

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf13nk211>

Aromaterapi Lavender untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif

Bunga Tiara Carolin

Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional; bunga.tiara@civitas.unas.ac.id (koresponden)

Cholisah Suralaga

Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional; cholisah.suralaga@civitas.unas.ac.id

Tuti Mirna Sasmita

Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional; mirnasasmita25@gmail.com

Shinta Novelia

Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional; shinta.novelia@civitas.unas.ac.id

ABSTRACT

One of the non-pharmacological ways to reduce labor pain is lavender aromatherapy. The purpose of this study was to determine the effect of lavender aromatherapy on labor pain in the active phase I at Sri Adika Clinic, Bekasi. The study used a pre-experimental method with a one-group pretest-posttest design. The research sample was taken by purposive sampling technique as many as 15 respondents who met the inclusion criteria. Pain level was measured in the phase before and after giving lavender aromatherapy. Data were analyzed using paired sample t-test. The results showed that the average labor pain before being given lavender aromatherapy was 5.80 and after being given lavender aromatherapy was 4.80. The value of $p = 0.030$, means that there is a difference in the level of pain between before and after giving lavender aromatherapy. It was concluded that lavender aromatherapy was effective in reducing labor pain in the active phase of the first stage.

Keywords: lavender aromatherapy; active phase of labor; pain level

ABSTRAK

Salah satu cara non-farmakologis untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu dengan aromaterapi lavender. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif di Klinik Sri Adika Bekasi. Penelitian menggunakan metode pra eksperimental dengan rancangan *one-group pretest-posttest*. Sampel penelitian diambil dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 15 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Tingkat nyeri diukur pada fase sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Data dianalisis menggunakan *paired sample t-test*. Hasil penelitian didapatkan rata-rata nyeri persalinan sebelum diberikan aromaterapi lavender sebesar 5,80 dan sesudah diberikan aromaterapi lavender sebesar 4,80. Nilai $p = 0,030$, berarti ada perbedaan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Disimpulkan bahwa aromaterapi lavender efektif untuk menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif.

Kata kunci: aromaterapi lavender; fase aktif persalinan; tingkat nyeri

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan saat yang dinanti-nantikan ibu hamil untuk merasakan kebahagiaan yang didambakan. Namun bagi beberapa wanita, persalinan kadang diliputi oleh rasa takut dan cemas terhadap rasa nyeri saat persalinan⁽¹⁾. Nyeri yang berlebihan akan menimbulkan rasa cemas yang dapat memicu produksi hormon progesteron yang dapat menyebabkan stress dan mempengaruhi kemampuan tubuh menahan rasa nyeri⁽²⁾.

Menurut data *World Health Organization* (WHO) diperkirakan setiap tahun terjadi 210 juta kehamilan di seluruh dunia, dan 20 juta perempuan mengalami kesakitan saat persalinan dan tahun 2013 diperkirakan di seluruh dunia terdapat sekitar 873.000 angka kematian ibu akibat masalah persalinan. Dari jumlah tersebut, 99% diantaranya terjadi di Negara-negara berkembang⁽³⁾. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2014 mencatat bahwa partus lama (42,96%) merupakan penyebab kematian maternal dan perinatal utama disusul oleh perdarahan 35,26%, dan eklampsia 16,44%. Hasil survei yang didapatkan bahwa partus lama dapat menyebabkan kegawatdaruratan pada ibu dan bayi. Pada ibu dapat terjadi perdarahan, syok, dan kematian sedangkan pada bayi dapat terjadi fetal distress, asfiksia dan caput. Menurut Kementerian Kesehatan tahun 2014, persalinan partus lama di Rumah Sakit di Indonesia diperoleh proporsi 4,3% yaitu 12,176 dari 281,050 persalinan⁽⁴⁾.

