

**PENERAPAN *MASSAGE* AROMATERAPI (LAVENDER) TERHADAP
TINGKAT NYERI PADA PENDERITA DM TIPE II DI RUANG ICU
RS INDRIATI SOLO BARU**

Nurul Chotimah¹⁾, Diyanah Syolihan Rinjani Putri²⁾

- 1) Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
- 2) Dosen Program Studi Profesi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
nurulchotimah585@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Diabetes melitus (DM) penyakit gangguan metabolik yang ditandai oleh kenaikan glukosa. Risiko utama yang biasa ditemukan pada penderita DM diantaranya hipoglikemia. Hipoglikemia ditandai dengan menurunnya kadar glukosa darah (Sukmadani *et al.*, 2019). Mengurangi rasa nyeri merupakan hal yang penting untuk memperbaiki kualitas hidup pada penderita nyeri DM. *Massage* aromaterapi intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif dapat digunakan untuk mengelola nyeri (Ariska *et al.*, 2020)

Skenario kasus: Pengumpulan data yang diperoleh tanggal 02 Agustus - 04 Agustus 2023 dengan metode penelitian studi kasus pada 1 subyek dengan pengukuran tingkat nyeri *pre post* diberikan *massage* aromaterapi lavender, subyek dalam karya ilmiah ini adalah penderita DM tipe II yang sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria eklusi.

Strategi penelusuran bukti: Pengkajian di dapatkan data responden mengeluh nyeri kaki kanan, sulit tidur tampak lemas, meringis kesakitan, dan gelisah. Intervensi yang dilakukan manajemen nyeri nonfarmakologis dengan terapi *massage* aromaterapi lavender.

Pembahasan: Setelah dilakukan pemberian implementasi dengan *massage* aromaterapi lavender pada penderita DM tipe II dan dilakukan selama 2 kali sehari dalam 3 hari. Setelah diberikan *massage* aromaterapi lavender selama 3 hari pasien mengatakan nyeri menurun dari skala 4 menjadi skala 1.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil studi kasus menunjukkan adanya perubahan skala nyeri yang sebelum skala nyeri 4 dan sesudah dilakukannya implementasi menjadi skala 1. Terjadinya perubahan yang signifikan pada penurunan tingkat nyeri yang dialami penderita DM tipe II.

Kata Kunci : DM tipe II, tingkat nyeri, *massage* aromaterapi lavender.
Daftar Pustaka :20 (2014-2021)

**APPLICATION OF AROMATHERAPY MASSAGE (LAVENDER) TO PAIN
LEVELS IN TYPE II DM PATIENTS IN THE
ICU INDRIATI SOLO BARU HOSPITAL**

Nurul Chotimah¹⁾, Diyanah Syolihan Rinjani Putri²⁾

- 1) Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Program Profesi Fakultas
Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
- 2) Dosen Program Studi Profesi Ners Program Profesi Fakultas
Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
nurulchotimah585@gmail.com

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus (DM) is a metabolic disorder characterized by an increase in glucose. The main risks commonly found in DM sufferers include hypoglycemia. Hypoglycemia is characterized by a decrease in blood glucose levels (Sukmadani et al., 2019). Reducing pain is important to improve the quality of life for DM pain sufferers. Aromatherapy massage is an effective non-pharmacological nursing intervention that can be used to manage (Ariska et al., 2020)

Case scenario: Data collection was obtained on 02 August - 04 August 2023 using a case study research method in 1 subject by measuring pre post pain levels given lavender aromatherapy massage, the subjects in this scientific work were type II DM sufferers who fit the inclusion criteria and criteria exclusion.

Evidence search strategy: The study obtained data from respondents who complained of right leg pain, difficulty sleeping, appeared weak, grimaced in pain, and were restless. Interventions carried out non-pharmacological pain management with lavender aromatherapy massage therapy.

Discussion: After implementing lavender aromatherapy massage for type II DM sufferers and doing it 2 times a day for 3 days. After being given lavender aromatherapy massage for 3 days the patient said the pain decreased from a scale of 4 to a scale of 1.

Conclusion: Based on the results of the case study, it shows that there was a change in the pain scale from before the pain scale was 4 and after implementation to scale 1. There was a significant change in reducing the level of pain experienced by type II DM sufferers.

Keywords : DM type II, pain level, lavender aromatherapy massage

Bibliography :20 (2014-2021)

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) ditandai dengan tingginya kadar gula darah akibat gangguan metabolisme karbohidrat, lipid, dan protein akibat kurangnya insulin. Diabetes melitus (DM) adalah penyakit gangguan metabolik yang ditandai oleh kenaikan kadar gula darah akibat penurunan sekresi insulin oleh sel beta pankreas dan atau gangguan fungsi insulin (resistensi insulin) (WHO, 2020).

