

TERAPI KOMPLEMENTER PADA PASIEN POSTPARTUM DENGAN RIWAYAT PREEKLAMPSIA BERAT

Lilis Mamuroh¹, Gina Utami¹, M. Azka Fahrez¹, Mustatiah Nurul M¹, Sani Ailla Azura¹,
Utami Husni¹, Sukmawati¹

¹Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

Corresponding Email: lilis.mamuroh@unpad.ac.id

Abstrak

Preeklampsia merupakan salah satu penyebab kematian ibu hamil di Indonesia. Jika tidak ditangani mengakibatkan komplikasi yang dapat menyebabkan kematian ibu serta janin. Terapi komplementer muncul sebagai alternatif non-farmakologis untuk mendukung stabilitas fisiologis dan psikologis ibu. Literatur ini bertujuan untuk mengidentifikasi terapi komplementer pada ibu postpartum dengan riwayat preeklampsia berat. Penelitian ini menggunakan desain rapid literature review dengan penelusuran sistematis pada lima basis data (PubMed, Scopus, EBSCO, CINAHL, dan Emerald Insight) menggunakan kerangka PICO. Kriteria inklusi meliputi artikel full-text dalam bahasa Inggris yang diterbitkan dalam 5 tahun terakhir. Terpilih 6 artikel utama untuk dianalisis secara kritis. Hasil temuan menunjukkan bahwa berbagai terapi komplementer memberikan efek positif yang signifikan. Intervensi relaksasi (Guided Imagery, PMR, Yoga) terbukti meningkatkan mekanisme koping dan menurunkan tekanan darah. Aromaterapi dan terapi pijat efektif dalam mengurangi nyeri pasca-caesar serta kecemasan. Selain itu, intervensi nutrisi yang terstruktur dan kombinasi pengobatan tradisional-modern terbukti mampu memperbaiki fungsi ginjal serta menurunkan faktor inflamasi dan stres oksidatif. Terapi komplementer yang bersifat holistik memiliki potensi besar dalam manajemen keperawatan maternitas untuk meningkatkan luaran klinis dan kualitas hidup ibu postpartum dengan riwayat preeklampsia berat.

Kata kunci: Terapi komplementer, postpartum, preeklampsia berat.

Abstract

Preeclampsia is one of the leading causes of maternal mortality in Indonesia. If left untreated, it can lead to complications that may result in the death of both the mother and the fetus. Complementary therapies have emerged as a non-pharmacological alternative to support the mother's physiological and psychological well-being. This literature review aims to identify complementary therapies for post partum women with a history of severe preeclampsia. interventions as non-pharmacological nursing care to support ph. This study employed a rapid literature review design with a systematic search of five databases (PubMed, Scopus, EBSCO, CINAHL, and Emerald Insight) using the PICO framework. Inclusion criteria included full-text articles in English published in the last 5 years. Six key articles were selected for critical analysis. The findings indicate that various complementary therapies have significant positive effects. Relaxation interventions (Guided Imagery, PMR, Yoga) have been shown to improve coping mechanisms and lower blood pressure. Aromatherapy and massage therapy is effective in reducing post-caesarean pain and anxiety. In addition, structured nutritional interventions and a combination of traditional and modern treatments have been shown to improve kidney function and reduce inflammatory markers and oxidative stress. Holistic complementary therapies hold great potential in maternal nursing care to improve clinical outcomes and quality of life for postpartum mothers with a history of severe preeclampsia.

Keywords: Complementary therapy, postpartum, severe preeclampsia.

PENDAHULUAN

Preeklampsia merupakan salah satu komplikasi kehamilan yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah tinggi (hipertensi), edema, serta proteinuria yang muncul setelah usia kehamilan 20 minggu (Hipson & Musriah, 2020). Kondisi ini tetap menjadi penyebab signifikan morbiditas dan mortalitas ibu serta perinatal di seluruh dunia (Purwanti et al., 2021). Menurut World Health Organization (WHO), angka kematian ibu (AKI) selama masa kehamilan dan persalinan mencapai 295.000 kasus secara global. Di Indonesia, data Maternal Perinatal Death Notification (MPDN) menunjukkan tren peningkatan AKI dari 4.005 kasus pada tahun 2022 menjadi 4.129 kasus pada tahun 2023 (Kemenkes, 2024). Preeklampsia menempati urutan kedua sebagai penyebab utama kematian ibu di Indonesia, di mana 30%-40% kematian maternal disebabkan oleh kondisi ini (Zainiyah & Harahap, 2023).

