



KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON
DAN RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP
PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN
POST OPERASI HERNIA INGUINALIS**

**Oleh:
AYU SRI HANDAYANI
NIM. P2.06.20.1.22.005**

PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025





KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan dalam Rangka Memenuhi Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan pada
Program Studi Keperawatan
Tasikmalaya

IMPLEMENTASI PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON DAN RELAKSASI NAFAS DALAM TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PADA PASIEN POST OPERASI HERNIA INGUINALIS

Oleh:
AYU SRI HANDAYANI
NIM. P2.06.20.1.22.005

PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas nikmat dan karunia-nya. Sholawat beserta salam semoga selalu tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul “Implementasi Pemberian Aromaterapi Lemon dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Hernia Inguinalis”.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mengalami kesulitan, namun berkat dukungan, bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak akhirnya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Pada kesempatan ini penulis akan mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Ridwan Kustiawan, M.Kep., Sp. Kep. Jiwa selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Sofia Februanti, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Ida Rosdiana, M.Kep., Ners. Sp. Kep. MB selaku Pembimbing I yang telah memberikan dukungan, arahan dan memberi masukan dalam penyusunan proposal karya tulis ilmiah sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ibu Ns. Novi Indriani, M.Tr.Kep selaku Pembimbing II yang telah banyak memberi dukungan dan masukan sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

6. Seluruh Staf Dosen Program Studi DIII Keperawatan Tasikmalaya yang telah memberi dukungan selama penulis mengikuti pendidikan.
7. Kepada keluarga penulis, terutama kedua orang tua penulis yang telah berjasa dalam hidup penulis. Terimakasih atas kepercayaan yang telah diberikan kepada penulis untuk melanjutkan pendidikan kuliah, serta cinta, do'a, motivasi dan semangat yang tiada hentinya diberikan kepada penulis.
8. Seluruh teman-teman angkatan 30 jurusan Keperawatan khususnya kelas 3A yang selalu saling menguatkan dan memberi dukungan
9. Sahabat saya Doni, Opi, Yuli yang terus mendukung, memberikan masukan, waktu luang dan menjadi pendengar yang baik untuk penulis.
10. Kepada pemilik NIM 223312005 terimakasih sudah menemani penulis dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, yang selalu sabar dan memberikan semangat.
11. Terakhir untuk diri saya sendiri Ayu Sri Handayani, karena telah mampu berusaha keras berjuang sampai sejauh ini melewati semua masalah dan berusaha kuat sampai akhirnya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Proposal Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan. Hal ini tidak luput dari kekurangan dalam kemampuan, pengalaman, dan literature yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan dimasa yang akan datang.

Penulis



ABSTRAK

Implementasi Pemberian Aromaterapi Lemon dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Post Operasi Hernia Inguinalis

Ayu Sri Handayani ¹

Ida Rosdiana, M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB ²

Ns. Novi Indriani, M.Tr.Kep ³

Hernia inguinalis merupakan penonjolan peritoneum yang berisi organ dalam perut yang menonjol ke bawah kulit melalui kanalis inguinalis. Aktivitas yang berat dan tekanan intra abdominal dapat meningkatkan tekanan terus menerus pada otot perut yang menyebabkan organ menonjol melalui dinding organ yang lemah. Penyakit hernia di Indonesia berjumlah 18.135 jiwa dan menduduki peringkat ke 8 pada tahun 2018. Di Jawa Barat penderita hernia sebanyak 4.567 penderita. Hernia inguinalis sering ditemukan pada laki-laki sekitar 79,2% dan pada wanita sekitar 20,8%. Penatalaksanaan hernia terbagi menjadi dua yaitu konservatif dan pembedahan. Pembedahan yang dapat dilakukan pada kasus hernia yaitu pembedahan terbuka dan laparoskopi. Adapun dampak dari pembedahan yaitu nyeri. Nyeri yang sering dialami oleh pasien post operasi lama kelamaan akan berpengaruh pada kualitas hidupnya. Sehingga diperlukan penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi untuk mengurangi intensitas nyeri salah satu teknik non farmakologi sebagai teknik pendamping yaitu dengan pemberian aromaterapi lemon dan relaksasi nafas dalam. Tujuan karya tulis ilmiah ini adalah untuk mengetahui gambaran implementasi pemberian aromaterapi lemon dan relaksasi nafas dalam terhadap penurunan skala nyeri pada pasien post operasi hernia inguinalis. Desain yang diterapkan pada karya tulis ilmiah ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Implementasi dilakukan pada 2 responden dan dilaksanakan di RSUD KHZ Musthafa selama 3 hari berturut-turut. Studi kasus ini menunjukkan adanya penurunan skala nyeri setelah diberikan implementasi. Pada responden 1 dengan skala nyeri awal 6 menjadi 2. Pada responden 2 dengan skala nyeri awal 7 menjadi 4. Pemberian aromaterapi lemon dan relaksasi nafas dalam diharapkan dapat menjadi terapi pendukung untuk menurunkan skala nyeri pada pasien post operasi hernia inguinalis.

