

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

Email : lulunabila98@gmail.com

Lu'lu Nabila Abnurama¹, Ratna Dewi Putri², Yuli Yantina³, Khoidar Amirus⁴

¹ Program Studi DIV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung

THE EFFECT OF LAVENDER AROMATHERAPY ON THE INTENSITY OF LABOR PAIN IN THE ONE PHASE ACTIVE AT PMB. MARDIANA, S.ST, MENGGALA, KAB.TULANG BAWANG 2019

ABSTRACT

Introduction : Labor pain is inherent physiology and is felt by every mother in labor. Pain management in labor with non-pharmacological methods is Aromatherapy, the aroma of essential lavender can provide comfort and relaxation to the body and mind of the mother, can stimulate the release of endorphin hormones so as to relieve labor pain. This study aims to determine the effect of lavender aromatherapy on the intensity of labor in the first phase of active labor in PMB. Mardiana, S.ST, Kec.Menggala, Kab. Tulang Bawang 2019.

Research methods : This type of research is quantitative, with a research design Quasi Experiment Design using the design of Two Group Pre-Post Test Design. The sampling technique used is Non Probability Sampling with Accidental Sampling techniques. This study uses a minimum sample of experimental research that is as many as 15 respondents per group (15 experimental groups and 15 control groups) to mothers in the first phase of active phase, where data collection uses observation sheets and SOP. Analysis of the data used is the Independent Sample T Test.

Results and Conclusions : From the results of research conducted by the author, it is known that the average value of labor pain intensity in the experimental group (Lavender Aromatherapy) was 5.27 (moderate pain), while in the control group results the average pain intensity was 7.53 (pain severe / severe) and a significance value of 0.000, P value α (0.05) means that there is an influence of Lavender Aromatherapy on the intensity of labor pain during the active phase. The use of essential oils by inhalation is a fast, simple, and effective way to get the benefits of treatment. This non-pharmacological therapy provides many advantages and does not cause side effects or interference with the mother and fetus so lavender can be used as an alternative for the management of labor pain by midwives to improve service quality.

Keywords : Labor pain, Lavender Aromatherapy.

ABSTRAK

Pendahuluan : Nyeri persalinan merupakan fisiologis yang melekat dan dirasakan oleh setiap ibu bersalin. Penatalaksanaan nyeri pada persalinan dengan metode non-farmakologis adalah Aromaterapi, Aroma dari esensial lavender dapat memberikan rasa nyaman serta rileksasi pada tubuh dan pikiran ibu, dapat merangsang pelepasan hormon endorphin sehingga mampu meringankan nyeri persalinan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB. Mardiana, S.ST, Kec.Menggala, Kab.Tulang Bawang 2019.

Metode penelitian : Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan rancangan penelitian Quasi Eksperimen Design menggunakan rancangan Two Group Pre-Post Test Design. Teknik sampling yang digunakan adalah Non Probability Sampling dengan teknik Accidental Sampling. Penelitian ini menggunakan minimum sampel penelitian ekperimental yaitu sebanyak 15 responden per grup (15 kelompok eksperimen dan 15 kelompok kontrol) terhadap ibu bersalin kala I fase aktif, dimana pengumpulan

data menggunakan lembar observasi dan SOP. Analisa data yang digunakan adalah Uji T Sampel Independen.

Hasil dan Kesimpulan : Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis, diketahui bahwa nilai rata-rata intensitas nyeri persalinan pada kelompok eksperimen (Aromaterapi Lavender) adalah sebesar 5.27 (nyeri sedang), sementara pada hasil kelompok kontrol rata-rata intensitas nyeri sebesar 7.53 (nyeri berat/hebat) dan nilai signifikansinya sebesar 0.000, $P \text{ value} \leq \alpha (0,05)$ artinya ada pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. Penggunaan minyak esensial secara inhalasi merupakan cara yang cepat, sederhana, dan efektif untuk mendapatkan manfaat pengobatan. Terapi non-farmakologis ini memberikan banyak keuntungan dan tidak menyebabkan efek samping atau gangguan pada ibu dan janin sehingga lavender dapat dijadikan alternatif sebagai penatalaksanaan nyeri persalinan oleh bidan untuk meningkatkan mutu pelayanan.

Kata Kunci : Nyeri persalinan, Aromaterapi Lavender.

