

**PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS
NYERI & KECEMASAN PADA PERSALINAN KALA I****Indah Dyrahani^{1*}, Anissa Ermasari², Fijri Rachmawati³, Ike Ate Yuviska⁴**¹⁻⁴Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

Email Korespondensi: idyrahani@gmail.com

Disubmit: 15 Februari 2024

Diterima: 25 Agustus 2024

Diterbitkan: 01 September 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i9.14295>**ABSTRACT**

Childbirth is sometimes filled with fear and anxiety about pain during labor. Studies conducted in Jordan reported that 92% of parturition experienced bad experiences with their labor including 66% fear and 78% normal labor pain. High pain and anxiety for pregnant women can have a negative impact on the mother and fetus. In addition, pain and anxiety also lead to obstacles in labor and pregnancy complications. Lavender aromatherapy is a non-pharmacological method that is useful for reducing pain, relaxing the mind, reducing tension and anxiety and giving peace to mothers in labor. This study aims to determine the effect of giving lavender aromatherapy to reducing pain intensity and anxiety in the first stage of labor at PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung. This type of quantitative research uses a pre-experimental design method with a one group pretest-post test research design. The population in this study were all mothers giving birth in the first stage at PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung with an average number of births per month, namely 85 mothers giving birth. The number of samples in this study were 30 respondents, the sampling technique was Accidental Sampling where the sample was found by coincidence according to the criteria determined by the researcher. The research instrument used the Numeric Rating Scale (NRS) questionnaire and the Likert Anxiety Scale for Childbirth. Conducted in July 2023. Data analysis was univariate and bivariate (Wilcoxon test). The average level of labor pain before being given lavender aromatherapy was 6.33. The average level of labor pain after being given lavender aromatherapy was 4.30. The average level of anxiety before being given lavender aromatherapy was 29.33. The average level of anxiety after being given lavender aromatherapy is 21.63. The results of the Wilcoxon test for labor pain obtained $p = 0.000$ ($p < 0.05$). And the results of the Wilcoxon test for labor anxiety obtained $p = 0.000$ ($p < 0.05$). The conclusion from this study is that there is an effect of giving lavender aromatherapy to reducing the intensity of pain and anxiety in the first stage of labor in the PMB Wirahayu area, S.Tr.Keb Bandar Lampung. This lavender aromatherapy is a good alternative to reduce pain and anxiety in the first stage of labor so that it is hoped that it can be applied to PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung.

Keywords: *First Stage, Anxiety, Labor Pain, Lavender Aromatherapy*

ABSTRAK

Persalinan kadang diliputi oleh rasa takut dan cemas terhadap rasa nyeri saat persalinan. Studi yang dilakukan di Yordania melaporkan bahwa 92% partus mengalami pengalaman buruk terhadap persalinannya di antaranya rasa takut 66% dan nyeri persalinan normal 78%. Nyeri dan kecemasan ibu hamil yang tinggi bisa mengakibatkan dampak yang buruk pada ibu dan janinnya. Selain itu nyeri dan kecemasan juga mengakibatkan hambatan pada persalinan dan komplikasi kehamilan. Aromaterapi lavender merupakan salah satu metode non-farmakologi yang bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri, merilekskan pikiran, menurunkan ketegangan dan kecemasan serta memberi ketenangan pada ibu bersalin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri dan kecemasan pada persalinan kala I di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung. Jenis penelitian kuantitatif menggunakan metode *pre-eksperimental design* dengan desain penelitian *one group pretest-post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung dengan jumlah rata-rata persalinan perbulan yaitu sebanyak 85 ibu bersalin. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden, teknik sampling dengan *Accidental Sampling* dimana sampel berdasarkan kebetulan ditemui cocok dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Numeric Rating Scale (NRS)* dan Skala Likert Kecemasan Persalinan. Dilakukan pada bulan Juli 2023. Analisis data secara univariat dan bivariat (uji *Wilcoxon*). Rata-rata tingkat nyeri persalinan sebelum diberi aromaterapi lavender sebesar 6,33. Rata-rata tingkat nyeri persalinan setelah diberi aromaterapi lavender sebesar 4,30. Rata-rata tingkat kecemasan sebelum diberi aromaterapi lavender sebesar 29,33. Rata-rata tingkat kecemasan setelah diberi aromaterapi lavender sebesar 21,63. Hasil uji *Wilcoxon* nyeri persalinan diperoleh $p= 0,000$ ($p<0,05$). Dan Hasil uji *Wilcoxon* kecemasan persalinan diperoleh $p= 0,000$ ($p<0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri dan kecemasan pada persalinan kala I di wilayah PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung. Aromaterapi lavender ini sebagai suatu alternatif yang baik untuk mengurangi nyeri dan kecemasan pada persalinan kala I sehingga diharapkan dapat diterapkan bagi PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung.

