
**PENGARUH PEMBERIAN AROMA TERAPI LAVENDER PADA IBU NIFAS
DENGAN NYERI JAHITAN PERINEUM DI PUSKESMAS BRATI**

Oleh

Laily Himawati¹⁾, Dian Vitaloka²⁾

1) Dosen Universitas An Nuur, Email: laily.himawati05@gmail.com

2) Mahasiswa Universitas An Nuur, Email: Dianvitaloka25@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Nyeri merupakan pengalaman sensoris subektif dan emosional yang tidak menyenangkan yang didapat terkait dengan kerusakan jaringan yang nyata, berpotensi rusak atau menggambarkan kondisi terjadinya kerusakan. Penanganan yang sering digunakan untuk menurunkan nyeri berupa penanganan farmakologi dan terapi non farmakologi salah satunya yaitu relaksasi distraksi, kompres hangat, dan aromaterapi. Mekanisme aromaterapi dalam tubuh manusia berlangsung melalui dua sistem fisiologi yaitu sirkulasi tubuh dan sistem penciuman, wewangian dapat mempengaruhi kondisi prikis, daya ingat, dan emosi seseorang. Salah satu aromaterapi yang dapat digunakan adalah aromaterapi lavender. Aromaterapi lavender dapat memberikan ketenangan, rasa nyaman, rasa keyakinan, mengurangi stress, mengurangi rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, kepanikan, lavender dapat mengurangi rasa nyeri dan dapat memberikan relaksasi.

Metode: Uji analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan analisis *Wilcoxon*. Tempat pengambilan penelitian adalah di Puskesmas Brati. Pengambilan sampel dengan teknik *non-probability* sampling jenis *purposive sampling*. Sampel yang diambil sebanyak 30 ibu nifas 6 jam post partum. Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah format pengkajian.

Hasil: Hasil uji *Mann Whitney* diperoleh *p-value* sebesar 0,000 (<0,05), yang berarti Ada Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Pada Ibu Nifas dengan Nyeri Jahitan Perineum di puskesmas Brati

Kesimpulan: Terdapat pengaruh pemberian aroma lavender pada ibu nifas dengan nyeri perineum

Kata Kunci : Aroma Lavender, Nyeri Perineum

**EFFECT OF LAVENDER AROMA THERAPY ON NIFAS MOTHER WITH
PERINEUM STITCH PAIN IN PUSKESMAS BRATI**

By

Laily Himawati¹⁾, Dian Vitaloka²⁾

1) Lecturer of Universitas An Nuur, Email : laily.himawati05@gmail.com

2) Student of Universitas An Nuur, Email : Dianvitaloka25@gmail.com

ABSTRACT

Background: Pain is an unpleasant subjective and emotional sensory experience that is obtained related to real tissue damage, potentially damaged or describing the condition of the occurrence of damage. Treatment that is often used to reduce pain in the form of pharmacological treatment and non-pharmacological therapy, one of which is relaxation of distraction, warm compress, and aromatherapy. The mechanism of aromatherapy in the human body takes place through two physiological systems, namely the circulation of the body and the olfactory system, fragrance can affect a person's prikis, memory, and emotions. One of the aromatherapy that can be used is lavender aromatherapy. Lavender aromatherapy can provide calmness, comfort, confidence, reduce stress, reduce pain, unbalanced emotions, panic, lavender can reduce pain and can provide relaxation.

Method: Bivariate analysis test in this study using Wilcoxon analysis. The place to take research is in Brati Health Center. Sampling with non-probability sampling techniques of purposive sampling type. Samples taken as many as 30 mothers nifas 6 hours post partum. The main instrument used in this study is the assessment format.

