
PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP NYERI PERSALINAN PADA PRIMIPARA KALA I FASE AKTIF

Oleh

Sri Untari ¹⁾, Nurul Kodiyah²⁾, Nurya Kumala Sari³⁾

- 1) An Nuur University Lecturer, Email: untariharsono@gmail.com
- 2) An Nuur University Lecturer.
- 3) An Nuur University Lecturer.

ABSTRAK

Latar Belakang: Rasa nyeri saat persalinan merupakan hal yang fisiologis dikarenakan timbulnya kontraksi pada rahim, meningkatkan rasa khawatir, tegang, rasa takut dan stress saat menghadapi persalinan yang mengakibatkan terhambatnya kemajuan persalinan. Nyeri persalinan dapat ditangani dengan menggunakan terapi komplementer dengan teknik aromaterapi. Aromaterapi lavender dapat mempengaruhi sistem limbik di otak yang merupakan pusat emosi, dan mampu menghasilkan hormon endorfin dan enkefalin yang mempunyai sifat penghilang rasa nyeri dan serotonin yang mempunyai efek menghilangkan rasa cemas dan tegang. Aromaterapi lavender mempunyai sifat-sifat antikonvulsan, antidepresan, anxiolytic, dan dan bersifat menenangkan pada saat persalinan

Metode: Desain penelitian ini adalah *quasy eksperiment* dengan pendekatan *one group pra-post test*. Variabel independent adalah pemberian aromaterapi lavender. Variabel dependent adalah nyeri persalinan. Populasi dalam penelitian ibu bersalin primipara, selama bulan April – Juni 2022, sampel sebanyak 28 responden. Pengambilan sampling teknik *non probability sampling* dengan *purposive sampling*. Alat pengumpulan data dengan menggunakan *Visual Analog Scale (VAS)*. Analisis bivariat dengan menggunakan *Paired Sample T Test*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan pada primipara kala I fase aktif.

Hasil: Terdapat penurunan skor nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender dengan nilai 7,535 (nyeri berat terkontrol) dan sesudah diberikan aromaterapi lavender diperoleh nilai 5,321 (nyeri sedang). Pemberian aromaterapi lavender pada nyeri persalinan pada primipara kala I fase aktif efektif dapat mengurangi nyeri persalinan.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap skala nyeri persalinan pada primipara kala I fase aktif.

Kata Kunci : Aromaterapi Lavender, Nyeri Persalinan.

THE EFFECT OF LAVENDER AROMATHERAPY ON LABOR PAIN IN PRIMIPARA IN ACTIVE PHASE I

By

Sri Untari¹⁾, Nurul Kodiyah²⁾, Nurya Kumala Sari³⁾

- 1) An Nuur University Lecturer, Email: untariharsono@gmail.com
- 2) An Nuur University Lecturer.
- 3) An Nuur University Lecturer.

ABSTRACT

Background: Pain during labor is a physiological thing due to the onset of contractions in the uterus, increasing anxiety, tension, fear and stress in facing labor which results in delays in the progress of labor. Labor pain can be treated using complementary therapy with aromatherapy techniques. Lavender aromatherapy can affect the limbic system in the brain which is the center of emotion, and is able to produce endorphins and enkephalins which have pain relieving properties and serotonin which has the effect of eliminating anxiety and tension. Lavender aromatherapy has anticonvulsant, antidepressant, anxiolytic, and soothing properties during labor.

Methods: The design of this study was a quasy experiment with a one group Pre-Post Test approach. The independent variable is giving Lavender aromatherapy. The dependent variable is labor pain. The population in this study was primiparous mothers, during April - June 2022, a sample of 28 respondents. Taking the side Non-probability sampling technique with purposive sampling. Data collection tool using Visual Analog Scale (VAS). Bivariate analysis using the Paired Sample T Test. The purpose of this study was to determine the effect of lavender aromatherapy on labor pain in primipara in the active phase of the first stage.

Results: There was a decrease in the pain score before being given lavender aromatherapy with a value of 7.535 (severe controlled pain) and after being given lavender aromatherapy a value of 5.321 (moderate pain). Giving lavender aromatherapy to labor pain can effectively reduce labor pain.

Conclusion: Thus it was concluded that there was an effect of giving lavender aromatherapy to the scale of labor pain in primipara in the active phase of the first stage.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Labor Pain.

PENDAHULUAN

Menurut WHO (2014), salah satu penyebab tingginya angka kematian ibu (AKI) adalah trauma pada ibu dan janin akibat nyeri persalinan. Nyeri persalinan dibedakan menjadi dua yaitu nyeri persalinan kala I dan nyeri persalinan kala II dengan rasa dan intensitas nyeri yang berbeda-beda

(Kepmenkes, 2020). Rasa nyeri pada persalinan kala I disebabkan oleh munculnya kontraksi otot-otot uterus, hipoksia dari otot-otot yang mengalami kontraksi, peregangan serviks, iskemia korpus uteri, dan peregangan segmen bawah rahim (Cunningham, 2013).