Nyeri persalinan disebabkan karena kontraksi uterus melalui sekresi kadar katekolamin dan kortisol yang meningkat, sehingga menyebabkan terjadinya penurunan aliran darah uterus dan penurunan aktivitas uterus yang mengakibatkan persalinan lama. WHO memperkirakan penyebab kematian ibu secara global sebanyak 8% disebabkan oleh persalinan lama⁽¹⁾.

Dalam pemberian metode farmakologis, nyeri persalinan akan berkurang secara fisiologis, namun kondisi psikologis dan emosional ibu akan terabaikan⁽⁵⁾. 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⁽²⁾.

Banyak penelitian mengemukakan bahwa terapi komplementer khususnya aromaterapi dengan minyak esensial mampu untuk memberikan kenyamanan dan mencegah terjadi infeksi. Aromaterapi berupa minyak esensial lavender merupakan salah satu terapi komplementer yang mampu mengatasi nyeri dan infeksi karena sebagai analgetik anti inflamasi, dan antimikroba⁽⁶⁾. Aromaterapi memberikan efek keharuman yang menguntungkan baik melalui metode inhalasi. Penghisapan aroma harum dapat menyebabkan perubahan psikologis dan fisiologis manusia. Aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks⁽⁷⁾.

Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Tumo Kabupaten Temanggung terhadap 33 responden menyatakan bahwa ibu bersalin sebelum mendapatkan perlakuan dengan aromaterapi lavender mengalami nyeri sedang sebanyak 87,9% dan mengalami nyeri berat sebanyak 12,1%. Setelah diberikan intervensi aromaterapi lavender mengalami penurunan nyeri menjadi nyeri ringan sebanyak 78,8%, tidak nyeri sebanyak 15,2% dan nyeri sedang sebanyak 6,1%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bersalin mengalami penurunan nyeri setelah diberikan perlakuan berupa aromaterapi lavender⁽⁸⁾.

Penelitian yang dilakukan oleh Turlina dan Fadhilah (2017) membuktikan bahwa aromaterapi lavender dapat menurunkan tingkat nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif di Lamongan⁽⁹⁾.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada bulan November 2020 di Klinik Sri Adika beberapa bidan mengaku bahwa semua ibu bersalin mengalami nyeri persalinan, dan berdasarkan hasil pengamatan langsung pada 5 ibu bersalin, semua ibu menyatakan bahwa nyeri terasa seperti ditusuk-tusuk, panas menjalar di sepanjang pinggang dan perut bawah, dan berdasarkan pengamatan langsung saat proses persalinan belum pernah ada yang menggunakan aromaterapi untuk mengatasi rasa nyeri pada saat proses persalinan yang dilakukan hanya teknik relaksasi dan masase untuk menghilangkan rasa nyeri.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif di Klinik Sri Adika Bekasi Tahun 2021”.

METODE

Metode penelitian ini yaitu *Quasi Experimental*, dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Lokasi penelitian ini berada di Klinik Sri Adika Bekasi. Penelitian dilakukan pada bulan November 2020 sampai Februari 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin di Klinik Sri Adika, Kecamatan Sukatani, Kabupaten Bekasi yaitu 18 orang. Sampel pada penelitian ini yaitu sebanyak 15 orang.

Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu nyeri persalinan kala I fase aktif sedangkan variabel independen yaitu aromaterapi lavender. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan lembar observasi dengan skala ukur *Verbal Descriptor Scale (VDS)*. Bahan yang digunakan yaitu pemberian aromaterapi lavender sebanyak 15 tetes yang dicampurkan ke dalam diffuser berisi air 20 ml diberikan selama 30 menit pada ibu bersalin kala I fase aktif. Uji normalitas data menggunakan uji *skewness* dan *kurtosis*, di mana terlihat hasil tidak melebihi ± 3 , maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, sehingga analisis yang digunakan adalah *paired sample t-test*.

HASIL

Dari tabel 1 dapat diketahui kelompok usia responden terbanyak adalah berusia 20-35 tahun yaitu 73,3%. Tingkat pendidikan terakhir respon yang terbanyak adalah SMA sebanyak 66,7%. Sedangkan pekerjaan responden terbanyak adalah ibu rumah tangga (53,3%).

