

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual maupun potensial (*International Association for the Study of Pain*, 2020). Nyeri menjadi salah satu masalah klinis yang paling sering dialami pasien setelah tindakan pembedahan (*International Association for the Study of Pain*, 2020). Proses operasi menimbulkan kerusakan jaringan yang memicu pelepasan mediator inflamasi, aktivasi nosiseptor, dan transmisi impuls nyeri ke sistem saraf pusat, sehingga pasien merasakan nyeri pascaoperasi (Tarigan et al., 2025). Nyeri post operasi termasuk nyeri akut yang memerlukan penanganan segera karena berhubungan erat dengan kenyamanan, stabilitas fisiologis, mobilisasi dini, kualitas istirahat, serta kecepatan pemulihan pasien (Nasif et al., 2025).

Masalah nyeri post operasi masih menjadi isu global di berbagai pelayanan Kesehatan. Prevalensi nyeri pascaoperasi dilaporkan cukup tinggi di berbagai negara, yaitu sebesar 86% di Amerika Serikat, 70% di Eropa, dan 48,7% di Cina (Tarigan et al., 2025). Di Indonesia, angka kejadian nyeri post operasi juga masih tinggi, dengan sekitar 60–70% pasien mengalami nyeri dalam 24 jam pertama setelah pembedahan, dan sekitar 29,7% penanganannya belum optimal. Data di Daerah Istimewa Yogyakarta masih terbatas, namun diperkirakan mengikuti tren nasional, yaitu sekitar 50–70% pasien mengalami nyeri setelah operasi dan tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa nyeri post operasi masih menjadi masalah penting yang memerlukan perhatian serius, khususnya di ruang rawat inap rumah sakit (Nasif et al., 2025).

Nyeri post operasi terjadi akibat trauma jaringan selama pembedahan yang memicu respons inflamasi dan meningkatkan sensitivitas perifer maupun sentral terhadap rangsangan nyeri (Tarigan et al., 2025). Nyeri yang tidak ditangani secara adekuat dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kondisi fisiologis maupun psikologis pasien. Secara fisiologis, nyeri dapat memicu peningkatan tekanan darah, frekuensi nadi, frekuensi pernapasan, serta kebutuhan oksigen, dan juga dapat menghambat pelaksanaan mobilisasi dini. Dari aspek psikologis, nyeri berpotensi menimbulkan kecemasan, ketakutan, gangguan tidur, penurunan rasa nyaman, serta memperburuk pengalaman pasien selama menjalani perawatan. Lebih lanjut, nyeri yang tidak terkontrol dapat memperlambat proses pemulihan, meningkatkan risiko terjadinya komplikasi, memperpanjang lama rawat inap, serta menurunkan tingkat kepuasan pasien terhadap pelayanan kesehatan yang diterima (Nasif et al., 2025).

Penatalaksanaan nyeri pada pasien post operasi pada umumnya dilakukan dengan terapi farmakologis, terutama pemberian analgesik. Namun, penggunaan analgesik secara berkelanjutan juga memiliki potensi menimbulkan berbagai efek samping, seperti mual, muntah, gangguan gastrointestinal, sedasi, depresi pernapasan, hingga risiko ketergantungan pada jenis obat tertentu. Oleh karena itu, diperlukan terapi pendamping yang aman, mudah diterapkan, memiliki efek samping minimal, dan mampu menunjang efektivitas pengendalian nyeri. Dalam konteks tersebut, intervensi nonfarmakologis menjadi salah satu alternatif yang relevan karena relatif aman, sederhana, ekonomis, serta dapat diaplikasikan oleh perawat sebagai bagian dari asuhan keperawatan yang komprehensif. Berbagai bentuk intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan nyeri meliputi stimulasi kutaneus, pijat, kompres hangat dan dingin, akupunktur, akupresur, teknik relaksasi napas dalam, napas ritmik, terapi musik, distraksi, terapi sentuhan, meditasi, relaksasi autogenik, serta aromaterapi (Nurhidayat et al., 2024).