Kata Kunci: Kala I, Kecemasan, Nyeri Persalinan, Aromaterapi Lavender

PENDAHULUAN

Nyeri persalinan normal bisa menimbulkan stres dan bisa menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid, hormon ini dapat menimbulkan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah, dan dapat mengakibatkan penurunan kontraksi, serta timbul iskemia uterus yang membuat impuls uteri nyeri bertambah banyak saat

persalinan (Sagita dan Martina, 2019).

Ibu yang akan bersalin pasti mempunyai emosi berlebihan yang dapat menimbulkan suatu kecemasan. Kecemasan yang timbul dapat disebabkan karena dua faktor yaitu antara kesenangan dan rasa nyeri yang sedang dirasakan. Salah satu bentuk keemasannya adalah berupa ansietas primer yang timbul karena trauma kelahiran (*birth*

trauma), yang merupakan dasar bagi timbulnya *neurotic anxiety*. Salah satu bentuknya adalah *free-floating anxiety* yaitu suatu keadaan cemas dimana individu selalu menantikan hal buruk yang mungkin terjadi. Akibatnya ia akan selalu berada dalam keadaan cemas karena takut menghadapi akibat yang akan buruk dalam situasi yang tidak menentu (Rahmita, 2017).

Studi yang dilakukan di Yordania melaporkan bahwa 92% partus mengalami pengalaman buruk terhadap persalinannya di antaranya rasa takut 66% dan nyeri persalinan normal 78%. Berdasarkan pusat data persalinan di Indonesia diketahui bahwa 15% ibu bersalin di Indonesia mengalami komplikasi persalinan, dan 21% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan karena rasa nyeri, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan (Dahlan *et al.*, 2020).

Berdasarkan penelitian Lamadah dan Nomani (2016) yang dilakukan di departemen tenaga kerja di Rumah Sakit Universitas Bersalin El-Shatby di Alexandria, Mesir ditemukan 82% ibu dalam masa persalinan mengalami gangguan kecemasan. Kecemasan merupakan salah satu penyebab terjadinya partus lama dan kematian janin. Partus lama memberikan sumbangsih 5 % terhadap penyebab kematian ibu di Indonesia.

Dampak yang ditimbulkan dari nyeri yang tidak teratasi tidak hanya menyakitkan bagi ibu akan tetapi juga bagi janinnya. Dampak tersebut diantaranya adalah depresi post partum, perdarahan, partus lama, peningkatan tekanan darah dan nadi, pada janin menyebabkan asidosis akibat hipoksia pada janin, serta pada psikologis meningkatkan kecemasan dan ketakutan (Febrianti

et al., 2018).

Kecemasan ibu hamil yang tinggi bisa mengakibatkan dampak yang buruk pada ibu dan janinnya. Kejadian BBLR (Berat Badan Lahir Rendah), kelahiran preterm, kromosomial abortus spontan salah satunya disebabkan oleh kecemasan ibu selama kehamilan. Selain itu kecemasan juga mengakibatkan hambatan pada persalinan dan komplikasi kehamilan (Sianipar *et al.*, 2017).