Preeklampsia merupakan masalah yang serius dan memiliki tingkat kompleksitas yang tinggi. Besarnya masalah ini bukan hanya karena preeklampsia berdampak pada ibu saat hamil dan melahirkan, namun juga menimbulkan masalah pasca persalinan akibat disfungsi endotel di berbagai organ, seperti risiko penyakit kardiometabolik dan komplikasi lainnya. Hasil meta analisis menunjukkan peningkatan bermakna risiko hipertensi, penyakit jantung iskemik, stroke, dan tromboemboli vena pada ibu dengan riwayat preeklampsia (Nurbaniwati, 2021). Faktor – factor yang berhubungan dengan preeklampsia pada ibu hamil Adalah usia ibu, Riwayat hipertensi dan Riwayat paritas (Neti Isnawati, 2024)

Preeklampsia yaitu adanya peningkatan tekanan darah dan terdapat protein uria selama kehamilan, jika penanganan terlambat akan mengakibatkan komplikasi selama kehamilan maupun persalianan seperti adanya kematian janin, kematian ibu ataupun persalianan preterm (Yolanda, 2015). Dampak dari preeklampsia tidak hanya berhenti pada saat persalinan; risiko komplikasi jangka panjang bagi ibu meliputi gangguan sistem saraf pusat, ginjal, hematologic, hingga gagal jantung. Sementara itu, janin berisiko mengalami *Intrauterine Fetal Growth Restriction* (IUGR), solusio plasenta, hingga kematian neonatal (Ritonga & Ariati, 2023).

Meskipun penanganan medis konvensional seperti pemberian Magnesium Sulfat (MgSO₄) dan antihipertensi merupakan standar utama, tantangan dalam penanganan preeklampsia di Indonesia masih sangat kompleks. Faktor-faktor seperti keterbatasan sarana prasarana, tingginya biaya perawatan, sistem rujukan yang memakan waktu lama, serta variasi dosis dan rute pemberian obat menjadi kendala dalam mencapai hasil klinis yang optimal (Samsi, 2024; Sari, 2022). Selain itu, masa postpartum bagi pasien dengan riwayat PEB sering kali menjadi periode yang terabaikan, padahal risiko eklampsia postpartum dan ketidakstabilan psikologis seperti kecemasan dan depresi sangat tinggi.

Kesenjangan dalam penanganan holistik ini memunculkan urgensi untuk mengintegrasikan terapi komplementer dalam asuhan keperawatan maternitas. Terapi komplementer seperti teknik relaksasi (*Progressive Muscle Relaxation, Guided Imagery*), aromaterapi, dan intervensi nutrisi terbukti mampu menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis yang berperan dalam hipertensi, sekaligus meningkatkan mekanisme koping ibu (Puspitasari et al., 2025; Abera et al., 2024). Sebagai care provider, perawat memiliki peran strategis dalam memberikan pelayanan yang komprehensif, tidak hanya melalui pemantauan tanda-tanda vital yang ketat, tetapi juga melalui penerapan intervensi non-farmakologis yang dapat mengurangi risiko cedera dan meningkatkan kualitas hidup ibu pasca-persalinan (Yasmine et al., 2022). literatur ini bertujuan untuk mengidentifikasi terapi komplementer pada ibu post partum dengan riwayat preeklampsia berat.

