

**Efektifitas Terapi Aroma Terapi Lavender Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan
Kala I Fase Aktif Di Puskesmas Sentani Kabupaten Jayapura**

Ika Wijayanti¹ Yeni Wardhani²

^{1,2}*Department of Midwifery, Poltekkes Kemenkes Jayapura, Indonesia*

Corresponding author: Ika Wijayanti

Email: ika.midwifery@gmail.com

ABSTRACT

Childbirth is something that is experienced by every woman who wants to remove the fetus from her womb. One thing that often accompanies this is pain. Pain during labor can be distinguished based on type, duration and intensity. Pain during labor can cause fatigue or weakness which can ultimately result in fetal distress, even death in the mother. In general, there are two ways to overcome pain during labor, namely by using pharmacological and non-pharmacological methods. The use of pharmacological methods reduces labor pain physiologically, but the psychological and emotional conditions of the mother will be neglected, while non-pharmacological methods are effective without adverse side effects and can increase satisfaction during labor because the mother can control her feelings and strength. some non-pharmacological methods for reducing pain are the use of lavender aromatherapy. This study aims to determine the effectiveness of lavender aromatherapy on reducing labor pain during the first active phase at the Sentani Health Center, Jayapura Regency. This study is a quasi-experimental study (Quasy Experiment) with a one group pretest-posttest design. The population in the study were all mothers giving birth in the Active phase at the Sentani Health Center, Jayapura Regency and the sample used was 15 mothers giving birth using the Non Probability Sampling technique with the "Accidental Sampling" approach. Results: there was a significant effect between pain intensity before and after being given lavender aromatherapy in mothers giving birth in the first stage of the active phase with a p value of -0.000 (, 0.05).

Keyword : midwifery; labor pain; aromatherapy; lavender;

**Introduction
(Pendahuluan)**

Persalinan merupakan hal yang dialami oleh setiap perempuan yang ingin mengeluarkan janin dari dalam kandungannya. Salah satu hal yang sering menyertai hal tersebut adalah rasa nyeri. Rasa nyeri pada persalinan bisa dibedakan berdasarkan jenis, lama dan intensitasnya (Adrian, 2021)

Rasa nyeri pada persalinan bisa menyebabkan kelelahan atau lemas yang pada akhirnya bisa mengakibatkan gawat janin, bahkan kematian pada ibu. Secara umum, ada dua cara untuk mengatasi rasa nyeri pada persalinan, yaitu dengan menggunakan metode farmakologi dan non

farmakologi. Penggunaan metode farmakologis membuat nyeri persalinan akan berkurang secara fisiologis, namun kondisi psikologis dan emosional ibu akan terabaikan (Sunarsih, 2020), sedangkan untuk metode non-farmakologis bersifat efektif tanpa efek samping yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya (Darma, 2020). Beberapa metode non farmakologi untuk pengurangan rasa nyeri yaitu penggunaan aroma terapi lavender.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan keefektifitasan aromaterapi lavender tersebut. Penelitian Wiwin Widayani menunjukkan ada penurunan nyeri sebelum dan setelah pemberian

aromaterapi lavender secara inhalasi ($Z=-3,77$) dengan p-value 0,001 (Widayani, 2016). Penelitian Susilarini dkk tentang pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin tahun 2017 menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. Terjadinya penurunan skala nyeri setelah diberikan aromaterapi lavender karena wangi yang dihasilkan aromaterapi lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami (Susilarini, 2017).

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan skema peneliti pemula yang berjudul “Bagaimana efektifitas aroma therapy lavender dengan terapi musik terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Sentani Kabupaten Jayapura.

Methods **(Metode Penelitian)**

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu (Quasy Experiment) dengan desain one group pretest-posttest design. Populasi dalam penelitian adalah semua ibu bersalin kala I fase aktif di Puskesmas Sentani Kabupaten Jayapura dan sampel yang digunakan sebanyak 15 ibu bersalin dengan menggunakan teknik Non Probability Sampling dengan pendekatan accidental sampling. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis Uji Paired T Test.