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia		
• <20 tahun	4	26,7
• 20-35 tahun	11	73,3
• >35 tahun	0	0
Pendidikan		
• SMP	5	33,3
• SMA	10	66,7
Pekerjaan		
• Ibu rumah tangga	8	53,3
• Swasta	3	20
• Wiraswasta	4	26,7

Dari tabel 2 dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 5,80 (nyeri sedang) sedangkan sesudah diberikan aromaterapi terjadi penurunan menjadi 4,80 (nyeri sedang). Nilai p dari hasil uji hipotesis adalah = 0,030, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan nyeri persalinan antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender.

Tabel 2. Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender

Variabel	Sebelum				Sesudah				t	p
	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD	Min	Max		
Nyeri persalinan	5,80	1,014	4	7	4,80	1,424	3	7	2,415	0,030

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ditinjau dari karakteristik responden dari umur responden, diketahui sebagian besar berumur antara 20-35 tahun. Seseorang yang berusia lebih tua akan mampu merespon terhadap stressor yang dihadapi dari pada seseorang yang berusia lebih muda. Setiap orang memiliki cara yang berbeda dalam mengatasi dan menginterpretasikan nyeri⁽¹⁰⁾. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Magfuroh (2012) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan nyeri persalinan⁽¹¹⁾.

Faktor tingginya nyeri responden juga dapat ditinjau tingkat pendidikan. Tingkat pendidikan responden diketahui sebagian besar adalah SMA. Pendapat yang berbeda menyatakan tingkat pendidikan mempengaruhi persepsi seseorang dalam merasakan nyeri pada proses modulasi. Proses ini yang menyebabkan persepsi nyeri menjadi subyektif dan ditentukan oleh makna atau arti suatu input nyeri. Pengetahuan tentang pengelolaan nyeri dapat diperoleh dari pengalaman klien sendiri atau dari sumber lain, sehingga tingkat pendidikan bukan merupakan variabel yang dapat mempengaruhi persepsi nyeri⁽¹²⁾.

Berdasarkan karakteristik responden dari pekerjaan sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 8 orang (53,3%). Menurut Wiknjosastro (2010), pekerjaan adalah kesibukan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya. Seseorang yang mempunyai pekerjaan yang penting dan memerlukan aktifitas akan mengganggu saat kehamilan. Ibu hamil yang bekerja dapat menimbulkan kelelahan fisik dan mental sehingga mengakibatkan meningkatnya timbulnya rasa nyeri pada ibu hamil⁽¹³⁾.

Menurut asumsi peneliti karakteristik responden memiliki hubungan dalam intensitas nyeri yang akan ibu rasakan saat bersalin, mulai dari usia, bila usia yang terlalu muda akan sulit untuk mengendalikan rasa nyeri dan bila ibu berpendidikan rendah atau tidak sekolah akan kurang pemahaman yang baik tentang proses persalinan maka tingkat nyeri yang dirasakan lebih nyeri dan ibu yang bekerja diluar saat hamil akan mengalami kelelahan yang lebih dibandingkan ibu yang tidak bekerja/IRT.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Klinik Sri Adika dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 5,80 (nyeri sedang) sedangkan sesudah diberikan aromaterapi terjadi penurunan rata-rata tingkat nyeri menjadi 4,80 (nyeri sedang). Hasil penelitian Khasani (2013) menunjukkan adanya pengaruh aromaterapi nyeri yang penurunannya rata-rata sebesar (2-3) skala nyeri⁽¹⁴⁾. Begitu pula pada penelitian yang dilakukan oleh Bangun (2013) terjadi penurunannya sebesar 2,51 skala nyeri⁽¹³⁾. Hasil yang sama didapatkan oleh Hetia *et al* (2017) dalam penelitiannya rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin sebelum diberikan aromaterapi lavender diperoleh 7,07 (nyeri berat). Sedangkan rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin sesudah diberikan aromaterapi lavender diperoleh 5,53 (nyeri sedang). Terlihat *mean* perbedaan antara pengukuran sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender adalah 1,533. Hasil uji statistik dapat disimpulkan ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap pengurangan rasa nyeri persalinan kala 1 fase aktif⁽¹⁵⁾.