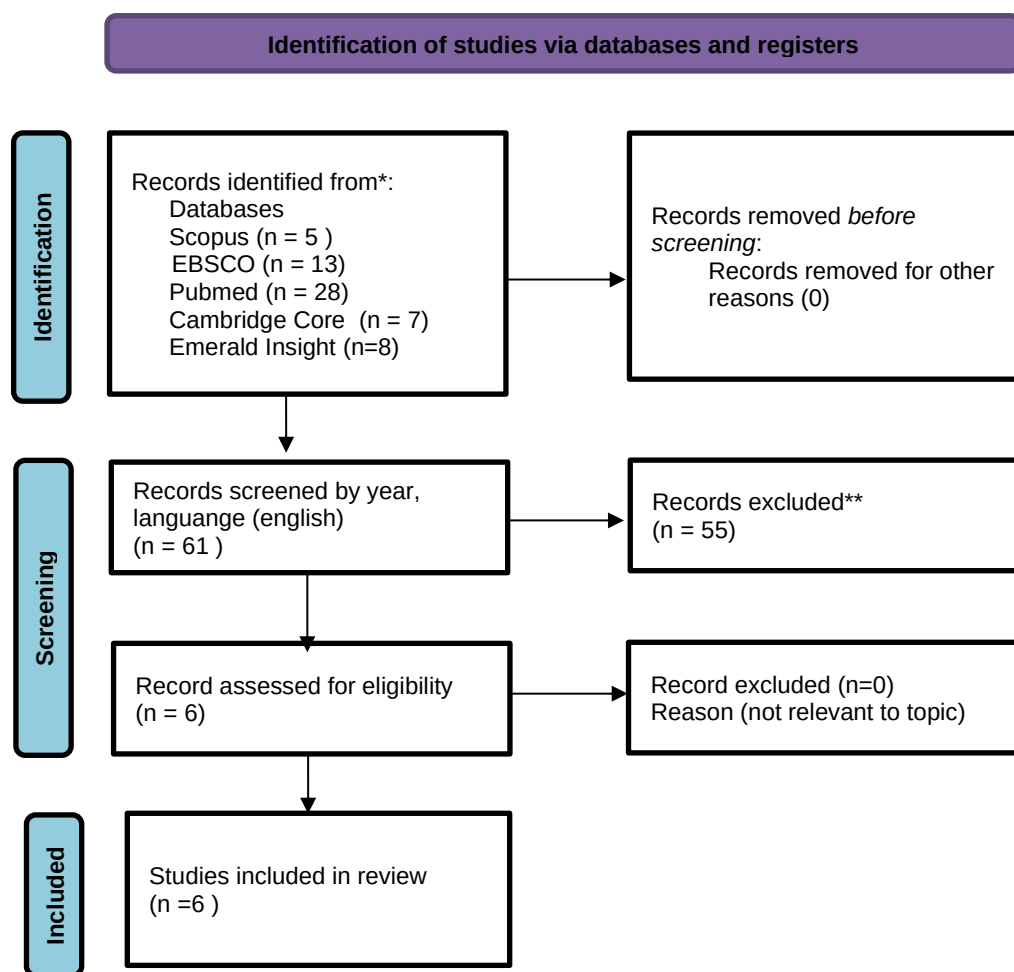
METODE

Desain yang digunakan dalam *literature review* ini adalah *rapid review* yang dikembangkan dan diajarkan oleh Grant dan Booth pada tahun 2009 di University of Sheffield di Inggris. *Rapid review* ini merupakan penyederhanaan dari *systematic review* dengan metode tinjauan secara cepat. Secara umum, *rapid review* membutuhkan waktu yang tidak terlalu lama (<1 – 6 bulan) dengan mengecualikan artikel atau literatur yang abu-abu atau yang tidak dipublikasikan secara komersial, atau mempersempit ruang lingkup *review* menggunakan limit, seperti tahun dan bahasa (Klerings et al., 2023). Hasil dari *review* ini berupa ringkasan deskriptif untuk mengetahui tentang terapi komplementer pada pasien post partum dengan riwayat preeklampsia berat

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan metode rapid literature review dengan melakukan penelusuran literatur secara sistematis pada lima basis data, yaitu PubMed, Scopus, EBSCO, Cambridge Core, dan Emerald Insight. Strategi pencarian dilakukan dengan menggunakan kombinasi kata kunci berdasarkan kerangka PICO, yaitu postpartum, severe preeclampsia, dan complementary therapy beserta berbagai istilah alternatif yang relevan. Proses pencarian artikel menggunakan operator Boolean AND dan OR untuk memperoleh artikel yang sesuai dengan topik penelitian. Artikel yang ditemukan kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi, yaitu artikel yang diterbitkan dalam 5 tahun terakhir, tersedia dalam full text, menggunakan bahasa Inggris, serta memiliki kesesuaian dengan topik penelitian berdasarkan judul dan abstrak. Proses seleksi artikel dilakukan menggunakan alur PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Berdasarkan hasil pencarian dari lima database diperoleh sejumlah artikel yang kemudian

diseleksi melalui beberapa tahap, yaitu identifikasi, screening, eligibility, dan inclusion. Setelah dilakukan penyaringan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, diperoleh 6 artikel penelitian yang memenuhi syarat dan digunakan dalam proses analisis pada penelitian ini.

.Proses seleksi artikel dilakukan menggunakan alur PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Berdasarkan hasil pencarian dari lima database diperoleh sejumlah artikel yang kemudian diseleksi melalui beberapa tahap, yaitu identifikasi, screening, eligibility, dan inclusion. Setelah dilakukan penyaringan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, diperoleh 6 artikel penelitian yang memenuhi syarat dan digunakan dalam proses analisis pada penelitian ini.



Gambar 1 Prisma Rapid Literatur Review

HASIL

Setelah mendapatkan beberapa artikel yang relevan dengan topik kemudian dilakukan ekstraksi data yang meliputi judul, nama penulis, tahun terbit, tujuan penelitian, populasi,

metode, dan hasil penelitian dari setiap artikel untuk mempermudah proses analisis isi artikel.