Salah satu bentuk intervensi nonfarmakologis yang berkembang dan banyak diteliti adalah aromaterapi (Nurhidayat et al., 2024). Aromaterapi merupakan salah satu bentuk terapi komplementer yang memanfaatkan minyak esensial alami yang diberikan melalui inhalasi maupun topikal untuk memberikan efek relaksasi, meningkatkan rasa nyaman, dan membantu menurunkan persepsi nyeri. Beberapa jenis aromaterapi yang sering digunakan dalam praktik kesehatan antara lain lavender, *tea tree*, kemenyan, lemon, serai, dan *peppermint* (Hu et al., 2025). Di antara berbagai jenis tersebut, *peppermint oil* merupakan salah satu aromaterapi yang potensial digunakan dalam manajemen nyeri post operasi (Ghasemi et al., 2026). *Peppermint* merupakan salah satu minyak esensial yang diperoleh dari daun *Mentha × piperita* dan diketahui mengandung menthol sebagai komponen utama yang berkontribusi terhadap efek analgesik, antispasmodik, serta sensasi dingin yang khas. Karakteristik aroma *peppermint* yang segar, kuat, dan memberikan efek menenangkan dapat meningkatkan rasa nyaman dan membantu mengurangi ketidaknyamanan pada pasien. Di samping itu, sensasi sejuk yang dihasilkan oleh menthol diduga berperan dalam memengaruhi reseptor sensorik sehingga dapat membantu menurunkan persepsi nyeri (Hu et al., 2025).

Secara fisiologis, aromaterapi *peppermint* dapat diberikan melalui dua metode utama, yaitu inhalasi dan aplikasi topikal. Pada metode inhalasi, molekul aroma yang terhirup akan merangsang reseptor olfaktorius di rongga hidung, kemudian impuls saraf diteruskan ke sistem limbik yang berperan dalam pengaturan emosi, relaksasi, dan persepsi nyeri. Adapun pada metode topikal, kandungan menthol dalam *peppermint* dapat menstimulasi reseptor kulit dan saraf sensorik sehingga menimbulkan sensasi dingin yang dapat membantu menurunkan intensitas nyeri. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa durasi pemberian aromaterapi secara inhalasi umumnya berkisar antara 5–20 menit, sedangkan pada metode topikal dilakukan selama 10–20 menit. Meskipun demikian, durasi tersebut belum bersifat baku karena dapat dipengaruhi oleh jenis minyak

esensial, dosis, teknik aplikasi, serta kondisi masing-masing pasien (Hu et al., 2025).

Berbagai penelitian dalam 10 tahun terakhir menunjukkan bahwa aromaterapi peppermint efektif dalam menurunkan intensitas nyeri, termasuk pada pasien post operasi (Ghasemi et al., 2026; Selviano & Suparti, 2025). Penelitian Ghasemi et al. (2026) menunjukkan bahwa aromaterapi peppermint memberikan penurunan nyeri post operasi yang lebih signifikan dibandingkan rose oil dengan nilai $p < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa *peppermint* memiliki potensi lebih baik sebagai intervensi nonfarmakologis dalam pengendalian nyeri (Ghasemi et al., 2026). Penelitian lain oleh Selviano dan Suparti (2025) juga melaporkan adanya penurunan intensitas nyeri yang signifikan pada kelompok yang diberikan aromaterapi *peppermint* dengan nilai $p = 0,0001$ (Selviano & Suparti, 2025). Temuan-temuan tersebut memperkuat bahwa aromaterapi peppermint dapat menjadi terapi komplementer yang efektif, sederhana, dan layak diterapkan pada pasien post operasi (Ghasemi et al., 2026; Selviano & Suparti, 2025).

Meskipun telah terbukti bermanfaat, penerapan aromaterapi *peppermint* dalam praktik pelayanan kesehatan masih belum optimal, termasuk di RS Panti Rini Yogyakarta (Studi Pendahuluan Peneliti, 2026). Selama ini, pengelolaan nyeri pasien post operasi di RS Panti Rini lebih banyak dilakukan melalui terapi farmakologis, dengan dukungan intervensi nonfarmakologis yang masih terbatas pada teknik relaksasi napas dalam dan distraksi (Studi Pendahuluan Peneliti, 2026). Berdasarkan studi pendahuluan rekam medis selama Triwulan I tahun 2026, diperoleh data jumlah pasien rawat inap yang menjalani operasi pada bulan Januari sebanyak 145 pasien, bulan Februari sebanyak 143 pasien, dan bulan Maret sebanyak 125 pasien (Data Rekam Medis RS Panti Rini, 2026). Data tersebut menunjukkan bahwa jumlah pasien post operasi di ruang rawat inap RS Panti Rini cukup tinggi, sehingga kebutuhan akan manajemen nyeri yang efektif menjadi sangat penting (Data Rekam Medis RS Panti