Pada saat menghirup aromaterapi lavender dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa *endorphin* yang dapat menghilangkan sakit secara alamiah sehingga lebih nyaman. Responden dianjurkan untuk terus menghirup aroma terapi lavender selama proses persalinan dianjurkan agar rasa nyeri dapat semakin menurun, dan apabila dihentikan dikhawatirkan nyeri yang dirasakan akan kembali meningkat. Hal tersebut terjadi karena sistem saraf menjadi terbiasa terhadap stimulus dan organ- organ indra berhenti merespon nyeri tersebut⁽¹⁶⁾.

Menurut asumsi peneliti bahwa rasa nyeri ini bisa dipengaruhi oleh arti nyeri yang dirasakan seseorang, persepsi nyeri, dan reaksi nyeri yang merupakan respon seseorang terhadap nyeri seperti ketakutan, kecemasan, gelisah menangis dan menjerit dan dapat juga dipengaruhi oleh kondisi sosial dan letak daerah. Nyeri ini dapat diatasi dengan menggunakan aromaterapi lavender. Pasien yang mendapatkan aromaterapi ini akan merasa tenang, nyaman, rileks, puas dan akan lebih dekat dengan petugas kesehatan yang melayani, karena keduanya dapat dilakukan secara bersamaan sehingga secara tidaklangsung hal ini bisa mengurangi tingkat nyeri yang dirasakan.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa ada pengaruh signifikan aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif di Klinik Sri Adika Bekasi Tahun 2021. Hasil penelitian sesuai dengan teori bahwa lavender mempunyai efek relaksasi sekaligus perangsang serta sebagai penyejuk pada orang cemas dan perangsang bagi orang yang depresi bahwa bunga lavender dapat dijadikan minyak esensial yang sering dipakai

sebagai aromaterapi karena dapat memberikan manfaat relaksasi dan memiliki efek sedasi⁽¹⁷⁾. Minyak esensial tertentu dapat mempengaruhi tonus otot, meningkatkan kontraksi, mengurangi nyeri, mengurangi ketegangan, mengurangi ketakutan dan kecemasan serta meningkatkan perasaan nyaman⁽¹⁸⁾.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang menemukan hal yang sama dalam penelitiannya terhadap 20 di BPM Fetty Fathiyah Kota Mataram, diperoleh hasil uji *dependent t-test* p value < 0,05 yang berarti terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan fisiologis kala I fase aktif⁽¹⁹⁾.

Bgaitu juga dengan hasil penelitian lainnya yang mengatakan ada pengaruh pemberian aromatherapy lavender terhadap intensitas nyeri ibu bersalin di Puskesmas Mekar Baru dengan p value 0,000⁽²⁰⁾. Serta hasil penelitian lainnya yang mengatakan ada pengaruh pemberian aromatherapy lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu postpartum normal di RSUD Kota Semarang⁽²¹⁾. Penelitian Juliani et al (2021) juga menyatakan ada penurunan rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender sehingga terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Raman Utara Kabupaten Lampung Timur tahun 2021 dengan pvalue 0,000⁽²²⁾.