Tabel 1. Hasil Ekstraksi Data

No.	Tahun & Penulis	Judul	Tujuan	Populasi & Sampel	Metode/ Teknik	Keterbatasan	Hasil	Kesimpulan
1.	Wang, X., Wei, W., Qi, Y., Dong, L., & Zhang, Y. (2021). (Scopus)	Clinical Effects of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine in Treating Severe Preeclampsia and Its Influence on Maternal and Infant Outcomes after Cesarean Section under Combined Lumbar and Epidural Anesthesia	Mengobservasi efek klinis dari penggabungan pengobatan Tradisional Tiongkok dan Barat dalam menangani Preeklampsia Berat (SPE), serta dampaknya terhadap luaran ibu dan bayi pasca-operasi caesar dengan	166 wanita hamil dengan Preeklampsia Berat (PEB) yang dibagi secara acak ke dalam kelompok eksperimen (83 pasien) dan kelompok kontrol (83 pasien).	Uji coba klinis dengan membagi dua kelompok. Kelompok kontrol menerima perawatan konvensional secara medis (seperti injeksi magnesium sulfat). Kelompok eksperimen menerima perawatan konvensional ditambah meminum rebusan ramuan obat tradisional	Tidak disebutkan secara eksplisit di dalam teks jurnal tersebut.	- Tingkat efektivitas klinis total dari pengobatan di kelompok eksperimen adalah 90,36%, secara signifikan lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang hanya 71,08% . - Setelah pengobatan, tekanan darah sistolik, diastolik, tekanan arteri rata-rata (MAP), dan kadar protein urine 24 jam pada kelompok eksperimen jauh lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol . - Setelah operasi caesar, terdapat perbedaan penurunan insiden yang signifikan terkait komplikasi seperti solusio plasenta, kelemahan rahim, gawat janin, dan asfiksia neonatus di kelompok eksperimen .	Kombinasi pengobatan tradisional Tiongkok dan Barat dapat menurunkan tekanan darah pasien dengan SPE. Setelah anestesi spinal-epidural dan operasi caesar, terapi ini terbukti secara signifikan dapat meningkatkan luaran kesehatan ibu dan bayi, memperbaiki fungsi ginjal, mengurangi stres oksidatif dan kadar faktor
No.	Tahun & Penulis	Judul	Tujuan	Populasi & Sampel	Metode/ Teknik	Keterbatasan	Hasil	Kesimpulan

			anestesi kombinasi spinal-epidural		Tiongkok (TCM) buatan sendiri.		Fungsi ginjal membaik, kandungan faktor inflamasi tubuh menurun, dan indikator stres oksidatif berkurang secara lebih signifikan di kelompok eksperimen.	inflamasi, serta meningkatkan aktivitas enzim antioksidan.
2.	Slater K., Schumacher T.L., Ding K.N., Taylor R.M., Shrewsbury V.A., Hutchesson M.J. (2023)	Modifiable Risk Factors for Cardiovascular Disease among Women with History of Hypertensive Disorders of Pregnancy	Mengidentifikasi kasi dan membandingkan faktor risiko kardiovaskular yang dapat dimodifikasi pada wanita dengan dan tanpa riwayat hipertensive disorders of pregnancy (HDP)	5820 wanita usia 32–37 tahun dari Australian Longitudinal Study on Women's Health (ALSWH) yang telah pernah hamil	Desain cross-sectional menggunakan data survei ALSWH (self-reported). Analisis meliputi: - uji t dan chi-square - multinomial logistic regression Variabel: BMI, aktivitas fisik, diet (buah & sayur), merokok, alkohol, sedentary behavior, gejala depresi	- Tidak membedakan jenis HDP (termasuk preeklampsia) - Tidak mempertimbangkan waktu sejak kehamilan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa program pelatihan, yang menggabungkan komponen pendidikan dan disusun berdasarkan Model Pengaturan Diri Berbasis Akal Sehat (Common-Sense Model of Self-Regulation/CSM), secara efektif menurunkan tekanan darah dan meningkatkan perilaku manajemen diri pada pasien hipertensi. Tekanan darah sistolik rata-rata adalah $116,21 \pm 14,52$ mmHg pada kelompok intervensi dibandingkan dengan $128,62 \pm 16,88$ mmHg pada kelompok kontrol, tekanan darah diastolik rata-rata adalah $73,93 \pm 7,15$ mmHg dibandingkan dengan $82,25 \pm 9,72$ mmHg, dan tekanan arteri rata-rata (MAP) adalah $88,03 \pm 8,47$ mmHg dibandingkan dengan $98,11 \pm 11,69$ mmHg. Studi ini memberikan wawasan tentang penerapan Model Pengaturan Diri Berbasis Akal Sehat (Common-Sense Model of Self-Regulation/CSM) dalam	Wanita dengan riwayat HDP memiliki lebih banyak faktor risiko kardiovaskular yang dapat dimodifikasi. Oleh karena itu, periode postpartum merupakan waktu penting untuk melakukan intervensi pencegahan melalui pengendalian berat badan, konsumsi alkohol, dan kesehatan mental