Inhalasi minyak esensial bisa meningkatkan kesadaran dan mengurangi nyeri persalinan, dan memberikan efek yang positif tersebut menghambat pengeluaran *Adreno cortico tropic Hormone* (ACTH) dimana hormon ini bisa mengakibatkan terjadinya cemas. Aromaterapi khususnya lavender memiliki kandungan *linalool*, dan *linalyl acetat* yang berefek sebagai analgesik dan membuat seseorang menjadi tenang oleh karena itu beberapa laporan dan penelitian menyarankan aromaterapi untuk menurunkan tingkat nyeri, sakit dan stres saat kehamilan dan persalinan (Sagita dan Martina, 2019).

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb terdapat 15 pasien bersalin diperoleh 10 pasien mengatakan 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 lavender untuk mengatasi rasa nyeri dan kecemasan pada saat proses persalinan di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb.

Oleh karena itu, penelitian ini sangat penting dilakukan dalam memberikan alternative untuk dapat membantu ibu dalam menurunkan intensitas nyeri dan kecemasan saat bersalin.

Tujuan penelitian ini adalah

untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender pada ibu bersalin kala I dengan nyeri dan kecemasan pada persalinan di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung Tahun 2023.

KAJIAN PUSTAKA

Pada proses persalinan, peregangan dan pelebaran mulut rahim terjadi sebagai akibat dari kontraksi otot-otot rahim untuk mendorong bayi keluar sehingga ibu akan mengalami nyeri yang dapat mengganggu kenyamanan ibu (Yunarsih dan Rahayu, 2018). Secara umum terdapat dua faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan, yaitu Faktor Fisik (Umur, Paritas, Besar janin, Intensitas dan lama persalinan, Pembukaan *cervix*, Posisi janin, Karakteristik panggul, Tindakan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan) dan Faktor Psikologis (Sosial budaya setempat, tingkat kecemasan dan ketakutan, tingkat pengetahuan dan pendidikan, pengalaman nyeri sebelumnya, persiapan persalinan, dan sistem pendukung).

Kecemasan merupakan keadaan emosi yang tidak menyenangkan, melibatkan rasa takut yang subjektif, rasa tidak nyaman pada tubuh, dan gejala fisik. Menurut Ni Komang (2012) kecemasan merupakan perasaan yang ditimbulkan oleh ancaman nonspesifik terhadap konsep diri seseorang yang menyangkut kesehatan, aset, nilai, lingkungan, peran fungsi, pemenuhan kebutuhan, pencapaian tujuan, hubungan personal, serta perasaan aman. Ni Komang (2012) mengidentifikasi 4 tingkatan kecemasan yaitu Kecemasan Ringan, Kecemasan Sedang, Kecemasan Berat, dan Panik.

Aromaterapi merupakan salah satu metode non farmakologis untuk

mengurangi rasa nyeri. Aromaterapi/bau-bauan yang menyenangkan dan memberikan rasa nyaman serta relaksasi pada tubuh dan pikiran ibu, rasa nyeri dan cemas akan tereduksi sehingga nyeri akan berkurang pada kala 1 fase aktif persalinan (Yunarsih dan Rahayu, 2018). Aromaterapi lavender merupakan salah satu metode non farmakologi bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri, merelaksasi pikiran, menurunkan ketegangan dan kecemasan serta memberi ketenangan pada saat ibu bersalin (Hetia *et al.*, 2017). Aromaterapi lavender (*Lavendula Augustifolia*) mempunyai kandungan zat aktif berupa linalool dan linalyl yang dapat berfungsi sebagai analgetik, serta dapat meningkatkan hormon endorpin sebagai akibat rangsangan hipotalamus oleh aromaterapi lavender (*Lavendula Augustifolia*), dapat menghasilkan rasa tenang, rasa bahagia dan relaks, serta melemaskan otot-otot yang tegang akibat rasa nyeri, sehingga rasa nyeri yang dialami ibu pasca persalinan dapat berkurang dengan terapi inhalasi aromaterapi lavender (*Lavendula Augustifolia*). Dan sejauh ini tidak diketahui adanya kontraindikasi serta efek samping penggunaan inhalasi aro- materapi lavender (Azizah *et al.*, 2020).