Menurut WHO Global Report, pada tahun 2014 prevalensi kejadian DM seluruh dunia mengalami kenaikan hampir dua kali lipat dibandingkan tahun 1980, yaitu dari 4,7 % menjadi 8,5 %. Estimasi prevalensi jumlah penderita DM pada tahun 2015 mencapai 415 juta jiwa. Angka ini diprediksi akan meningkat menjadi 642 juta jiwa pada tahun 2040, dengan kenaikan sebanyak 55% (IDFDAR, 2016).

Risiko utama yang biasa ditemukan pada setiap penderita yang didiagnosis penyakit DM diantaranya hipoglikemia. Hipoglikemia merupakan suatu keadaan penurunan konsentrasi glukosa serum dengan atau tanpa adanya gejala sistem autonom dan neuroglukopenia. Hipoglikemia ditandai dengan menurunnya kadar glukosa darah (Sukmadani, 2019)

Berdasarkan International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2015, prevalensi tertinggi kejadian penyakit DM di dunia adalah regional mediteranian (Jawa Tengah) sebanyak 13,7 % diikuti oleh regional Asia Tenggara sebanyak 8,6%. Indonesia berada pada peringkat ke-7 dunia dengan prevalensi DM sebanyak 10 juta jiwa.

Mengurangi rasa nyeri merupakan hal yang penting untuk memperbaiki kualitas hidup penderita dengan nyeri DM. Meskipun target yang ideal adalah penderita benar – benar 100% bebas dari nyeri, pada kenyataannya banyak penderita yang hanya berkurang sekitar 30 – 50% saja rasa nyerinya. Oleh sebab itu pengukuran terhadap rasa nyeri yang dialami oleh penderita memiliki peranan, karena berapa banyak penurunan dari rasa

nyeri yang dialami penderita akan berkontribusi terhadap kemampuan penderita untuk kembali bekerja atau bersosialisasi dan pada akhirnya akan memperbaiki kualitas hidup serta mood penderita (Devi, 2021).

Massage aromaterapi adalah intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif dapat digunakan untuk mengelola nyeri neuropatik dan meningkatkan kualitas hidup pada pasien dengan nyeri neuropati. Minyak esensial seperti rosemary, geranium, lavender, kayu putih, dan chamomile (Ariska et al., 2020).

Aromaterapi adalah salah satu teknik pengobatan atau perawatan menggunakan bau-bauan yang menggunakan minyak esensial aromaterapi. Salah satu aroma yang paling digemari adalah lavender. Kandungan utama dari bunga lavender adalah linalyl asetat dan linalool. Linalool adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) pada lavender. Menurut hasil dari beberapa jurnal penelitian, didapatkan kesimpulan bahwa minyak esensial dari bunga lavender dapat memberikan manfaat relaksasi (carminative), sedatif, mengurangi tingkat nyeri, dan mampu memperbaiki mood seseorang (Donatello et al., 2020).

Menurut Wahyuni (2014) Intervensi massage dengan aromaterapi lavender diberikan dalam 10 menit 3 x dalam seminggu. Standar operasional prosedur (SOP) pelaksanaan massage pada ekstremitas dengan aromaterapi lavender.

RANCANGAN STUDI KASUS

Studi yang diambil dalam karya ilmiah akhir ini termasuk jenis penelitian deskriptif kualitatif dengan menggunakan metode studi kasus (case study). Subyek dalam studi kasus ini dengan kriteria inklusi yaitu pasien penderita DM Tipe II, Pasien mengeluh nyeri, pasien penderita DM yang bersedia menjadi responden dengan menandatangani format persetujuan menjadi responden. Adapun kriteria eksklusinya yaitu pasien penderita

DM tipe II yang mengalami penurunan kesadaran, pasien yang menderita ulkus DM, dan gangren.

Fokus studi kasus pada karya ilmiah akhir ini adalah penerapan *massage* aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pada penderita DM tipe II. Instrumen yang digunakan dalam studi kasus karya ilmiah akhir ini yaitu berupa SOP *massage* aromaterapi lavender dan skala nyeri *numerical rating scale*. Gerakan-gerakan *massage* antara lain membuat gerakan melingkar, gerakan memijat daerah tendon kaki, gerakan meremas, gerakan melingkar pada telapak kaki, dan gerakan menyapu. Studi kasus karya ilmiah akhir ini dilakukan di Ruang HCU di RS Indriati pada tanggal 02 Agustus – 04 Agustus 2023. Pengumpulan data dalam studi kasus karya ilmiah akhir ini didapatkan melalui wawancara, observasi dan studi dokumentasi.

HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

Studi kasus ini dengan pasien yang menderita DM tipe II yang mengalami nyeri pada kaki kanan saat menjalani perawatan di ruang HCU yang sebagai subyek studi kasus dengan kriteria yang sudah ditentukan. Subyek bernama Ny S berusia 68 tahun.

Diagnosis keperawatan yang diangkat dalam studi kasus ini yaitu Nyeri akut berhubungan dengan agen pencendera fisiologis (D.0077). Data hasil pengkajian yang mendukung penegakan diagnosis keperawatan tersebut yaitu pasien mengatakan nyeri kaki kanan saat beraktivitas (P : saat beraktivitas, Q : nyeri tertusuk-tusuk, R : kaki sebelah kanan, S : skala 4, T : sewaktu-waktu), pasien mengatakan sulit tidur, tampak meringis kesakitan, dan gelisah, N : 77 x/m, SPO2 : 97%.

Intervensi keperawatan yang dilakukan pada masalah keperawatan tersebut yaitu pemberian *massage* aromaterapi lavender. *Massage*

aromaterapi lavender yaitu pemberian suatu relaksasi tubuh melalui pemijatan pada kaki dengan aromaterapi lavender yang berfungsi untuk mengurangi gesekan dan memudahkan saat dilakukan *massage*. Tujuan Bertujuan untuk melancarkan peredaran darah, mengurangi intensitas nyeri, menurunkan kecemasan, sehingga glukosa dalam darah menjadi meningkat (Wahyuni, 2019).

Tabel 2.7 Hasil observasi tindakan

Tindakan	Pre test	Post test
Hari I		
09.00	Skala 4	Skala 4
15.30	Skala 4	Skala 3
Hari II		
10.10	Skala 3	Skala 3
16.00	Skala 3	Skala 2
Hari III		
09.10	Skala 2	Skala 2
16.30	Skala 2	Skala 1

Berdasarkan hasil observasi sebelum diberikan intervensi, peneliti melakukan pengukuran dengan menggunakan Skala Nyeri *Numerical Rating Scale* didapatkan hasil pasien mengatakan nyeri dengan skala nyeri 4. Kemudian setelah dilakukan implementasi selama 2 kali sehari dalam 3 hari. Setelah diberikan *massage* aromaterapi lavender selama 3 hari pasien mengatakan nyeri berkurang dari skala 4 menjadi skala 1.

Berdasarkan hasil observasi tindakan keperawatan menunjukkan adanya perubahan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukannya implementasi *massage* aromaterapi (lavender) terhadap tingkat nyeri pada penderita DM tipe II. Terjadinya perubahan yang signifikan pada penurunan tingkat nyeri yang dialami penderita DM tipe II. Hasil penilaian setelah diberikan *massage* aromaterapi memperlihatkan perbedaan yang signifikan sehingga *massage* aromaterapi (lavender) dapat mempengaruhi intensitas nyeri pada penderita DM.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh (Rafii et al., 2019) studi laboratorium terbuka acak ini bertujuan untuk

membandingkan khasiat pijat aromaterapi dengan minyak esensial chamomile atau lavender nyeri neuropatik dan kualitas pasien diabetes hidup. Hasil studi membuktikan efektivitas kedua pijatan dengan lavender dan pijat dengan minyak chamomile mengurangi rata-rata skor nyeri pada 2 dan 4 minggu tindak lanjut, sementara tidak ada perbaikan dilaporkan dalam kelompok kontrol, demikian penelitian hipotesis diterima. Efek ini dapat dijelaskan oleh efek sinergis dari kedua aromaterapi dan pijat. Pijat meningkatkan parasimpatis aktivitas sambil menurunkan kadar kortisol. Juga mengurangi iritasi saraf sambil meningkatkan dopamin dan kadar serotonin, menghasilkan relaksasi.

Selain itu, intervensi massage sudah banyak dimodifikasi oleh peneliti lain seperti teknik massage effleurage merupakan memijat dengan cara mengusap secara lembut, mengikuti lekuk tubuh, dan dilakukan mulai dari distal ke proksimal dan sejajar dengan sumbu panjang jaringan juga dapat meningkatkan sensasi proteksi kaki sehingga mampu untuk mencegah nyeri neuropati dan komplikasi kaki diabetes (Eppang, 2020).