Results and Discussion **(Hasil dan Pembahasan)**

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Rata-rata Score Skala Nyeri Persalinan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aroma Terapi Lavender Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif

Nyeri Persalinan	N	Mean
Pre Intervensi Aroma terapi Lavender	15	5.8
Post Intervensi Aroma terapi Lavender	15	4,733

Sumber : Data Primer Tahun 2022

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil pengukuran score frekuensi skala nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif terhadap 15 responden

sebelum diberikan Aroma terapi Lavender. Diketahui rata-rata skor frekuensi skala nyeri 5,733 (SD:1,0998 ; SE: 0,2840). Setelah diberikan Aroma terapi Lavender diketahui rata-rata skor frekuensi skala nyeri 5,133.

2. Analisis Bivariat

Tabel 2. Perbedaan Nyeri Persalinan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aroma terapi Lavender Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif

Nyeri Persalinan	N	Mean	SD	P-value
Pre Intervensi				
Aroma terapi Lavender	15	5.8	2,4553	0,000
Post Intervensi				
Aroma terapi Lavender	15	4,733	1.9536	

Sumber : Data Primer Tahun 2022

Berdasarkan tabel 2 diatas di peroleh nilai p-value sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah pemberian terapi aroma terapi lavender pada ibu bersalin kala I fase aktif. Rata-rata nyeri persalinan pre test adalah 5,8 dan rata-rata nyeri persalinan post test adalah 4,733. Rata-rata penurunan nyeri persalinan adalah 1,06 yaitu bernilai positif sehingga terjadi kecenderungan penurunan nyeri sesudah perlakuan dengan rata-rata penurunan sebesar 1,06.

PEMBAHASAN

1. Rata-rata Score Frekuensi Skala Nyeri Persalinan Kala I Sebelum dan sesudah Pemberian Aroma Terapi Lavender

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari 15 responden ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Sentani, diperoleh distribusi frekuensi skala nyeri sebelum pemberian aroma terapi lavender adalah rata-rata 5,8.

Rasa nyeri pada persalinan merupakan suatu hal yang fisiologis yang menandakan dari adanya kontraksi otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar kearah paha. Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut rahim (serviks). Dengan adanya pembukaan servik inilah akan menjadi persalinan. Rasa nyeri yang dialami selama persalinan bersifat unik pada setiap ibu.

Penelitian yang dilakukan oleh Sunarsih, dkk (2017), tentang pemberian terapi musik klasik pada

ibu bersalin kala I fase aktif menunjukkan hasil P-value $<0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian terapi musik klasik dapat mengurangi tingkat ketegangan emosi dan juga nyeri. Musik dapat memberikan rangsangan sensoris yang menenangkan sehingga membantu pelepasan hormon endorfin dimana hormon endorfin dapat mengontrol atau mengurangi rasa nyeri.

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari 15 responden ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Sentani, diperoleh distribusi frekuensi skala nyeri setelah pemberian aroma terapi lavender adalah rata-rata 4,733. Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa terjadi penurunan intensitas nyeri persalinan setelah diberikan aroma terapi lavender.

Nyeri persalinan perlu mendapatkan penanganan yang baik dan tidak menimbulkan komplikasi yang dapat mengganggu persalinan. Terdapat beberapa teknik untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Berbagai jenis manajemen nyeri nonfarmakologis seperti akupunktur, teknik pernapasan dan akupresur, aroma terapi, music therapy, terapi pijat dan hydrotherapy.

Lavender merupakan minyak yang paling aman dan populer untuk digunakan sebagai terapi pengobatan. Lavender bersifat sebagai analgetik, antipiretik, antidepresan, antispasmodik, antiviral, diuretic, hypotensive dan paling aman untuk digunakan, yang dapat merangsang sensorik dan merangsang hipotalamus untuk mengendalikan emosi, ingatan, mengatur suhu tubuh, reaksi terhadap stres dan penyakit sistem hormonal. Penelitian sebelumnya menyarankan agar aromaterapi lavender untuk 15 menit dapat mengurangi intensitas rasa sakit ibu pasca operasi caesar (Apryanti, 2017).