No.	Tahun & Penulis	Judul	Tujuan	Populasi & Sampel	Metode/ Teknik	Keterbatasan	Hasil	Kesimpulan
							modifikasi perilaku dan pelatihan, serta hubungannya dengan tekanan darah dan manajemen diri dalam perawatan pasien.	
3.	Yenny Puspitasari, Zainal Andy Saputra, Suci Anggraini (2025) utami	Mind Nursing Intervention for Improving Coping Mechanisms among Mother with Preeclampsia: A Quasy-Experimental Study	Mengetahui efektivitas intervensi “mind intervention ” (guided imagery dan progressive muscle relaxation) dalam meningkatkan mekanisme koping pada ibu dengan preeklamsia	60 ibu dengan preeklamsia, dibagi menjadi 2 kelompok: 30 kelompok kontrol dan 30 kelompok intervensi	Desain quasi-experimental pre-test dan post-test. Kelompok kontrol mendapat terapi standar, sedangkan kelompok intervensi mendapat terapi standar + 3 sesi mind intervention (guided imagery & PMR). Analisis menggunakan uji Wilcoxon dan Mann-Whitney	Tidak disebutkan secara eksplisit dalam artikel (tidak ada bagian limitation khusus dalam teks utama)	- Sebelum intervensi: tidak ada perbedaan signifikan antara kelompok kontrol (Mean 76,93) dan intervensi (Mean 75,47) - Setelah intervensi: terdapat perbedaan signifikan - Kontrol: Mean 79,93 - Intervensi: Mean 92,47 - Nilai p = 0,035 (signifikan)	Mind intervention (guided imagery dan progressive muscle relaxation) efektif meningkatkan mekanisme koping pada ibu dengan preeklamsia, sehingga dapat direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan komplementer
4.	Mubarek Abera, Charlotte Hanlon, Beniam Daniel, Markos	Effects of relaxation interventions during pregnancy on maternal mental health,	Mengevaluasi efektivitas intervensi relaksasi selama kehamilan terhadap	3.979 wanita hamil dari berbagai negara (rata-rata usia 18–40 tahun) yang	Teknik yang dianalisis meliputi Yoga, Terapi Musik, Relaksasi Benson, Progressive Muscle	Adanya risiko bias pelaporan (reporting bias) yang tidak jelas pada banyak studi, variasi	• Kesehatan Mental: Intervensi relaksasi secara signifikan mengurangi skor stres (SMD -0.62), kecemasan (SMD -0.92), dan depresi (SMD -0.58). • Hasil Janin: Meningkatkan berat badan lahir bayi secara signifikan	Intervensi relaksasi sangat efektif dalam meningkatkan kesehatan psikologis ibu hamil dan memberikan dampak positif pada

No.	Tahun & Penulis	Judul	Tujuan	Populasi & Sampel	Metode/ Teknik	Keterbatasan	Hasil	Kesimpulan
	Tesfaye, Abdulhali k Workicho, Tsinuel Girma (2024)	and pregnancy and newborn outcomes	kesehatan mental ibu (stres, kecemasan, depresi) serta hasil kehamilan dan kondisi bayi baru lahir.	terlibat dalam 32 penelitian yang memenuhi kriteria inklusi.	Relaxation (PMR), Pernapasan Dalam, Guided Imagery, Mindfulness, dan Hipnosis.	(heterogenitas) yang tinggi dalam hasil beberapa variabel, serta kurangnya data dari negara-negara berpenghasilan rendah khususnya di wilayah Afrika sub-Sahara.	(MD 80.95 gram), dengan hasil tertinggi ditemukan pada teknik PMR (MD 165.77 gram). • Fisiologis: Menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, denyut nadi, dan laju pernapasan ibu hamil.	hasil kelahiran (terutama berat badan bayi). Teknik seperti PMR dan yoga menunjukkan efektivitas yang menonjol untuk hasil klinis tertentu.
5.	Zhang, X., Zhao, Y., & Lou, C. (2024)	Nutritional Intervention Leads to Successful Re-pregnancy of Pregnant Women with Severe Preeclampsia: A Case Report	Mengetahui efek intervensi nutrisi yang dipersonalisasi dalam mencegah kekambuhan preeklampsia pada wanita dengan riwayat severe preeklampsia pada kehamilan	1 wanita usia 28 tahun dengan riwayat severe preeklampsia yang diikuti selama kehamilan berikutnya dan postpartum	Desain case report dengan intervensi terapi nutrisi berupa diet ringan, menghindari makanan pedas, komposisi nutrisi karbohidrat 55–65%, lemak 20–30%, protein 10–15%, serta monitoring fungsi ginjal dan protein urin	Sampel hanya 1 pasien sehingga hasil tidak dapat digeneralisasi; diperlukan penelitian dengan sampel lebih besar	setelah intervensi nutrisi terjadi penurunan protein urin 24 jam, perbaikan fungsi ginjal, darah samar urin menjadi negatif, dan perkembangan janin normal hingga persalinan	Terapi nutrisi selama kehamilan dapat membantu mencegah kekambuhan preeklampsia dan memperbaiki fungsi ginjal ibu, namun penelitian lebih lanjut dengan sampel besar masih diperlukan