METODOLOGI PENELITIAN

Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian kuantitatif, dengan rancangan metode Pre-Eksperimental menggunakan jenis one grup pretest-posttest. Pengambilan data menggunakan teknik accidental sampling. Jumlah sampel dalam penelitian ini ada 30 ibu bersalin kala I dengan nyeri dan kecemasan pada persalinan kala I di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb, dengan kriteria: 1) Kriteria Inklusi: a. Ibu bersedia

menjadi responden, b. Ibu bersalin Kala I, c. Usia kehamilan aterm (37-42 minggu)

- 2) Kriteria Eksklusi: a. Ibu bersalin dengan asma, b. Ibu bersalin dengan hipertensi, c. Alergi terhadap *essential oil* aromaterapi lavender

Tempat penelitian di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung, Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2023.

Langkah awal yang dilakukan peneliti adalah pengajuan surat izin penelitian ke Bidan Wirahayu, S.Tr.Keb. Setelah mendapatkan izin, selanjutnya peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian kepada responden dan dilanjutkan dengan pemberian informed consent. Selanjutnya pada tahap ini peneliti akan melakukan pretest dengan menanyakan kepada pasien seberapa tingkat nyeri dan kecemasan yang dirasakan menggunakan lembar observasi. Pada proses intervensi, Aromaterapi Lavender yang telah disiapkan oleh peneliti berdasarkan SOP, kemudian diberikan kepada pasien sebanyak 5-8 tetes aromaterapi lavender dicampurkan dengan 200 ml air yang dimasukkan ke dalam diffuser, dan diletakkan dengan jarak 30-60 cm dari pasien, diberikan selama 30-45 menit. Sesudah Intervensi, peneliti melakukan posttest dengan

bertanya kembali kepada pasien seberapa tingkat nyeri dan kecemasan yang dirasakan setelah diberikan inhalasi aromaterapi lavender menggunakan lembar observasi. Nomor hasil uji laik etik 3835/EC/KEP-UNMAL/VII/2023

Penelitian ini menggunakan lembar observasi *Numeric Rating Scale (NRS)* untuk mengukur tingkat nyeri persalinan dan Kuesioner Skala Likert Kecemasan Persalinan sebagai alat ukur penelitian. Di lembar observasi terdapat data-data dari responden yakni, nama, usia, paritas ibu. Pengolahan Data dilakukan menggunakan aplikasi spss.

Analisa data dilakukan menggunakan univariat dan bivariat yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan setiap variabel penelitian. Analisa data dilakukan menggunakan distribusi frekuensi presentase univariat dan bivariat Variabel yang dianalisis adalah pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri dan kecemasan pada persalinan kala I. Analisa bivariat dilakukan untuk melihat perbedaan antara sebelum dan sesudah perlakuan, sebelum dilakukan analisa data, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas menggunakan shapiro wilk.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1
Karakteristik Responden Ibu Bersalin Kala I di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Tahun 2023

No.	Karakteristik responden	Frekuensi	Persentase
1.	Usia		
	20-35	27	90,0%
	>35	3	10,0%
2	Paritas		
	Primipara	5	16,7%
	Multipara	25	83,3%

Pada tabel 1. menunjukkan distribusi karakteristik responden yang hadir berdasarkan kelompok usia ibu terbanyak yaitu dari usia 20-35 tahun sebanyak 27 responden

(90,0%). Sedangkan berdasarkan karakteristik paritas terbanyak yaitu ibu hamil multigravida sebanyak 25 responden (83,3%).

Analisa Univariat

Tabel 2
Rata Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Sebelum dan Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender

Intensitas Nyeri	N	Minimum	Maximum	Mean	Std.Deviation
Pretest	30	5	8	6.33	.884
Posttest	30	3	6	4.30	.988

Pada tabel 2. menunjukkan bahwa rata-rata (Mean) intensitas nyeri sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender adalah 6,33 dengan nilai skala minimum 5 dan

maximum 8. Rata-rata (Mean) intensitas nyeri setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender adalah 4,30 dengan nilai skala minimum 3 dan maximum 6.