Nyeri pada saat persalinan merupakan hal fisiologis yang dialami oleh ibu bersalin, karena disebabkan oleh adanya kontraksi pada rahim, akan tetapi jika nyeri persalinan tidak diatasi dengan baik akan berdampak buruk pada ibu dan janin (Usatama, 2013). Nyeri yang dirasakan ibu bersalin disebabkan oleh kontraksi rahim dan kerusakan jaringan-jaringan selama persalinan normal. Persepsi tentang nyeri persalinan masing-masing orang berbeda-beda dan nyeri yang dirasakan ibu akan berdampak terhadap mental dan psikologis ibu (Kumalasari, 2012)

Rasa nyeri kontraksi uterus yang bisa mengakibatkan peningkatan sistem saraf simpatis, perubahan tekanan darah, denyut jantung, pernapasan dengan warna kulit dan apabila tidak segera diatasi akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, rasa takut dan stres. (Astuti, 2017).

Kecemasan adalah salah satu kendala yang dihadapi ibu pada saat menghadapi persalinan. Kecemasan akan sangat berpengaruh terhadap kemajuan persalinan yang berakibat pada pembukaan servik dan tidak lancar, selain itu dapat meningkatkan nyeri persalinan dan dilatasi servik menjadi tidak baik, sehingga kecemasan dan nyeri persalinan sangat berkaitan (Rahmy, 2013).

Masalah yang terjadi dapat diatasi dengan berbagai cara baik secara farmakologik maupun nonfarmakologi. Terapi

farmakologi yang dapat digunakan yaitu senyawa analgesik, narkotik, analgesia sistemik, narkotik campuran dan lainnya, akan tetapi memiliki efek mual, pusing dan lain-lain. Untuk nonfarmakologi seperti kompres panas dingin, massase, hidroterapi dan aromaterapi (Koesnoemardiyah, 2009).

Aromaterapi adalah terapi nonfarmakologi berbahan sari minyak murni, yang berfungsi untuk menurunkan nyeri persalinan. Keunggulan aromaterapi ini dapat membantu meringankan stress, anti depresan, meningkatkan memori, meningkatkan jumlah energi, menghilangkan rasa sakit, aromaterapi ini memiliki efek positif karena aroma yang segar, bisa merangsang reseptor sensori dan mempengaruhi organ yang lainnya hingga mengontrol emosi. Aromaterapi dapat digunakan dengan cara dihirup atau dioleskan pada kulit untuk dipijat dan dikombinasikan dengan inner oil. (Azizah, 2010).

Aromaterapi lavender dapat mempengaruhi sistem limbik di otak yang merupakan sentralnya emosi, dan mampu menghasilkan hormon endorfin dan enkefalin yang mempunyai sifat penghilang rasa nyeri dan serotonin yang mempunyai efek menghilangkan rasa cemas dan tegang. Karena aromaterapi lavender mempunyai sifatsifat antikonvulsan, antidepresan,

anxiolytic, dan dan bersifat menenangkan pada saat persalinan. (Azizah, 2010).

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *quasy eksperimen* menggunakan rancangan *one group pretest dan post test*. Populasi dalam penelitian ibu bersalin primipara, selama bulan April – Juni 2022, sampel sebanyak 28 responden. Jenis data yang digunakan yaitu data primer. Intrument yang digunakan pada penelitian yaitu *Visual Analog Scale (VAS)*. Responden

diberikan aromaterapi lavender jenis essential oil yang aplikasikan kedalam diffuser aromaterapi listrik, yang dinyalakan diruang intervensi selama 30 menit sebanyak 4 tetes dicampurkan dengan air bersih sampai batas yang telah ditentukan pada humidifier dinyalakan saat ibu dalam persalinan. Selanjutnya analisis bivariante dilakukan melalui uji *paired t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Rerata Skala Nyeri Persalinan Sebelum Pemberian Aromaterapi Lavender di Puskesmas Grobogan.

Variabel	Mean	SD	Minimum Maksimum	95% CI
Skala Nyeri Sebelum Aromaterapi Lavender	7,535	0,637	1-10	2,99 6,61

Berdasarkan data yang diperoleh dari 28 sampel penelitian, setelah dilakukan pengolahan data statistik didapatkan hasil distribusi dan frekuensi sebagai berikut:

Berdasarkan hasil *pre test* penelitian dengan menggunakan skala *Visual Analog Scale (VAS)* terhadap 28 responden ibu bersalin Primipara kala I diperoleh data, rata-rata nilai tingkat skala nyeri sebelum diberikan aromaterapi adalah

Pada saat sebelum diberikan intervensi (pre-test), rata-rata nilai nyeri persalinan pada Primipara pada skala nyeri 7,535 (nyeri berat terkontrol)

7,535 dengan standar deviasi 0,637. Hal ini terjadi karena responden merupakan ibu bersalin Primipara yang berada pada kala I, dimana menghadapi persalinan menjadi pengalaman pertama kali bagi para ibu hamil tersebut.