No.	Tahun & Penulis	Judul	Tujuan	Populasi & Sampel	Metode/ Teknik	Keterbatasan	Hasil	Kesimpulan
berikutnya.								
6.	Imanpour, V., Khoshhali, M., Goodarzi-Khoigani, M., & Kelishadi, R. (2023)	Nutritional Interventions to Prevent Gestational Hypertension or/and Preeclampsia among Healthy Pregnant Women	Menilai efektivitas berbagai intervensi nutrisi dalam mencegah gestational hypertension (GH) dan preeklampsia (PE) pada wanita hamil sehat	Wanita hamil sehat dengan kehamilan tunggal dari berbagai RCT. Total 14 RCT (± 4647 peserta) dianalisis dalam meta-analisis	Analisis menggunakan random-effects model dan menghitung Odds Ratio (OR)	Jumlah RCT yang tersedia masih terbatas; variasi intervensi nutrisi; beberapa studi tidak memiliki data lengkap; hanya studi berbahasa Inggris yang dimasukkan	Program nutrisi terkelola secara signifikan menurunkan risiko gestational hypertension (OR = 0,37) dan total kejadian GH+PE. Namun diet Mediterania dan pembatasan natrium tidak menunjukkan penurunan signifikan terhadap GH atau PE	Intervensi nutrisi yang terstruktur dapat membantu menurunkan risiko hipertensi gestasional, tetapi tidak secara konsisten menurunkan preeklampsia. Diperlukan penelitian RCT lebih banyak untuk memperkuat bukti

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pencarian artikel pada 5 (lima) *database*, diperoleh sebanyak 6 (enam) jurnal yang relevan dan sesuai dengan kerangka PICO. Pencarian data dibatasi dengan publikasi dalam kurun waktu 5 tahun terakhir dan artikel berbahasa Inggris. Kemudian, hasil pembatasan tersebut ditinjau berdasarkan isi abstrak dan isi artikel secara keseluruhan.

Hasil tinjauan artikel menunjukkan bahwa terapi komplementer memiliki potensi yang cukup signifikan dalam mendukung pemulihan ibu postpartum, termasuk pada pasien dengan riwayat preeklampsia berat. Pembahasan ini akan mengintegrasikan temuan dari berbagai penelitian dengan pendekatan analisis kritis untuk melihat kekuatan, kelemahan, serta relevansi klinis dari masing-masing intervensi, khususnya dalam konteks keperawatan maternitas.

Terapi Relaksasi dan Mind-Body Intervention

Terapi relaksasi seperti *guided imagery* dan *progressive muscle relaxation (PMR)* terbukti efektif dalam meningkatkan mekanisme coping pada ibu dengan preeklampsia. Penelitian quasi-eksperimental oleh Puspitasari et al. (2025) menunjukkan bahwa pemberian intervensi berbasis *mind intervention* secara signifikan meningkatkan skor coping dibandingkan kelompok kontrol. Peningkatan ini menunjukkan bahwa intervensi psikologis mampu membantu dalam mengelola stres yang merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah melalui aktivitas sistem saraf simpatis.

Temuan ini diperkuat oleh studi sistematis oleh Abera et al. (2024) yang menyatakan bahwa berbagai intervensi relaksasi seperti yoga, mindfulness, dan teknik pernapasan dalam secara signifikan menurunkan tingkat stres, kecemasan, dan depresi pada ibu hamil dan postpartum. Selain itu, intervensi ini juga terbukti memberikan efek fisiologis berupa penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik serta penurunan denyut nadi. Secara fisiologis, terapi relaksasi bekerja dengan mengaktifasi sistem saraf parasimpatis yang menekan respons stres melalui penurunan hormon kortisol dan katekolamin sehingga dapat menstabilkan tekanan darah. Mekanisme ini sangat relevan dengan patofisiologi preeklampsia yang ditandai oleh disfungsi endotel, stres oksidatif, dan peningkatan aktivitas simpatis. Namun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada *outcome* psikologis dan belum secara spesifik mengevaluasi

parameter klinis seperti proteinuria atau fungsi organ, sehingga hubungan langsung dengan perbaikan kondisi preeklampsia postpartum masih memerlukan penelitian lebih lanjut.

Aromaterapi dalam Menurunkan Gangguan Psikologis Postpartum

Aromaterapi merupakan salah satu terapi komplementer yang paling banyak diteliti dalam konteks postpartum. Studi oleh Cansizlar dan Şahin (2024) menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi pada ibu postpartum secara signifikan menurunkan tingkat nyeri dan kecemasan serta meningkatkan kenyamanan pasien. Efek ini berkaitan dengan stimulasi reseptor olfaktori yang terhubung langsung dengan sistem limbik, yaitu pusat pengaturan emosi di otak.