Tabel 3
Rata-Rata Intensitas Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Sebelum dan Setelah Pemberian Aromaterapi Lavender

Intensitas Kecemasan	N	Minimu m	Maximu m	Mea n	Std.Deviatio n
Pretest	30	27	34	29.9 7	1.921
Posttest	30	20	25	22.4 7	1.383

Pada tabel 3. menunjukkan bahwa rata-rata (Mean) tingkat kecemasan dalam persalinan sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender adalah 29,97 dengan nilai skala minimum 27 dan

maximum 34. Rata-rata (Mean) tingkat kecemasan dalam persalinan setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender adalah 22,47 dengan nilai skala minimum 20 dan maximum 25.

Analisa Bivariat

Tabel 4
Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I

Intensitas Nyeri	N	Mean	N Negatif Ranks	N Positif Ranks	Ties	P- Value
Pretest	30	6.33	30	0	0	0.000
Posttest	30	4.30				

Pada tabel 4. nilai *p-value* adalah 0.000 (<0,05) yang berarti terdapat perbedaan rata-rata secara signifikan antara data sebelum dan sesudah. Maka bisa disimpulkan

bahwa ada pengaruh pada pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I secara signifikan.

Tabel 5
Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I

Intensitas Kecemasan	N	Mean	N Negatif Ranks	N Positif Ranks	Ties	<i>P-Value</i>
Pretest	30	29.97	30	0	0	0.000
Posttest	30	22.47				

Pada tabel 5. nilai *p-value* adalah 0.000 (<0,05) yang berarti terdapat perbedaan rata-rata secara signifikan antara data sebelum dan sesudah. Maka bisa disimpulkan

bahwa ada pengaruh pada pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan dalam persalinan kala I secara signifikan.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung.

Berdasarkan hasil dari analisis univariat diketahui bahwa rata-rata (mean) intensitas nyeri persalinan kala I sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 6,33 dengan nilai minimum 5 dan maximum 8 dan standar deviasi 0,884. Dan rata-rata (mean) intensitas nyeri persalinan kala I setelah diberikan aromaterapi lavender mengalami penurunan yaitu 4,30 dengan nilai minimum 3 dan maximum 6 dan standar deviasi 0,988.

Sejalan dengan penelitian Rosalina (2018) menunjukkan bahwa sebelum dilakukan tindakan Aromatherapi Lavender, skala nyeri responden memiliki rata-rata 8,50±0,96 dengan skala nyeri minimal adalah 7 dan maksimal 10 sedangkan setelah dilakukan

tindakan Aromaterapi Lavender, skala nyeri yang dialami responden terlihat telah terjadi penurunan yaitu rata-rata 6,11±1,23 dengan skala nyeri minimal 5 dan maksimal 9.

Menurut Biswan *et al* (2017) usia dan paritas merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan. Usia merupakan salah satu sifat karakteristik yang utama. Usia mempunyai hubungan pengalaman terhadap suatu masalah kesehatan atau penyakit dan pengambilan keputusan. Karakteristik pada ibu hamil berdasarkan Usia sangat berpengaruh terhadap nyeri persalinan yang dirasakan, dimana semakin muda usia ibu hamil karena ketidaksiapan ibu dalam menerima sebuah kehamilan, maka akan berisiko terjadi gangguan selama kehamilan misalnya usia yang masih muda sistem reproduksi yang belum matang. Rata-rata ibu bersalin kala I pada usia 20-35 tahun dalam penelitian ini merasakan nyeri yang