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut WHO tentang perawatan intrapartum, bahwa setiap Ibu bersalin memiliki hak dalam menerima perawatan yang diinginkan, seperti memilih pendamping selama persalinan, memilih posisi saat bersalin, melakukan mobilisasi pada tahap awal persalinan dan menerima alternatif penghilang rasa sakit. Tidak hanya perawatan klinis untuk persalinan yang aman, diharapkan setiap ibu bersalin dapat terpenuhi kebutuhan psikologis dan emosionalnya. Sehingga menjadikan persalinan sebagai pengalaman positif, dimana persalinan normal yang dianggap sebagai proses yang menyakitkan berubah menjadi pengalaman yang menyenangkan (WHO, 2018).

Penatalaksanaan nyeri pada persalinan merupakan masalah penting dalam perawatan kebidanan. Secara umum, ada dua pilihan untuk menghilangkan rasa sakit selama persalinan, ini menggunakan metode farmakologis atau non-farmakologis. Metode farmakologis memiliki efek samping yang merugikan bagi ibu dan janin, sedangkan metode non-farmakologis bebas dari efek samping. Contoh metode non-farmakologis adalah Aromaterapi, ketika bau minyak terapi terhisap, molekul-molekul dikirim melalui system penghidu ke system limbic di otak, lalu otak akan berespon terhadap partikel aroma dengan respon emosi (setyowati, 2018:46).

Aromaterapi digunakan untuk mengurangi rasa sakit, kegelisahan, depresi, insomnia, kelelahan, sesak napas, dan bahkan untuk meningkatkan kepercayaan diri, memaksimalkan kesuksesan, dan meningkatkan kreativitas. Minyak atsiri digunakan melalui oral, dermal (pijat, kompres, atau mandi), dan rute inhalasi.

Menghirup minyak esensial diantara kontraksi dapat merangsang pelepasan endorphin dan meringankan nyeri persalinan. Aromaterapi lavender digunakan untuk mengobati depresi, amenore, vaginitis, insomnia, dan nyeri. Dalam pengobatan kuno, lavender telah digunakan untuk efek antitusif, karminatif, antispasmodik, sedatif, dan diuretik. Lavender mengandung linalool, keton, ester, dan aldehyde. Keton dalam lavender secara efektif mengurangi rasa sakit dan peradangan dan meningkatkan kualitas tidur. Ester juga mencegah kejang otot dan mengurangi ketegangan dan depresi. Beberapa penelitian melaporkan bahwa aromaterapi dengan minyak esensial lavender secara signifikan meringankan nyeri persalinan (Rahimi F, dkk, 2018).

Hasil studi pendahuluan pada bulan Mei 2019 di PMB.Mardiana, S.ST di dapatkan hasil wawancara dari 10 ibu bersalin kala I fase aktif mengatakan bahwa rasa nyeri yang dirasakan ibu tak tertahankan bahkan terasa menyakitkan dan terus-menerus hingga lahirnya bayi, metode komplementer seperti teknik pernapasan dan teknik sentuhan atau massage punggung telah diterapkan oleh Bidan Mardiana untuk pengurangan rasa nyeri dalam kala I persalinan. Namun, metode lain seperti aromaterapi belum pernah digunakan sebagai penatalaksanaan nyeri pada ibu bersalin. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui adakah pengaruh dari Aromaterapi Lavender terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif, dengan dilakukan penelitian terhadap ibu bersalin di PMB. Mardiana, S.ST, Kec.Menggala, Kab.Tulang Bawang 2019.

1.2 Tujuan Penelitian

Diketahui Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB. Mardiana, S.ST, Kec.Menggala, Kab.Tulang Bawang 2019.

II. METODE PENELITIAN

Tempat penelitian ini dilaksanakan di PMB. Mardiana, S.ST, Kec.Menggala, Kab.Tulang Bawang. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan rancangan penelitian *Quasi Eksperimen Design* menggunakan rancangan *Two Group Pre-Post Test Design*. Teknik sampling yang digunakan adalah *Non Probability Sampling*

dengan teknik *Accidental Sampling*. Penelitian ini menggunakan minimum sampel penelitian ekperimental yaitu sebanyak 15 responden per grup (15 kelompok eksperimen dan 15 kelompok kontrol) terhadap ibu bersalin kala I fase aktif, dimana pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan SOP. Analisa data yang digunakan adalah Uji T Sampel Independen.