Penelitian oleh Noura et al. (2024) yang menggunakan minyak esensial lavender juga menemukan hasil serupa, di mana aromaterapi mampu menurunkan kecemasan dan nyeri secara signifikan pada ibu pasca operasi caesar. Lavender diketahui memiliki efek sedatif ringan yang dapat meningkatkan relaksasi dan kualitas tidur. Penelitian oleh Hu et al. (2022) juga menguatkan temuan ini dengan menunjukkan bahwa aromaterapi efektif dalam menurunkan kecemasan dan depresi postpartum. Namun, hasil yang berbeda ditunjukkan penelitian oleh Shamsunisha et al. (2023), yang menyatakan bahwa meskipun terdapat penurunan depresi postpartum, efeknya tidak selalu signifikan secara statistik. Hal ini disebabkan oleh ukuran sampel yang kecil variasi jenis minyak esensial, serta perbedaan durasi dan metode intervensi.

Secara mekanisme, aromaterapi bekerja melalui stimulasi sistem limbik yang berhubungan dengan emosi dan respons stres. Penurunan kecemasan dan stres ini secara tidak langsung dapat berkontribusi terhadap stabilitas tekanan darah. Namun, seperti terapi relaksasi, sebagian besar penelitian tidak secara spesifik mengukur parameter klinis preeklampsia seperti tekanan darah atau proteinuria, penggunaan aromaterapi dalam konteks preeklampsia postpartum lebih tepat diposisikan sebagai terapi pendukung untuk mengurangi stres dan kecemasan.

Massage Therapy dan Efek Fisiologisnya

Massage therapy merupakan intervensi non-farmakologis yang juga menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan kondisi ibu postpartum. Studi oleh Smith et al. (2022) dalam *systematic review* dan *meta-analysis* menunjukkan bahwa *massage therapy* secara signifikan menurunkan nyeri postpartum, terutama pada ibu yang menjalani operasi caesar. Selain itu, Shetty

dan Fogarty (2021) melaporkan bahwa *massage* tidak hanya mengurangi nyeri, tetapi juga mampu menurunkan tingkat stres dan kecemasan. Efek ini berkaitan dengan peningkatan sirkulasi darah dan stimulasi sistem saraf parasimpatis, yang dapat membantu menurunkan tekanan darah secara tidak langsung. Dalam konteks preeklampsia, *massage* memiliki potensi sebagai terapi tambahan karena dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan relaksasi. Namun, seperti terapi lainnya, bukti yang secara langsung menghubungkan *massage* dengan perbaikan parameter klinis preeklampsia masih terbatas.

Intervensi Nutrisi dan Gaya Hidup

Intervensi nutrisi dan gaya hidup juga memiliki peran penting dalam manajemen preeklampsia dan periode postpartum. Studi oleh Nadeem et al. (2025) menunjukkan bahwa pengaturan diet dan gaya hidup dapat membantu mengontrol tekanan darah serta mencegah komplikasi lebih lanjut pada pasien dengan preeklampsia dan postpartum eklampsia. Selain itu, penelitian oleh Imanpour et al. (2023) menunjukkan bahwa intervensi nutrisi yang terstruktur dapat menurunkan risiko hipertensi gestasional secara signifikan. Studi kasus oleh Zhang et al. (2024) juga menunjukkan bahwa pasien dengan riwayat preeklampsia berat. Lebih lanjut, studi oleh Slater et al. (2023) menekankan bahwa wanita dengan riwayat *hypertensive disorders of pregnancy* memiliki risiko lebih tinggi terhadap penyakit kardiovaskular di masa depan. Oleh karena itu, periode postpartum menjadi waktu yang penting untuk melakukan intervensi gaya hidup sebagai upaya pencegahan jangka panjang pasien dengan riwayat preeklampsia berat. Lebih lanjut, studi oleh Slater et al. (2023) menekankan bahwa wanita dengan riwayat *hypertensive disorders of pregnancy* memiliki risiko lebih tinggi terhadap penyakit kardiovaskular di masa depan. Oleh karena itu, periode postpartum menjadi waktu yang penting untuk melakukan intervensi gaya hidup sebagai upaya pencegahan jangka panjang.

Kombinasi Terapi Komplementer dan Pendekatan Holistik

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kombinasi terapi memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan terapi tunggal. Studi oleh Wang et al. (2024) menunjukkan bahwa

kombinasi *aromatherapy massage* dengan teknik pelepasan emosi berbasis *Traditional Chinese Medicine* secara signifikan menurunkan depresi dan stres pada ibu postpartum. Pendekatan ini sejalan dengan konsep keperawatan holistik yang mempertimbangkan aspek biologis, psikologis, dan sosial pasien. Dalam konteks postpartum dengan riwayat preeklampsia, pendekatan ini menjadi sangat relevan karena kondisi pasien tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisik, tetapi juga faktor psikologis dan lingkungan pasien dengan riwayat preeklampsia berat. Lebih lanjut, studi oleh Slater et al. (2023) menekankan bahwa wanita dengan riwayat *hypertensive disorders of pregnancy* memiliki risiko lebih tinggi terhadap penyakit kardiovaskular di masa depan. Oleh karena itu, periode postpartum menjadi waktu yang penting untuk melakukan intervensi gaya hidup sebagai upaya pencegahan jangka panjang.