Beberapa hasil penelitian menunjukkan keefektifitasan aromaterapi lavender tersebut. Penelitian Wiwin Widayani menunjukkan ada penurunan nyeri sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi ($Z=-3,77$) dengan p-value 0,001 (Widayani, 2016). Penelitian Susilarini dkk tentang pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin tahun 2017 menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. Terjadinya penurunan skala nyeri setelah diberikan aromaterapi lavender karena wangi yang dihasilkan aromaterapi lavender akan menstimulasi talamus untuk

mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami (Susilarini, 2017)

2. Perbedaan Nyeri Persalinan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aroma terapi Lavender Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari 15 responden ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif di Puskesmas Sentani Kabupaten Jayapura setelah dilakukan pemberian aroma terapi lavender terdapat penurunan skala nyeri yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata sebelum pemberian terapi musik pada ibu bersalin adalah 5,8 dan nilai rata-rata setelah diberikan terapi musik pada ibu bersalin adalah 4,733 dengan nilai p-value 0,000 ($<0,005$). Rata-rata penurunan nyeri persalinan adalah 1,06 yaitu bernilai positif sehingga terjadi kecenderungan penurunan nyeri sesudah perlakuan dengan rata-rata penurunan sebesar 1,06.

Hal ini sejalan dengan penelitian Adriani tahun 2022, bahwa penerapan aromaterapi lavender dapat dijadikan terapi non farmakologis yang diberikan kepada ibu bersalin dan terbukti dapat mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif. (Adriani, 2022).

Conclusion (Simpulan)

Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata sebelum pemberian aroma terapi lavender pada ibu bersalin adalah 5,8 dan nilai rata-rata setelah diberikan terapi musik pada ibu bersalin adalah 4,733 dengan nilai p-value 0,000 ($<0,005$). Rata-rata penurunan nyeri persalinan adalah 1,06 yaitu bernilai positif sehingga terjadi kecenderungan penurunan nyeri sesudah perlakuan dengan rata-rata penurunan sebesar 1,06. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan setelah diberikan aroma terapi lavender pada ibu bersalin kala I fase aktif dengan p-value = 0,000 ($<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa aroma terapi lavender efektif dalam mengurangi nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif

References (Daftar Pustaka)

- [1] Adrian, K. (2021). Berbagai Cara Mengatasi Nyeri Persalinan. Alodokter. <https://www.alodokter.com/nyeri-persalinan-bisa-diatasi>
- [2] Adriyani, R (2022). Pemberian Aromaterapi Lavender untuk Mengurangi Nyeri Persalinan. Babul Ilmi_Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan, 14 (2),108-115. <https://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/126>
- [3] Darma, I. Y., Abdillah, N., Idaman, M., & Morika, H. D. (2020). The effect of the implementation active birth technique using hypnobirthing accelerated the progress of the first stage of labor among intrapartum mother. International Journal Of Community Medicine And Public Health, 7(12), 4745. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20205144>
- [4] Susilarini, S., Winarsih, S., & Idhayanti, R. I. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. Jurnal Kebidanan, 6(12), 47. <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i12.1912>
- [5] Apryanti, Y. P. S., Suhartono; Ngadiyono, Ngadiyono. (2017). The Impact Of Lavender Aromatherapy On Pain Intensity And Beta-Endorphin Levels In Post-Caesarean Mothers. Belitung Nursing Journal, 3(5), 487-495.
- [6] Fitriyanti, Q. (2017). Efektivitas massage effleurage yang dilakukan suami terhadap nyeri persalinan kala I fase laten di Kecamatan Setu [UIN Syarif Hidayatullah]. epository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/36652
- [7] Mauliddiya. (2019). Efektivitas Kombinasi Relaksasi Nafas Dalam Dengan Deep Back Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Di BPM Kiswari Kota Metro Tahun 2019. [Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang]. <http://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/460>
- [8] Solehati, T. 2018. Terapi Nonfarmakologi Nyeri Padapersalinan: Systematic Review. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 3(1). <https://doi.org/10.30651/jkm.v3i1.1568>
- [9] Sunarsih, S., & Sari, T. P.(2020). Nyeri persalinan dan tingkat kecemasan pada ibu inpartu kala I fase aktif. Holistik Jurnal Kesehatan, 13(4), 327–332. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i4.1365>
- [10] Widayani, W. (2016). Aromaterapi Lavender dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Perineum pada Ibu Post Partum. 4(September), 123–128.