lebih banyak dibandingkan dengan ibu bersalin usia >35 tahun. Pada faktor paritas, intensitas nyeri lebih hebat pada paritas ibu primipara dibandingkan dengan ibu multipara. Pengalaman melahirkan sebelumnya juga dapat mempengaruhi respon ibu terhadap nyeri. Ibu primigravida belum mempunyai pengalaman melahirkan dibandingkan ibu multigravida. Ibu yang pertama kali melahirkan akan merasa stres atau takut dalam menghadapi persalinan. Stres atau rasa takut ternyata secara fisiologis dapat menyebabkan kontraksi uterus menjadi terasa semakin nyeri dan sakit dirasakan. Ibu dalam kondisi inpartu tersebut mengalami stress maka tubuh merangsang tubuh mengeluarkan hormon stressor yaitu hormon Katekolamin dan hormon Adrenalin. Katekolamin ini akan dilepaskan dalam konsentrasi tinggi saat persalinan jika ibu tidak bisa menghilangkan rasa takutnya sebelum melahirkan. Akibatnya tubuh tersebut maka uterus menjadi semakin tegang sehingga aliran darah dan oksigen ke dalam otot-otot uterus berkurang karena arteri mengecil dan menyempit akibatnya adalah rasa nyeri yang tak terelakkan. Rata-rata ibu bersalin primigravida pada penelitian ini mengalami nyeri yang lebih banyak dibandingkan dengan ibu bersalin multigravida.

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. (Azizah *et al.*, 2020).

Berdasarkan asumsi peneliti bahwa usia dan paritas dapat menjadi faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan, setelah dilakukan

pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I, rasa nyeri ibu menjadi berkurang sehingga ibu menjadi lebih nyaman dan tenang dari sebelum diberikan aromaterapi lavender. Hal ini dibuktikan dari 30 responden ibu bersalin kala I yang mengalami intensitas nyeri tingkat sedang-tinggi terdapat penurunan intensitas nyeri menjadi rendah-sedang, artinya ada pengaruh pemberian aromaterapi untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan kala I.

Intensitas Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung.

Berdasarkan hasil dari analisis univariat diketahui bahwa rata-rata (mean) intensitas kecemasan ibu bersalin kala I sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 29,97 dengan nilai minimum 27 dan maximum 34 dan standar deviasi 1,921. Dan rata-rata (mean) intensitas nyeri persalinan kala I setelah diberikan aromaterapi lavender mengalami penurunan yaitu 22,47 dengan nilai minimum 20 dan maximum 25 dan standar deviasi 1,383. Hal ini menandakan bahwa pemberian aromaterapi lavender baik untuk ibu bersalin.

Sejalan dengan penelitian Mirazanah (2021) hasil penelitian pada ibu bersalin pada kelompok intervensi pemberian aromaterapi lavender didapatkan hasil adanya perubahan penurunan kecemasan ibu bersalin dengan nilai rata-rata pretest 22,47 dan nilai rata-rata posttest 18,33 sehingga didapatkan selisih nilai rata-rata kecemasan ibu bersalin sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender sebesar 4,14.

Ibu yang akan bersalin pasti mempunyai emosi berlebihan yang

dapat menimbulkan suatu kecemasan. Kecemasan yang timbul dapat disebabkan karena dua faktor yaitu antara kesenangan dan rasa nyeri yang sedang dirasakan. (Roniati, 2021).

Usia menjadi salah satu faktor risiko kecemasan karena dapat mempengaruhi psikologis seseorang, semakin tinggi usia maka semakin baik tingkat kematangan emosi seseorang serta kemampuan dalam menghadapi berbagai persoalan. Sebagian besar wanita yang berusia 20-35 tahun secara fisik telah siap menjalani kehamilan karena organ reproduksinya telah terbentuk sempurna. Ibu hamil yang berusia cukup juga memiliki mental yang siap dalam menjaga kehamilannya secara hati-hati. Sedangkan pada ibu hamil yang berusia kurang dari 20 tahun memiliki perasaan cemas dan takut karena kondisi fisik yang belum siap, sementara ibu hamil yang berusia lebih dari 35 tahun berisiko lebih tinggi mengalami penyulit obstetrik dan mordibilitas, serta mortalitas perinatal (Rahmita, 2017).

Persalinan pada ibu primipara akan mengalami proses lebih lama daripada proses persalinan ibu multipara sehingga primipara mengalami nyeri persalinan lebih lama pula. Hal tersebut dapat menyebabkan primipara merasa lebih letih, persepsi nyeri meningkat dan rasa takut lebih parah yang dapat meningkatkan intensitas nyeri. Ibu multipara juga mengalami kecemasan yang diakibatkan oleh masalah pada kelahiran yang terjadi sebelumnya seperti bila ibu mengalami masalah dalam mendapatkan keturunan maka ibu akan menjadi sangat cemas tentang apakah ibu mampu mempertahankan kehamilannya kali ini, ibu yang pernah mengalami keguguran akan terus-menerus ketakutan sampai usia kehamilannya melewati tanggal

dimana mereka kehilangan bayi sebelumnya, serta ibu yang pernah melahirkan seorang bayi yang kemudian meninggal atau mengalami kelainan (Widyastuti, 2012).