Kata kunci : Hernia inguinalis, nyeri, aromaterapi, relaksasi

Kementrian Kesehatan Indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya ^{1,2,3}

ABSTRACT

Implementation of Lemon Aromatherapy and Deep Breathing Relaxation on Pain Scale Reduction in Postoperative Inguinal Hernia Patients

Ayu Sri Handayani ¹

Ida Rosdiana, M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB ²

Ns. Novi Indriani, M.Tr.Kep ³

Inguinal hernia is a protrusion of the peritoneum containing abdominal organs that bulges under the skin through the inguinal canal. Heavy activities and intra-abdominal pressure can increase continuous pressure on the abdominal muscles, causing organs to protrude through the weak organ wall. Hernia disease in Indonesia amounts to 18,135 cases and ranked 8th in 2018. In West Java, there are 4,567 hernia patients. Inguinal hernia is often found in men at around 79.2% and in women at around 20.8%. The management of hernia is divided into two: conservative and surgical. The surgeries that can be performed in cases of hernia are open surgery and laparoscopy. The impact of the surgery is pain. Pain that is often experienced by post-operative patients will gradually affect their quality of life. Therefore, pharmacological and non-pharmacological management is needed to reduce pain intensity, one of the non-pharmacological techniques as an adjunctive technique is the administration of lemon aromatherapy and deep breathing relaxation. The objective of this scientific paper is to understand the implementation of lemon aromatherapy and deep breathing relaxation in reducing pain scale in post-operative inguinal hernia patients. The design applied in this scientific paper uses a qualitative method with a case study approach. The implementation was carried out on 2 respondents and conducted at RSUD KHZ Musthafa for 3 consecutive days. This case study shows a reduction in pain scale after implementation. In respondent 1, the initial pain scale of 6 decreased to 2. In respondent 2, the initial pain scale of 7 decreased to 4. The administration of lemon aromatherapy and deep breathing relaxation is expected to serve as a supportive therapy to reduce the pain scale in patients post inguinal hernia surgery.

Keywords : *Inguinal hernia, pain, aromatherapy, relaxation*

Kementrian Kesehatan Indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya ^{1,2,3}

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	i
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktik	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Konsep Biomedis Hernia	7
1. Definisi	7
2. Etiologi	8
3. Manifestasi Klinis	8

4. Patofisiologi.....	9
5. Klasifikasi	12
6. Komplikasi.....	13
7. Penatalaksanaan	13
B. Konsep Nyeri	14
1. Definisi Nyeri.....	14
2. Etiologi.....	15
3. Klasifikasi Nyeri	16
4. Fisiologi Nyeri.....	18
5. Pengukuran Nyeri	20
6. Penatalaksanaan Nyeri	23
C. Konsep Asuhan Keperawatan	25
1. Pengkajian.....	25
2. Diagnosa Keperawatan.....	29
3. Perencanaan	30
4. Implementasi	36
5. Evaluasi	36
D. Konsep Aromaterapi Lemon	37
1. Definisi.....	37
2. Manfaat Aromaterapi Lemon	37
3. Cara Pemberian Aromaterapi Lemon.....	38
4. Aromaterapi Lemon Untuk Menurunkan Skala Nyeri.....	39
5. Standar Operasional Prosedur Pemberian Aromaterapi	40
E. Konsep Relaksasi Nafas Dalam	41
1. Definisi	41