Tabel 2. Rerata Skala Nyeri Persalinan Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender di Puskesmas Grobogan

Variabel	Mean	SD	Minimum Maksimum	95% CI
Skala Nyeri Setelah Aromaterapi Lavender	5,321	0,547	1-10	2,99 6,61

Pada saat setelah diberikan intervensi (post-test), rata-rata nilai nyeri persalinan pada primipara kala I adalah 5,321 (nyeri sedang)

Berdasarkan hasil *post test* penelitian dengan menggunakan skala *Visual Analog Scale (VAS)* terhadap 28 responden ibu bersalin Primipara kala I

2. Analisis Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Skala Nyeri Ibu Bersalin Primipara Kala I di Puskesmas Grobogan Tahun 2022.

Variabel	N	Mean	Selisih Mean	SD	P value
<i>Pre-Test</i>	28	7,535	2,21	0,637	0,001
<i>Post-Test</i>	28	5,321		0,547	

Pada tabel diatas terlihat bahwa perbedaan nilai rata – rata tingkat skala nyeri persalinan Primipara kala I sebelum dan setelah diberikan aromatherapy lavender adalah 2,21. Selain itu berdasarkan hasil uji *Paired Sample T Test* diperoleh *p value* = 0,001 (< 0,05), sehingga secara statistik dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan primipara kala I di

diperoleh data, rata-rata nilai tingkat skala nyeri setelah diberikan aromaterapi adalah 5,321 dengan standar deviasi 0,547. Sehingga saat dilakukan penilaian tingkat skala nyeri pada pembukaan 4-9 cm ada penurunan nyeri dan ada juga yang tidak ada penurunan intensitas nyeri.

Puskesmas Grobogan tahun 2022.

Minyak lavender terdapat kandungan linalil dan linalool yang dihirup masuk kehidung ditangkap oleh bulbus olfactory kemudian melalui traktus olfaktorius yang bercabang menjadi dua yaitu sisi lateral dan medial dan berakhir di limbik. Limbik merupakan bagian dari otak yang berbentuk seperti huruf C sebagai tempat pusat memori, suasana hati dan intelektualitas berada. Bagian dari limbik

yaitu amiglada bertanggung jawab atas respon emosi kita terhadap aroma (Azizah, 2020)

Aromaterapi mempengaruhi tubuh ada tiga cara: efek samping farmakologis dari hormone dan enzim yang dapat

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian yang berjudul Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan Pada Primipara Kala I Fase Aktif, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Diketahui rata – rata nilai *pre – test* tingkat skala nyeri Primipara kala I fase aktif sebelum diberikan aroamterapi lavender adalah 7,535
2. Diketahui rata – rata nilai *post – test*

Azizah, N., Rosyidah, R., & Machfudloh, H. (2020). *Efektivitas Inhalasi Aromaterapi Lavender (Lavandula Augustifolia) dan Neroli (Citrus Aurantium) terhadap Penurunan Nyeri Proses Persalinan. Midwiferia Jurnal Kebidanan, [Internet]. 6(1), 26–31.*
<https://doi.org/10.21070/midwiferia.v%vi%i.44.http://dosen.umsida.ac.id/modul/publikasi/filesktp/214392/sktp-04-11-2020%2010:33:08-214392.pdf>. [Diakses 13 Juni 2022].

Karo, H.Y.K., Pramono, N., Wahyuni, S., Mashoedi, i.D., & Latifah, L. 2017. *Lavender (Lavandula Agustifolua) Aromatherapy As An Altenative Treatment In Reducing Pain In Primiparous Mothers In the Active First Stage Of Labor. Belitung Nursing Journal,*

menyebabkan perubahan kimia dalam tubuh, efek psikologis, termasuk relaksasi dan efek sedatif pada tubuh termasuk relaksasi dan efek fisiologis yang dihasilkan dari respon otak terhadap menghirup aroma (Karo, 2017)

KESIMPULAN

tingkat skala nyeri persalinan Primipara kala I fase aktif setelah diberikan aromaterapi lavender adalah 5,321

3. Diketahui nilai *p value* = 0,000 yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian aromaterapi lavender terhadap nyeri persalianan Primipara kala I fase aktif di Puskesmas Grobogan Tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

(Internet). 3(4), 420-425.
DOI:<https://doi.org/10.33546/bnj.159>. (Diakses 23 Juni 2022).

Sekjen Kementerian Kesehatan. Rencana Aksi Kegiatan (RAK) 2020-2024 [Internet]. 2020. Available from : erenggar.kemkes.go.id

Andarmoyo. S. 2013. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Jakarta : AR- RUZZ Media.

Cunningham, F. G. 2013. *Obstetri Williams (Williams Obstetri)*. Jakarta : EGC.

Koensoemardiyah. 2009. *A-Z. Aromaterapi untuk Kesehatan, Kebugaran, dan Kecantikan*. Yogyakarta:ANDI

Kumalasari, 2012. *Panduan Praktik Laboratorium dan Klinik Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal Bayi Baru Lahir dan Kontrasepsi*. Jakarta: Salemba Medika.

Rahmy. 2013. *Aromaterapi Perawatan Alami Untuk Sehat Dan Cantik*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.

Usatama, I.P. 2013. *Pengaruh Pijat Aromaterapi Terhadap Skala Nyeri Klien Inpartu Kala 1 Fase Aktif di BPS Binda Bukit Tinggi Tahun 2013*