Massage dengan aromaterapi lavender telah terbukti mampu menurunkan intensitas nyeri neuropati diabetes. Hasil penelitian memaparkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri pada kelompok kontrol saat pre test dengan intensitas nyeri kelompok kontrol saat post test. Kelompok kontrol tidak diberi intervensi massage aromaterapi (lavender) sehingga tidak terlihat pengaruhnya terhadap perubahan intensitas nyeri pada penderita. Intervensi massage aromaterapi (lavender) untuk membantu menghilangkan atau menurunkan intensitas nyeri pada kelompok kontrol belum diperkenalkan kepada responden sehingga intensitas nyeri pre test dan post test tidak memperlihatkan perbedaan yang bermakna. Hal ini memperlihatkan bahwa intervensi massage aromaterapi (lavender) sangat penting diaplikasikan untuk

membantu dalam mengatasi nyeri pada penderita neuropati diabetes (Pebrianti et al., 2020).

Penelitian serupa oleh Saputro (2020) melalui pemberian terapi massage kaki 2 kali selama seminggu terjadi peningkatan nilai sensasi proteksi kaki. Terapi massage kaki dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan untuk mencegah timbulnya gejala neuropati sensoris pada pasien DM tipe 2. Intervensi spa kaki diabetik yang dikombinasikan dengan massage juga efektif terhadap sirkulasi perifer sehingga menurunkan keluhan nyeri neuropati diabetik pasien diabetes mellitus. Semakin sering dilaksanakan spa kaki diabetik maka akan semakin baik pula sirkulasi perifer dan keluhan nyeri neuropati diabetik akan berkurang untuk mencegah komplikasi diabetes mellitus. Selain itu jika nyeri yang dirasakan dapat berkurang dan kadar glukosa darah dapat stabil akan membantu dalam memperbaiki kualitas tidur pasien dengan nyeri neuropati diabetes.

Penelitian sebelumnya menggunakan studi laboratorium terbuka acak ini bertujuan untuk membandingkan khasiat pijat aromaterapi dengan minyak esensial chamomile atau lavender nyeri neuropatik dan kualitas pasien diabetes hidup. Hasil studi membuktikan efektivitas kedua pijatan dengan lavender dan pijat dengan minyak chamomile mengurangi rata-rata skor nyeri pada 2 dan 4 minggu tindak lanjut, sementara tidak ada perbaikan dilaporkan dalam kelompok kontrol, demikian penelitian hipotesis diterima. Efek ini dapat dijelaskan oleh efek sinergis dari kedua aromaterapi dan pijat. Pijat meningkatkan parasimpatis aktivitas sambil menurunkan kadar kortisol. Juga mengurangi iritasi saraf sambil meningkatkan dopamin dan kadar serotonin, menghasilkan relaksasi (Rafii et al., 2019).

Menurut peneliti sebelumnya aromaterapi dikenal sebagai penggunaan minyak esensial yang diperoleh dari

tanaman untuk tujuan terapeutik. Meskipun aromaterapi memiliki metode penerapan yang berbeda, penghirupan dan *massage* sering kali dilakukan, ditemukan efek positif dari aplikasi pada kecemasan, kelelahan, masalah tidur, dan nyeri DM tipe II. Oleh karena itu aromaterapi seperti lavender memiliki efek anti-inflamasi dan pereda nyeri sering digabungkan dengan *massage* dan dianggap sebagai inisiatif keperawatan holistik, yang dapat diterapkan oleh perawat terhadap masalah yang dialami oleh individu. Perawat harus memperhatikan efek, isi, cara yang tepat, minyak yang tepat, frekuensi yang tepat dari minyak aromaterapi yang digunakan selama aromaterapi (Al-Taie et al., 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan studi kasus *massage* aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pada penderita DM tipe II didapatkan hasil terdapat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan terapi *massage* aromaterapi lavender. Tingkat nyeri sebelum diberikan terapi *massage* aromaterapi lavender yaitu skala 4 dan sesudah diberikan tindakan selama 2x sehari dalam 3 hari *massage* aromaterapi lavender yaitu skala 1. Pasien mengatakan setelah diberikan terapi *massage* aromaterapi lavender nyeri mulai berkurang dan tampak nyaman.

SARAN

1. Bagi perkembangan ilmu keperawatan agar dapat digunakan sebagai bahan rujukan ataupun acuan dalam pengembangan penerapan *massage* aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pada penderita DM tipe II dalam upaya menurunkan tingkat nyeri saat pengambilan data penelitian
2. Bagi pelayanan kesehatan diharapkan melalui penulisan yang telah dilakukan, *massage* aromaterapi lavender dapat digunakan dalam menurunkan tingkat nyeri pada penderita DM tipe II.