Kombinasi Terapi Komplementer dan Pendekatan Holistik

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kombinasi terapi memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan terapi tunggal. Studi oleh Wang et al. (2024) menunjukkan bahwa kombinasi *aromatherapy massage* dengan teknik pelepasan emosi berbasis *Traditional Chinese Medicine* secara signifikan menurunkan depresi dan stres pada ibu postpartum. Pendekatan ini sejalan dengan konsep keperawatan holistik yang mempertimbangkan aspek biologis, psikologis, dan sosial pasien. Dalam konteks postpartum dengan riwayat preeklampsia, pendekatan ini menjadi sangat relevan karena kondisi pasien tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisik, tetapi juga faktor psikologis dan lingkungan.

SIMPULAN

Hasil rapid literature review menunjukkan bahwa terapi komplementer memiliki potensi signifikan sebagai intervensi pendukung dalam manajemen ibu postpartum dengan riwayat preeklampsia. Berbagai intervensi seperti teknik relaksasi (guided imagery dan progressive muscle relaxation), aromaterapi, massage therapy, serta intervensi nutrisi terbukti dapat meningkatkan mekanisme coping, menurunkan stres dan kecemasan, serta memberikan efek fisiologis berupa penurunan tekanan darah. Selain itu, pendekatan kombinasi terapi dan intervensi gaya hidup juga berkontribusi dalam pencegahan komplikasi jangka panjang, termasuk risiko penyakit kardiovaskular. Namun demikian, masih diperlukan penelitian lebih lanjut dengan desain yang lebih kuat untuk mengkaji efektivitas terapi komplementer terhadap parameter klinis spesifik preeklampsia. Diperlukan penguatan peran tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam

mengintegrasikan terapi komplementer ke dalam asuhan keperawatan maternitas secara holistik, terutama pada periode postpartum dengan riwayat preeklampsia.

DAFTAR PUSTAKA

- Abera, M., et al. (2024). Effects of relaxation interventions during pregnancy on maternal mental health.
- Hipson, M., & Musriah. (2020). Kejadian Preeklampsia Berat Berdasarkan Usia, Paritas Dan Pendidikan Ibu. *Babul Ilmi_Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 12(2), 193–203.
- Hu, T. M., et al. (2022). Effectiveness of aromatherapy for postpartum emotional problems.
- Imanpour, V., et al. (2023). Nutritional interventions to prevent gestational hypertension.
- Lima-De-La-Iglesia, C., et al. (2024). *Complementary therapies during pregnancy and postpartum*.
- Nadeem, S., et al. (2025). Dietary and lifestyle management of preeclampsia.
- Nouira, S., et al. (2024). Lavender aromatherapy after cesarean section.
- Neti Isnawati, et al (2024)Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil, *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 6(1)
- Purwanti, A. P., Saputri, A. Y., & Panjaitan, E. A. (2021). Asuhan Keperawatan Sectio Caesarea Dengan Indikasi Pre-Eklamsia Berat. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 4(1), 1–4. <https://doi.org/10.47522/jmk.v4i1.96>
- Puspitasari, Y., et al. (2025). Mind nursing intervention in preeclampsia.
- Ritonga, A. P. P., & Ariati, A. (2023). Hubungan Faktor Risiko Ibu Dengan Kejadian Preeklampsia Di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2018-2020. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 6(1), 106–112. <https://doi.org/10.30743/stm.v6i1.381>
- Samsi, M. N. (2024). The Use of Antihypertensive Drugs In Patients With Preeclampsia. 49(1), 1–4.
- Shamsunisha, Y., et al. (2023). Aromatherapy for postpartum depression.
- Slater, K., et al. (2023). Cardiovascular risk after hypertensive disorders of pregnancy. Preeklampsia Berat Di Rsud Dr. Slamet Kabupaten Garut. *Jurnal Ilmu Kesehatan Prima Insan Cendikia (JPIC)*, 1(1), 31–40.
- Wang, X., et al. (2024). Aromatherapy massage and emotional therapy in postpartum women.

- Yasmine, R., Darmawati, & Fitri, A. (2022). Asuhan Keperawatan Pre dan Post Sectio Caesarea dengan Preeklampsia: Suatu Studi Kasus. *JIM FKep*, 1(4), 17–26.
- Zainiyah, Z., & Harahap, D. A. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Preeklampsia Pada Ibu Hamil Trimester III pada Praktik Mandiri Bidan X di Bangkalan. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(3), 504–511.
<https://doi.org/10.25311/keskom.vol9.iss3.1533>