Results : Mann Whitney test results obtained $0.000 < 0.05$, which means there is an influence of lavender therapy aroma giving in Nifas mother with perineum stitch pain in Brati health center

Conclusion: There is an influence of lavender aroma in the mother nifas with perineum pain

Keywords: Lavender Aroma, Perineum Pain

PENDAHULUAN

Luka perineum adalah luka karena adanya robekan jalan lahir baik karena rupture maupun karena episiotomi pada waktu melahirkan janin. Ruptur perineum adalah robekan yang terjadi pada perineum sewaktu persalinan. Robekan jalan lahir merupakan luka atau robekan jaringan yang tidak beraturan (Elisabeth Siwi Walyani, 2017)

Nyeri merupakan pengalaman sensoris subektif dan emosional yang tidak menyenangkan yang didapat terkait dengan kerusakan jaringan yang nyata, berpotensi rusak atau menggambarkan kondisi terjadinya kerusakan (Elisabeth Siwi Walyani, 2017). Penanganan yang sering digunakan untuk menurunkan nyeri berupa penanganan farmakologi dan terapi non farmakologi salah satunya yaitu relaksasi distraksi, kompres hangat, dan aromaterapi. Mekanisme aromaterapi dalam tubuh manusia berlangsung melalui dua sistem fisiologi yaitu sirkulasi tubuh dan sistem penciuman, wewangian dapat mempengaruhi kondisi prikis, daya ingat, dan emosi seseorang. Salah satu aromaterapi yang dapat digunakan adalah aromaterapi lavender. Aromaterapi lavender dapat memberikan ketenangan, rasa nyaman, rasa keyakinan, mengurangi stress, mengurangi rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, kepanikan, lavender dapat mengurangi rasa nyeri dan dapat

memberikan relaksasi (Ina Rohmawati, 2015).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh wiwim widayani pada tahun 2016 tentang aromaterapi lavender dapat menurunkan intensitas nyeri perineum pada ibu post partum, diperoleh hasil yang signifikan terhadap penurunan nyeri luka jahitan perineum pada ibu *post partum* dengan p-value 0,01. Selain itu hasil penelitian yang dilakukan oleh Vakillian memperoleh hasil bahwa pemberian aromaterapi lavender dapat mengurangi nyeri perineum pada 60 ibu nifas yang mengalami laserasi spontan atau episiotomi, 40% diantaranya tidak mengalami sakit. Dale dan Cornwell melaporkan nyeri perineum berkurang pada 635 ibu nifas yang mandi dengan menambahkan minyak lavender.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh East pada tahun 2010 di rumah sakit Royal Victoria di Australia terjadi 90% ibu nifas mengalami nyeri perineum, 33% nyeri dirasakan ketika berjalan, 39 ketika duduk, dan 45% ketika berbaring.

Sedangkan menurut SDKI pada tahun 2016 luka perineum dialami oleh 57% ibu, dimana 28% disebabkan oleh episiotomi, dan 29% disebabkan oleh robekan spontan. Pada tahun 2016 ibu bersalin yang mengalami luka perinium 52% disebabkan oleh persalinan dengan

berat bayi cukup atau lebih (Depkes RI, 2016).

Penelitian Stea Susana (2014) yang menunjukkan terapi esenseal lavender berpengaruh secara positif pada kecemasan insomnia dan mengontrol rasa sakit.

Survey pendahuluan di Puskesmas Brati pada bulan Desember 2019 yang bersalin di Puskesmas Brati di dapatkan 65 orang ibu bersalin normal, ibu bersalin yang mengalami ruptur perineum sebanyak 49 (75%), dan ibu bersalin tanpa robekan perineum 15 (25%). Dari 49 orang yang mengalami luka perineum 44 orang mengalami nyeri sedang dan 5 mengalami nyeri luka ringan. Karena itu perlu dilakukan tindakan untuk mengurangi rasa nyeri yang dialami oleh ibu postpartum. Salah satu tindakan untuk mengurangi rasa nyeri dengan menggunakan aromaterapi lavender. Dari latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Pada Ibu Nifas Dengan Nyeri Jahitan Perineum”

METODOLOGI

Jenis penelitian ini merupakan Quasi Eksperimen dengan rancangan *pre and post with Control Group*. Penelitian ini menggunakan dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok perlakuan

yang diukur skala nyerinya sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) intervensi. Kelompok perlakuan diberikan aromaterapi lavender serta tetap mendapatkan prosedur standar berupa analgesik, dan kelompok control hanya mendapat prosedur tetap yaitu analgesic

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu postpartum dengan luka perineum derajat 2 di ruang bersalin Puskesmas Brati yang pada bulan Februari ada 32 orang. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*, karena sampel penelitian ini didasarkan pada pertimbangan tertentu yaitu ibu postpartum dengan luka perineum derajat 2. Menurut Sugiono (2008:91) bahwa pengambilan jumlah sampel untuk penelitian eksperimen sederhana adalah 10-20 sampel. Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 15 orang untuk kelompok intervensi dan 15 orang untuk kelompok control.

Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi skala nyeri Numerical rating Scales (NRS) yang skala nyeri 0-10, dengan batasan nyeri 0 tidak nyeri, 1-3 nyeri ringan, 4-6 nyeri sedang dan 7-10 nyeri berat. Analisa yang digunakan dengan analisis univariat yaitu mean, median dan modus dan analisis bivariat dengan Uji wilcoxon dan Uji Mann Whitney

HASIL

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Puskesmas Brati pada bulan Februari 2020 dengan sampel 30 orang. Dimana sampel tersebut di kelompokkan menjadi dua yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Pada kelompok perlakuan diberikan pemberian aromaterapi lavender selama 30 menit secara inhalasi dan juga standar prosedur tetap di berikan yaitu analgesik dan kelompok kontrol hanya diberikan standar prosedur tetap. Dari hasil penelitian didapatkan data sbb

Tabel 1; Distribusi Nyeri Perineum Sebelum Intervensi

Kelompok	Mean	SD	Min	Max
Perlakuan	6.5	0.83	5	8
Kontrol	6.2	0.72	5	8

Tabel 2; Distribusi Nyeri Perineum Setelah Intervensi

Kelompok	Mean	SD	Min	Max
Perlakuan	3.30	0.83	3	6
Kontrol	5.29	0.82	7	8

Table 1.3 Uji *Mann Whitney*

Kelompok	N	Mean	P Value
Pre	15	3.93	0,00
Post	15	5.33	0,00

Hasil uji *Mann Whitney* diperoleh ρ value sebesar 0,000 ($<0,05$) yang Berarti Ada Pengaruh Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Pada

Ibu Nifas dengan Nyeri Jahitan Perineum di puskesmas Brati

Intervensi lavender mempunyai pengaruh yang lebih besar dalam menurunkan nyeri luka perineum. Nilai rata-rata nyeri luka kelompok perlakuan setelah diberikan aromaterapi lavender sebesar 3,93, sedangkan kelompok kontrol sebesar 5,33. Adaselisih 1.4 rentang nyeri antara kelompok kontrol dengan skala nyeri sedang 5,33.dibandingkan dengan kelompok perlakuan 3,93 skala nyeri ringan

PEMBAHASAN

1. Nyeri Luka perineum sebelum di beri intervensi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat nyeri responden untuk kelompok perlakua sebelum diberikan intervensi aroma terapi lavender dengan rata-rata sebesar 6,4 (nyeri sedang) dan kelompok kontrol sebelum diberikan invervensi analgesik dengan rata-rata 6,3 (nyeri sedang). Hal ini berarti nyeri luka perineum ibu postpartum sebelum diberikan kelompok perlakuan adalah sama Hal inisama dengan penelitian Wiwin (2016) bahwa ibu postpartum yang mengalami luka episiotomi derajat dua mengalami nyeri sedang (35.7%) dan penelitian dari Silviana (2011) bahwa didapatkan skala

nyeri sedang (60%) pada ibu nifas postpartum dengan luka episiotomy. Nyeri perineum yang dialami oleh ibu postpartum pada penelitian ini diakibatkan oleh proses persalinan. Saat persalinan terjadi dilatasi serviks dan distensi korpus uteri yang meregangkan segmen bawah uterus dan serviks kemudian nyeri dilanjutkan ke dermatom yang disuplai oleh segmen medula spinalis yang sama dengan segmen yang menerima input nosiseptif dari uterus dan serviks. Regangan dan robekan jaringan pada saat persalinan terjadi pada perineum dan tekanan pada otot skelet perineum, nyeri diakibatkan oleh rangsangan struktur somatik superficial dan digambarkan sebagai nyeri yang tajam dan terlokalisasi, terutama pada daerah yang disuplai oleh saraf pudendus (Mander, 2010)