Menurut asumsi peneliti bahwa rasa nyeri dapat dipengaruhi oleh keadaan fisiologis pada saat uterus berkontraksi dan persepsi nyeri yang dirasakan seseorang merupakan respon seseorang terhadap nyeri seperti ketakutan, kecemasan, dan gelisah. Nyeri persalinan kala I fase aktif dapat diatasi dengan menggunakan aromaterapi lavender. Ibu bersalin yang mendapatkan terapi minyak esensial lavender akan merasa lebih rileks, nyaman dan tenang dan akan lebih dekat dengan petugas kesehatan yang melayani, karena keduanya dapat dilakukan secara bersamaan sehingga secara tidaklangsung hal ini bisa mengurangi tingkat nyeri yang dirasakan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat dikatehui bahwa terdapat perbedaan rata-rata tingkat nyeri pada ibu bersalin sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan kala I Fase Aktif di Klinik Sri Andika Bekasi Tahun 2021. Diharapkan bidan dapat menerapkan aromaterapi lavender sebagai metode nonfarmakologis yang mudah dan praktis sebagai salah satu alternatif dalam mengurangi nyeri persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Prawirohardjo S. Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka; 2013.
2. Maryunani A. Nyeri dalam Persalinan. Jakarta: TIM; 2015.
3. World Health Organization. Trends in Maternal Mortality 1990-2013. Geneva: WHO; 2013.
4. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI; 2015.
5. Makvandi S, Mirteimoori M, Mirzaiinajmadi K, Sadeghi R. A review of randomized clinical trials on the effect of aromatherapy with lavender on labor pain relief. *Nurse Care Open Acces J.* 2016;1(3):1-6.
6. Mutoharoh N. Efektifitas Antara Terapi Murotal Al Quran dengan Massage Effleurage Punggung Terhadap Skala Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di RSUD Dr. Soedirman Kebumen. Skripsi. Gombong: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong; 2017.
7. Balkam J. Aromaterapi. Jilid Pertama. Edisi Kedua, Semarang: Dahara Prize; 2014.
8. Winarsih S, Idhayanti RI. Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. *Jurnal Kebidanan.* 2017;6(12):47-54.
9. Tulina L, Fadhillah N. Pengaruh Pemberian Aromatherapy Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di BPM Ny. Margelina, Amd.Keb Desa Supenuh Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan. *Jurnal Media Komunikasi Ilmu Kesehatan.* 2017;9(1):23-28.
10. Judha M, Fauziah A. Teori pengukuran nyeri & nyeri persalinan. 2012.
11. Magfuroh A. Faktor-Faktor yang berhubungan dengan nyeri persalinan kala I fase aktif. Jakarta: UIN; 2012.
12. Bangun AV, Nur'aeni S. Pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi di Rumah Sakit Dustira Cimahi. *Jurnal Keperawatan Soedirman.* 2013;8(2).
13. Wiknjosastro H. Ilmu Kebidanan. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo: Jakarta; 2010.
14. Khasani NA. Pengaruh aromaterapi terhadap nyeri pada pasien post operasi sektio caesarea di RSUD Kajen Kabupaten Pekalongan. Skripsi. STIKes Muh-PKJ; 2013.
15. Hetia EN, Ridwan M, Herlina. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Aktif. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai.* 2017;10(1).
16. Astuti M. Buku Pintar Kehamilan. Jakarta: EGC; 2010.
17. Dewi AP, Iga P. Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi. *Jurnal Farmasi Fakultas Kedokteran*

- Universitas Udayana Bali. 2013.
18. Indrayani D. Asuhan persalinan dan bayi baru lahir. Jakarta: Trans Info Media; 2013.
 19. Karlina SD, Reksohusodo S, Widayati A. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender secara Inhalasi terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Fisiologis pada Primipara Inpartu Kala Satu Fase Aktif di BPM “Fetty Fathiyah” Kota Mataram. *Majalah Kesehatan FKUB*. 2016;2(2):108-119.
 20. Carolin BT, Siauta JA, Wuryandari IM. Pengaruh Aromaterapi Lavender dan Murotal Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin Di Wilayah Kerja Puskesmas Mekar Baru. *Menara Medika*. 2021;4(1).
 21. Pambudi AB, Supriyanti E. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pasien Postpartum Normal Di RSUD Kota Semarang. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*. 2017;1(1):1-9.
 22. Juliani W, Sanjaya R, Veronica SY, Ifayanti H. Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Wellness And Healthy Magazine*. 2021;3(2):155-160.