersebut, diagnosa keperawatan yang ditegakkan berdasarkan *NANDA Internasional* adalah gangguan pola tidur berhubungan dengan nyeri. Tujuan tindakan keperawatan yang telah ditetapkan berdasarkan *Nursing Outcome Classification* (NOC) adalah kontrol nyeri dan kepuasan klien: lingkungan fisik. mengenali kapan nyeri terjadi skor awal 2 skor akhir 4, menggambarkan faktor penyebab skor awal 3 skor akhir 5, menggunakan tindakan pencegahan skor awal 3 skor akhir 5, melaporkan nyeri yang terkontrol skor awal 3 skor akhir 5, Dan indikator dari kepuasan klien ;lingkungan fisik antara lainperasaan nyaman skor awal 3 skor akhir 5, tidur sesuai dengan pola kebiasaan skor awal 3 skor akhir 5,kebutuhan istirahat tidur skor awal 3 skor akhir 5.

Sedangkan tindakan keperawatan yang telah ditetapkan berdasarkan *Nursing Intervention Classification* (NIC) adalah Peningkatan tidur dan manajemen nyeri. Aktivitas intervensi dari peningkatan tidur meliputi tentukan pola tidur pasien, diskusikan dengan pasien dan keluarga mengenai tehnik untuk meningkatkan

tidur yaitu dengan menggunakan aroma therapy, berikan informasi mengenai aroma therapy untuk peningkatan tidur, ajarkan pasien bagaimana melakukan relaksasi otot atau bentuk non farmakologi seperti pemberian aroma therapy untuk memancing tidur, perkirakan tidur/siklus bangun didalam perawatan perencanaan. Dan aktivitas intervensi dari manajemen nyeri antara lain lakukan pengkajian nyeri, gali pengetahuan dan kepercayaan pasien mengenai nyeri, tentukan akibat dari pengalaman nyeri terhadap kualitas hidup (misalnya tidur, nafsu makan), kenali faktor lingkungan yang dapat memengaruhi respon pasien terhadap ketidaknyamanan (misalnya suhu ruangan, pencahayaan, suara bising). Implementasi dari Ny. E dan Ny. I yaitu sama – sama melakukan pengkajian nyeri pada kedua pasien dengan p; luka post operasi, q; tertusuk-tusuk, r; abdomen tengah, s; 5, t; terus menerus dan selanjutnya melakukan tindakan pemberian aroma therapy lavender secara elektrik untuk meningkatkan pola tidur pasien Ny. E dan Ny. I

Menurut Wilkinson(2010)gangguan pola tidur dapat di definisikan sebagai gangguan jumlah dan kualitas tidur (penghentian kesadaran alami, periodik) yang dibatasi waktu dalam jumlah dan kualitas. Setiap orang membutuhkan istirahat tidur agar dapat mempertahankan status kesehatan pada tingkat yang optimal. Selain itu proses tidak dapat memperbaiki berbagai sel-sel dalam tubuh. Diagnosa tersebut ditegakkan berdasarkan batasan karakteristik yang muncul pada pasien diantaranya perubahan pola tidur tidak normal, keluhan verbal merasa kurang istirahat, kurang puas tidur, penurunan kemampuan fungsi tidur.

Aroma therapy lavender mengandung Linalool asetat yang mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat- urat saraf dan otot – otot yang tegang. Menghirup lavender meningkatkan frekuensi gelombang alfa dan keadaan ini diasosiasikan dengan bersantai (relaksasi) sehingga bisa mengobati insomnia (Andria, 2014).

Menurut Widayani (2016) secara fisiologis, Aroma therapy yang digunakan melalui inhalasi atau dihirup akan masuk kedalam sistem limbik atau struktur

bagian dalam dari otak, sistem ini sebagai pusat nyeri, senang, marah, takut, depresi dan berbagai emosi lainnya.

Menurut National sleep foundation (2009) salah satu yang mempengaruhi sistem tidur adalah adenosin. Ketika terjaga, kadar adenosin dalam darah terus meningkat sehingga mengakibatkan rasa ingin tidur juga bertambah. Sebaliknya saat tertidur kadar adenosin menurun.

Evaluasi hasil didapatkan hasil dari Ny. E dan Ny. I sama-sama mengatakan Respon subyektif pasien setelah diberikan aroma terapi lavender dalam bentuk elektrik yaitu pasien mengatakan menjadi lebih rileks, nyeri sedikit berkurang dan bisa tertidur dengan nyaman. Respon obyektif pasien tampak lebih tenang, frekuensi nadi, frekuensi pernapasan, dan tekanan darah dalam batas normal, dan pasien tampak tenang dan tertidur, wajah lebih rileks, frekuensi nadi, respirasi, dan tekanan darah dalam batas normal, dan pasien tidur, tampak tidak menahan nyeri. Evaluasi selanjutnya berkolaborasi dengan dokter untuk pemberian anti analgesik.

Menurut penelitian Faridah (2014) telah membuktikan adanya perbedaan yang menunjukkan bahwa aroma terapi lavender dapat digunakan sebagai penanganan gangguan pola tidur pada pasien *post* operasi laparotomi di ruang bougenville RSUD Dr. Soegiri Lamongan.

A. Simpulan

Berdasarkan hasil studi kasus dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil beberapa simpulan antara lain:

1. Penulis menyusun resume keperawatan yaitu asuhan keperawatan medikal bedah upaya peningkatan pola tidur dengan aroma terapi lavender pada pasien *post* operasi laparotomi dengan melakukan pengkajian, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Dari hasil pengkajian didapatkan data pasien mengalami gangguan pola tidur yang diakibatkan dari nyeri *post* operasi. Dan didapatkan masalah keperawatan yaitu gangguan pola tidur berhubungan dengan nyeri. Intervensinya yaitu setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 2x 24 jam diharapkan pasien dapat meningkatkan pola tidur dan mengontrol nyeri dan Implementasi

yang dilakukan untuk meningkatkan pola tidur adalah pemberian aroma terapi lavender secara elektrik. Evaluasi yang didapatkan terjadi peningkatan pola tidur, nyeri sedikit berkurang dan ttv masih dalam batas normal setelah diberikan aroma terapi lavender *post* operasi laparotomy.

2. Aroma terapi lavender dapat meningkatkan pola tidur dan menurunkan tingkat nyerisehingga pola tidur bisa meningkat dan nyeri dapat berkurang

DAFTAR PUSTAKA

- Andria. 2014. *Aroma Terapi Cara Sehat dengan Wewangian Alami*. Jakarta: Penerba Swadaya
- Asmadi. 2009. *Tekhnik Prosedural Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan klien*. Jakarta: Salemba Medika
- Dermawan, D , Rahayuningsih, T. 2010. *Keperawatan Medikal Bedah Sistem Pencernaan*
- Herdman, T Heather. 2015 NANDA Internasional Inc. Nursing Diagnosis : definitions dan classification. Jakarta : EGC
- Hidayat, A. Aziz Alimul. 2010. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia: Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*, Jakarta : Salemba Medika
- Jaelani. 2009. *Aroma Terapi* (ED. 1) Jakarta: Pustaka Populer Obor
- Kemenkes RI. 2013. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta : Kementrian Kesehatan
- Notoatmodjo.2011. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: RinekaCipta
- Padila. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta:Nuha Medika
- Potter, Perry. 2010. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. Edisi 4, Vol.2. Jakarta : EGC
- Sjamsuhidajat. 2005. *Buku Ajar Ilmu Medikal Bedah* (ED. 2) Jakarta: EGC