2. Nyeri Luka perineum sebelum di beri intervensi

Hasil dari penelitian ini pada kelompok perlakuan yaitu pemberian aromaterapi lavender dan tetap memberikan prosedur tetap penanganan nyeri dengan analgesik yaitu parasetamol didapatkan hasil sebesar 3,93 (nyeri ringan) ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiwin (2016) setelah dilakukan pemberian aromaterapi skala nyeri yang tadinya

nyeri sedang (35,7%) menjadi nyeri ringan (39,3%). Komponen kimia utama lavender yang di kandunginya adalah linalyl acetate, linalool. Linalyl acetate digunakan sebagai anestesi untuk hewan dan dapat menghambat jalur kimia. Linalool juga dapat digunakan sebagai antispasmodik (Liu, Lin, Jiang, et al, 2008). Zat aktif dalam aromaterapi lavender mempunyai sifat sebagai bakterisida, analgesik, antidepresi, dan antispasmodik. Saat aromaterapi dihisap, linalool dan linalyl akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormon endorphin karena itu dapat menimbulkan rasa rileks dan juga berefek sebagai analgetik (Liu et al, 2008). Lavender juga berguna sebagai obat penenang, meringankan nyeri dan mengubah persepsi nyeri (Lavabree, 1990 dalam Sun Hee Han, 2012). Hal ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Argi Virgona Bangun (2013) bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pasien pasca operasi di rumah sakit Dustira Cimahi.

Hasil penelitian ini terdapat selisih 1,4 rentang nyeri antara kelompok kontrol dengan skala nyeri sedang 5,33. Di bandingkan dengan kelompok perlakuan 3,93 skala nyeri ringan. Pada kelompok kontrol yaitu kelompok yang hanya diberikan

prosedur tetap penanganan nyeri berupa analgesik parasetamol dan pada kelompok perlakuan diberikan aroma terapi lavender dan juga prosedur tetap yaitu analgesik. Meskipun demikian aroma terapi lavender mempunyai pengaruh terhadap nyeri pada luka perineum

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Brati yang terdiri dari kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dapat disimpulkan ada Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Pada Ibu Nifas Dengan Nyeri Jahitan Perineum

DAFTAR PUSTAKA

- Argi Virgona Bangun, Susi Nuraeni. 2013. Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap intensitas nyeri pada Pasien Pasca Operasi di Rumah Sakit Dustira Cimahi. *Journal Keperawatan Soedirman*. Volume 8 no 2
- Depkes RI, 2016, perawatan ibu hamil, Yogyakarta: Trans Info Media
- Liu, W. E., Lin, L. J., Jiang, Y. Y., Jhen, J. Y., Lin, P. X., Jien, Y. X. et. al (2008). 'Essential Oil Massage Effects on Neck and Shoulder Pain,' *Nursing Leadership*, 9, Pp.18-30.
- Mander. 2010. *Buku Ajar Kebidanan Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Rahmawati, Ina, dkk. 2015. Efektifitas Aromaterapi Lavender Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea.
- Silviana Eva. 2011. Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Perineum pada Ibu Nifas di BPS Siti Alfirdaus Kabupaten Tuban: *Journal Ners and Midwifery Indonesia*.Vol 3.
- Stea S. Beraudi A.2014. *De Pasquale D. Essential Oils For Complementary Treatment Surgical Patients*. State Of the Art, *Journal Evidence-Based Complement Althem Med*
- Sun-Hee Han. 2012. Effect Of Aromaterapi on Symptoms of Dysmenorrhea in College Sudents. A Randomized placebo-Controlled Clinici Trial. Vol 12. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*.
- Walyani, Elisabeth Siwi, Endang Purwoastuti. 2017. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Wiwin Widiyani. 2016. Aromaterapi Lavender dapat menurunkan intensitas nyeri perineum pada ibu postpartum. Bandung: Poltekes Kemenkes Bandung. *Journal ners and Midwifery Indonesia* Vol 4 No 3