Rini, 2026). Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Februari 2026 terhadap 10 pasien post operasi di ruang rawat inap RS Panti Rini Yogyakarta menunjukkan bahwa 7 pasien mengalami nyeri sedang dengan skala 4–6, sedangkan 3 pasien mengalami nyeri berat terkontrol dengan skala 7. Temuan ini menunjukkan bahwa nyeri post operasi masih menjadi masalah nyata pada pasien rawat inap dan memerlukan penanganan yang optimal agar tidak mengganggu kenyamanan maupun proses pemulihan pasien (Studi Pendahuluan Peneliti, 2026).

Selain itu, hasil wawancara dengan 5 perawat menunjukkan bahwa manajemen nyeri pada pasien post operasi masih didominasi oleh pemberian analgesik, sedangkan intervensi nonfarmakologis yang paling sering dilakukan hanya berupa teknik relaksasi napas dalam dan distraksi. Aromaterapi peppermint belum pernah digunakan sebagai bagian dari intervensi rutin untuk menurunkan nyeri post operasi (Studi Pendahuluan Peneliti, 2026). Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara bukti ilmiah yang mendukung efektivitas aromaterapi *peppermint* dengan praktik pelayanan keperawatan di lapangan, sehingga diperlukan penelitian untuk menguji penerapan intervensi tersebut pada pasien post operasi di RS Panti Rini Yogyakarta (Ghasemi et al., 2026; Selviano & Suparti, 2025; Studi Pendahuluan Peneliti, 2026).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa nyeri post operasi masih merupakan masalah yang sering terjadi, berdampak luas terhadap kondisi fisiologis dan psikologis pasien, serta belum sepenuhnya teratasi secara optimal (Nasif et al., 2025; Studi Pendahuluan Peneliti, 2026). Salah satu solusi nonfarmakologis yang berpotensi digunakan sebagai terapi pendamping adalah aromaterapi *peppermint oil* (Ghasemi et al., 2026; Selviano & Suparti, 2025). Namun, bukti empiris mengenai efektivitas aromaterapi peppermint oil terhadap intensitas nyeri pada pasien post operasi di ruang rawat inap RS Panti Rini Yogyakarta masih perlu dikaji lebih lanjut (Studi Pendahuluan Peneliti, 2026). Oleh karena itu, peneliti

tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Aromaterapi *Peppermint Oil* terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi di Rawat Inap Rumah Sakit Panti Rini Yogyakarta”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan, maka didapatkan rumusan masalah : Bagaimana ” Efektivitas Aromaterapi *Peppermint Oil* terhadap Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi di Rawat Inap Rumah Sakit Panti Rini Yogyakarta” ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint oil* terhadap intensitas nyeri pasien post operasi di ruang rawat inap RS Panti Rini Yogyakarta melalui perbandingan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol pasien post operasi di ruang rawat inap RS Panti Rini Yogyakarta.

1.3.2.2 Menganalisis skor intensitas nyeri pasien post operasi sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi *peppermint oil* pada kelompok intervensi di ruang rawat inap RS Panti Rini Yogyakarta.

1.3.2.3 Menganalisis skor intensitas nyeri sebelum dan sesudah pengukuran pada kelompok kontrol di rawat inap RS Panti Rini Yogyakarta.

1.3.2.4 Menganalisis perbedaan perubahan (selisih penurunan) skor intensitas nyeri antara kelompok intervensi yang diberikan aromaterapi *peppermint oil* dan kelompok kontrol pada pasien post operasi di ruang rawat inap RS Panti Rini Yogyakarta.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan dan kesehatan, khususnya mengenai terapi komplementer non-farmakologis dalam penatalaksanaan nyeri pada pasien post operasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif intervensi non farmakologi yang aman dan mudah diterapkan dalam praktik keperawatan untuk membantu menurunkan intensitas nyeri pada pasien post operasi.

1.4.2.2 Bagi Pasien

Memberikan pilihan terapi tambahan yang dapat membantu mengurangi nyeri post operasi, meningkatkan kenyamanan, dan memperbaiki kualitas hidup pasien.

1.4.2.3 Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan standar operasional prosedur (SOP) terkait penerapan terapi komplementer pada pasien post operasi.

1.4.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai bahan bacaan untuk penelitian selanjutnya dengan desain dan variabel yang lebih luas.