III. HASIL PENELITIAN

3.1 Uji Normalitas

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Kelompok	Shapiro Wilk
	Sig.
Pre test Aromaterapi Lavender (Eksperimen)	0.155
Post-test Aromaterapi Lavender (Eksperimen)	0.056
Pre-test Kontrol	0.192
Post-test Kontrol	0.064

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa uji normalitas menggunakan Shapiro- Wilk pada variable ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan pada kala I fase aktif, Pre-test pada Kelompok Aromaterapi Lavender 0.155, setelah perlakuan/ Post-test pada Kelompok Aromaterapi Lavender 0.056, dan nilai Pre-test pada

Kelompok Kontrol 0.192, serta nilai Post-test pada Kelompok Kontrol 0.62, karena nilai $P > 0.05$ maka dapat disimpulkan semua data berarti data berdistribusi normal.

3.2 Analisa Univariat

1. Kelompok Eksperimen

Tabel 2. Rata-rata intensitas nyeri sebelum dan sesudah pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif.

Variabel	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Pre-test Aromaterapi Lavender	15	5	9	7.20	1.265
Post-test Aromaterapi Lavender	15	4	7	5.27	1.033

Berdasarkan tabel 2. diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum intervensi diberikan (pre-test aromaterapi lavender) adalah sebesar 7.20 yang tergolong dalam intensitas nyeri hebat/berat, dengan nilai minimum intensitas nyeri 5 (nyeri sedang) dan nilai maximum 9 (nyeri hebat), serta nilai standar deviasi sebesar 1.265. Sedangkan, nilai rata-rata ibu bersalin yang mengalami nyeri

persalinan kala I fase aktif sesudah Intervensi diberikan (post-test) adalah sebesar 5.27 yang tergolong dalam intensitas nyeri sedang, dengan nilai minimum intensitas nyeri 4 (nyeri sedang) dan nilai maximum 7 (nyeri hebat), serta nilai standar deviasi sebesar 1.033. Dilihat dari nilai rata-rata pada kelompok eksperimen intensitas nyeri mengalami penurunan.

2. Kelompok Kontrol

Tabel 3. Rata-rata intensitas nyeri sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol yang tidak menerima Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif.

Variabel	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Pre-test Kontrol	15	5	9	7.13	1.356
Post-test Kontrol	15	6	9	7.53	1.060

Berdasarkan tabel 3. diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau nilai rata-rata ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum atau pre-test kelompok kontrol adalah sebesar 7.13 yang tergolong dalam intensitas nyeri berat/hebat, dengan nilai minimum intensitas nyeri 5 (nyeri sedang) dan nilai maximum 9 (nyeri hebat), serta nilai standar deviasi sebesar 1.356. Sedangkan, nilai rata-rata intensitas nyeri post-test untuk kelompok kontrol

adalah sebesar 7.53 yang tergolong dalam intensitas nyeri berat/hebat, dengan nilai minimum intensitas nyeri 6 (nyeri sedang) dan nilai maximum 9 (nyeri hebat), serta nilai standar deviasi sebesar 1.060. Dilihat dari nilai rata-rata pada kelompok kontrol intensitas nyeri mengalami peningkatan dan pada nilai maximum intensitas nyeri menetap.

3.3 Analisa Bivariat

Tabel 4. Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif

Hasil Intensitas nyeri persalinan	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	P value
Kelompok eksperimen	15	5.27	1.033	0.267	0.000
Kelompok kontrol	15	7.53	1.060	0.274	

Berdasarkan tabel 4. diatas didapatkan hasil nilai rata-rata intensitas nyeri persalinan pada kelompok eksperimen (Aromaterapi Lavender) adalah sebesar 5.27 yang tergolong dalam intensitas nyeri sedang, sementara pada kelompok kontrol rata-rata intensitas nyeri sebesar 7.53 yang tergolong dalam intensitas nyeri berat/hebat, dengan demikian secara deskriptif statis dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata intensitas nyeri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Artinya penurunan intensitas nyeri yang diberikan intervensi dengan Aromaterapi Lavender lebih rendah dengan nilai rata-rata 5.27 (Nyeri Sedang) sedangkan kelompok kontrol dengan nilai rata-rata 7.53 (Nyeri hebat). Berdasarkan tabel output "Uji Sampel Independen T-test" pada nilai signifikansi sebesar 0.000, $P\text{ value} \leq \alpha$ (0,05) artinya H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti "Ada Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif".