3. Bagi institusi dapat digunakan sebagai tambahan referensi kepastakaan dalam mengembangkan *massage* aromaterapi lavender pada penderita DM tipe II dalam upaya menurunkan tingkat nyeri.
4. Bagi penulis diharapkan melakukan *massage* aromaterapi lavender pada penderita DM tipe II dilakukan di RS.
5. Bagi pasien DM tipe II diharapkan *massage* aromaterapi lavender dapat dijadikan pengobatan alternatif untuk menurunkan tingkat nyeri.
6. Bagi ruang HCU diharapkan *massage* aromaterapi lavender dapat dijadikan intervensi nonfarmakologis untuk menurunkan tingkat nyeri pada penderita DM tipe II.

DAFTAR PUSTAKA

- Askandar, J., Annunziata, K., Bailey, A., Rupnow, M., Morisky, D. 2014. *Impact Of Hypoglycemia On Patients With Type 2Diabetes Mellitus And Their Quality Of Life, Work Productivity, And Medication Adherence. Dove Press - Patient Preference and Adherence.*8:683 – 692
- Brunner & Suddart. 2019. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, Vol 3, Edisi 8.* Penerbit RGC. Jakarta.
- Debra, JF., Paty, B., Senior, PA. 2019 *Clinical Practice Guidelines Hypoglycemia Diabetes Canada Clinical Practice Guidelines Expert Committee. Can J Diabetes* 42: S104–S108
- Dewi, V.S. (2019). *Pengaruh Foot Massage dengan Minyak Essensial Lavender terhadap Insomnia pada Lansia di Desa Rambeanak Tahun 2018* (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Magelang, Magelang.
- International Diabetes Federation and the DAR International Alliance (IDF-DAR). 2020. Diabetes And Ramadan: Practical Guidelines. Brussels,*

- Belgium: International Diabetes Federation
- Notoatmojo. 2021. Konsensus Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Type 2 Di Indonesia. PB Perkeni. Jakarta
- Notoatmodjo, S. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Nuraini. (2014). Risk Factors of Hypertension. *Artikel Review University of Lampung*.4(5),10-15.
- Perkeni. 2021. Konsensus Pengelolaan dan pencegahan Diabetes Melitus type 2 di Indonesia. PB Perkeni. Jakarta.
- PPNI DPP SDKI Pokja Tim, 2018. Standar Diagnostika Keperawatan Indonesia Edisi 1 : Jakarta: DPP PPNI
- PPNI DPP SIKI Pokja Tim, 2018. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia Edisi 1 : Jakarta: DPP PPNI
- PPNI DPP SLKI Pokja Tim, 2018. Standar Luaran Keperawatan Indonesia Edisi 1 : Jakarta: DPP PPNI
- Rini, I. S. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Tn. W Dengan Diagnosis Medis Hipoglikemia Di Ruang B2 Rumah Sakit Pusat Angkatan Laut Dr. Ramelan Surabaya (Doctoral dissertation, STIKES Hang Tuah Surabaya)
- Rusdi, M. S. (2020). Hipoglikemia Pada Pasien Diabetes Melitus. *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 2(September), 83–90
- Suyono. 2018. Diabetes Melitus di Indonesia : Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam jilid III Edisi V. Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Jakarta.
- Sukmadani Rusdi, M., & Afriyeni, H. (2019). *Effects of Hypoglycemia on Patients with Original Articiel Journal Of Pharmaceutical And Sciences* Effects of Hypoglycemia on Patients with Type 2 Diabetes Mellitus on Therapy Adherence and Quality of Life Pengaruh Hipoglikemia pada Pasien Diabetes Melit. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 2(1), 24–29.
- <http://www.journaljps.com/index.php/jps/article/view/13>
- Wahyuni, I.S. (2014). *Pengaruh Massase Ekstremitas dengan Aroma Terapi Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Kelurahan Grendeng Purwokerto* (Skripsi). Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto.
- Wang. 2020. *Exercise in Patiens with type 2 Diabetes Melitus : Afundamental and clinical text 3rd*. Lippincott Williams.
- Waspadji. 2019. komplikasi kronik Diabetes mekanisme terjadinya, diagnosis dan stategi pengelolaan : Buku Ajar ilmu penyakit dalam jilid III Edisi V Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Jakarta.
- Yunir & Soebadi. 2019. Farmakoterapi pada pengendalian glikemia diabetes mellitus tipe 2 : Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid III Edisi V. Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Kedokteran. Jakarta