2. Tujuan.....	41
3. Manfaat Relaksasi Nafas Dalam.....	42
4. Relaksasi Nafas Dalam Untuk Menurunkan Skala Nyeri	42
5. Standar Operasional Prosedur Relaksasi Nafas Dalam	43
F. Kombinasi Aromaterapi Lemon dan Relaksasi Nafas Dalam.....	44
G. Kerangka Teori.....	47
H. Kerangka Konsep	48
BAB III METODE KTI.....	49
A. Desain KTI.....	49
B. Subyek KTI	49
C. Definisi Operasional/batasan istilah.....	50
D. Lokasi dan Waktu	51
E. Prosedur Penyusunan KTI.....	51
F. Teknik Pengumpulan Data.....	52
G. Instrumen Pengumpulan Data	52
H. Keabsahan Data.....	53
I. Analisis Data	53
J. Etika KTI.....	54
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	56
A. Laporan Studi Kasus	56
1. Gambaran lokasi studi kasus	56
2. Gambaran Karakteristik Responden.....	56
3. Gambaran Tahapan Proses Pelaksanaan Asuhan Keperawatan	57
4. Hasil pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon dan relaksasi nafas dalam.....	60
5. Analisis kesenjangan skala nyeri kedua responden sebelum dan sesudah	

diberikan aromaterapi lemon dan relaksasi nafas dalam	61
B. Pembahasan.....	62
1. Karakteristik Responden.....	62
2. Gambaran Resume Asuhan Keperawatan Responden	64
3. Gambaran pelaksanaan pemberian aromaterapi lemon dan relaksasi nafas dalam	65
4. Gambaran perubahan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lemon dan relaksasi nafas dalam	68
5. Kesenjangan skala nyeri pada kedua responden sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lemon dan relaksasi nafas dalam	69
C. Keterbatasan.....	71
D. Implikasi Untuk Keperawatan.....	71
1. Teoritis.....	71
2. Praktis.....	71
BAB V PENUTUP.....	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran.....	74
1. Bagi institusi.....	74
2. Bagi Rumah Sakit	74
DAFTAR PUSTAKA	75

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tabel intervensi.....	31
Tabel 4. 1 Gambaran karakteristik 2 responden.....	56
Tabel 4. 2 Riwayat Penyakit	57
Tabel 4. 3 Nilai skala nyeri pada responden 1	60
Tabel 4. 4 Nilai skala nyeri pada responden 2	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Numeric Rating Scale (NRS)	21
Gambar 2. 2 Visual Analogue Scale (VAS)	22
Gambar 2. 3 Verbal Descriptor (VD).....	23
Gambar 2. 4 Wong Baker Pain Rating Scale	23

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Pathway Hernia.....	11
Bagan 2. 2 Kerangka Teori	47
Bagan 2. 3 Kerangka Konsep.....	48

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Nilai skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lemon dan relaksasi nafas dalam pada kedua responden.....	61
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Penjelasan Sebelum Pelaksanaan	80
Lampiran 2	Informed Consent	81
Lampiran 3	Format Asuhan Keperawatan	83
Lampiran 4	Format Lembar Observasi	85
Lampiran 5	SOP Aromaterapi Lemon dan Relaksasi Nafas Dalam	87
Lampiran 6	Numeric Rating Scale (NRS)	88
Lampiran 7	Dokumentasi.....	89
Lampiran 8	Turnitin	90
Lampiran 9	Lembar Bimbingan Konsultasi.....	91
Lampiran 10	Daftar Riwayat Hidup.....	96