KESIMPULAN

Distribusi frekuensi rata-rata intensitas nyeri persalinan pada kelompok eksperimen yang diberikan Aromaterapi Lavender sebelum intervensi yaitu 7.20 tergolong dalam intensitas

nyeri parah/hebat dan sesudah intervensi yaitu 5.27 yang tergolong dalam intensitas nyeri. Distribusi frekuensi rata-rata intensitas nyeri persalinan pada kelompok kontrol sebelum yaitu 7.13 dan sesudah yaitu 7.53 yang tergolong dalam intensitas nyeri parah/hebat tanpa mengalami penurunan intensitas nyeri persalinan. Maka Adanya pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap intensitas nyeri persalinan pada Ibu bersalin dengan hasil *T-test* pada nilai signifikansi *P-value* sebesar $0.000 \leq \alpha$ (0,05).

SARAN

Penggunaan minyak esensial secara inhalasi merupakan cara yang cepat, sederhana, dan efektif untuk mendapatkan manfaat pengobatan. Terapi non-farmakologis ini memberikan banyak keuntungan dan tidak menyebabkan efek samping atau gangguan pada ibu dan janin sehingga lavender dapat dijadikan alternatif sebagai penatalaksanaan nyeri persalinan oleh tenaga kesehatan terutama Bidan untuk meningkatkan mutu pelayanan. Dan diharapkan untuk peneliti selanjutnya mampu menambah karakteristik TBJ (Tafsiran Berat Janin) yang berhubungan dengan intensitas nyeri persalinan serta dapat mengembangkan

penelitian ini sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Balkam, Jan. 2001. *Aromaterapi Penuntun Praktis Untuk Pijat Minyak Ansiri Dan Aroma*. Semarang: Effhar Offset.
- Jaelani. 2002. *Aromaterapi*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Judha, Mohamad. (2012). *Teori Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Karo Hilda Yani, Dkk. (2017). *Lavender (Lavandula Angustifolia) Aromatherapy As An Alternative Treatment In Reducing Pain In Primiparous Mothers In The Active First Stage Of Labor*. Semarang : Belitung Nursing Journal, 3(4), 420-425. ISSN: 2477-4073.
- Kaviani Maasumeh, Dkk. (2014). *The Effect Of Lavender Aromatherapy On Pain Perception And Intrapartum Outcome In Primiparous Women*. Iran : British Journal Of Midwifery, 22(2), 30-33. Doi.org/10.12968/bjom.2014.22.2.125.
- Koensoemardiyah. (2009). *Aromaterapi Untuk Kesehatan, Kebugaran, dan Kecantikan*. Yogyakarta: Andi.
- Mander Rosemary. (2004). *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Nisman Wenny A. (2011). *Ternyata Melahirkan Itu Mudah Dan Menyenangkan*. Yogyakarta: ANDI.
- Notoatmodjo Soekidjo. (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Oxorn & Forte. (2010). *Ilmu Kebidanan: Patologi Dan Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta: ANDI.
- Prasetyo Sigit N. (2010). *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Prawirohardjo Sarwono. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : PT. Bina Putaka.
- Rahimi Farzaneh, Dkk. (2018). *Effects of Complementary Therapies on Labor Pain: A Literature Review*. Iran : Modern Care Journal, 15(1), 1-7. Doi:10.5812/modernc.69306.
- Rohani, Dkk. (2011). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Persalinan*. Jakarta: Salemba Medika.
- SDKI. (2018, September). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. <http://sdki.bkkbn.go.id/>
- Setyowati Heni. (2018). *Akupresure Untuk Kesehatan Wanita*. Magelang: Unimma Press.
- Sujarweni Wiratna. (2014). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Sulistiyawati Ari & Nugraheni Esti. (2012). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika.
- WHO. (2018, February). *Making childbirth a positive experience: WHO guideline on intrapartum care*. <https://www.who.int/reproductivehealth/intrapartum-care/en/>.
- Yazdkhasti, M., & Pirak, A. (2016). . Iran : *Complementary Therapies in Clinical Practice-Elsevier*. Doi.org/10.1016/j.ctcp.2016.08.008.
- Zakiah Ana. (2015). *Nyeri Konsep Dan Pelaksanaan Dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. Jakarta Selatan: Selemba Medika.