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. (Azizah *et al.*, 2020).

Berdasarkan asumsi peneliti bahwa usia dan paritas dapat menjadi faktor yang mempengaruhi kecemasan pada persalinan, setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan intensitas kecemasan pada ibu bersalin kala I, rasa cemas ibu menjadi berkurang sehingga ibu menjadi lebih rileks dari sebelum diberikan aromaterapi lavender. Hal ini dibuktikan dari 30 responden ibu bersalin kala I yang mengalami penurunan intensitas kecemasan, artinya ada pengaruh pemberian aromaterapi untuk mengurangi intensitas kecemasan ibu bersalin kala I.

Analisa Bivariat **Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Persalinan Kala I di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung.**

Berdasarkan hasil penelitian ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I sebelum dan sesudah diberi perlakuan aromaterapi lavender, hasil uji statistik didapatkan *p-value*: 0.000 (<0.005).

Hasil penelitian nyeri persalinan ini sejalan dengan

penelitian Rosalinna (2018) menunjukkan bahwa sebelum dilakukan tindakan Aromaterapi Lavender, skala nyeri responden memiliki rata-rata $8,50 \pm 0,96$ dengan skala nyeri minimal adalah 7 dan maksimal 10 sedangkan setelah dilakukan tindakan Aromaterapi Lavender, skala nyeri yang dialami responden terlihat telah terjadi penurunan yaitu rata-rata $6,11 \pm 1,23$ dengan skala nyeri minimal adalah 5 dan maksimal 9. Hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai $Z = -5.939$ dengan $p = 0,000$ ($p = 0,000$ ($p < 0,05$)). Ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengurangan rasa nyeri pada persalinan kala I di wilayah Puskesmas Klego Boyolali I.

Minyak esensial dalam persalinan dapat meningkatkan strategi coping pada ibu bersalin. Peran utama minyak esensial selama persalinan dan melahirkan adalah membantu meredakan nyeri, stres dan ansietas, membantu memfungsikan uterus secara efisien dan mencegah kelelahan (Hetia *et al.*, 2017). Minyak esensial tertentu dapat mempengaruhi tonus otot, meningkatkan kontraksi, mengurangi nyeri, mengurangi ketegangan, mengurangi ketakutan dan kecemasan serta meningkatkan perasaan nyaman (Hetia *et al.*, 2017).

Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek menenangkan dengan kandungan linaloolnya lavender adalah aromaterapi yang banyak digunakan saat ini, baik saat inhalasi atau dengan pemijatan kulit. Aromaterapi yang digunakan melalui inhalasi atau dihirup akan masuk ke dalam system limbic atau struktur bagian dalam dari otak, sistem ini sebagai pusat nyeri, senang, marah, takut, depresi dan berbagai emosi lainnya (Rosalinna, 2018).

Berdasarkan pengamatan, peneliti berasumsi adanya

pengurangan nyeri persalinan setelah penerapan aromaterapi lavender karena aromaterapi lavender mengandung linalool dan linalyl yang dapat berfungsi sebagai analgetik, serta dapat meningkatkan hormon endorpin sebagai akibat rangsangan hipotalamus oleh aromaterapi lavender, dapat menghasilkan rasa tenang, rasa bahagia dan relaks, serta melemaskan otot-otot yang tegang akibat rasa nyeri, sehingga rasa nyeri yang dialami ibu pasca persalinan dapat berkurang dengan terapi inhalasi aromaterapi lavender.

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Kecemasan Ibu Bersalin Kala I di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung.

Berdasarkan hasil penelitian ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas kecemasan ibu bersalin kala I sebelum dan sesudah diberi perlakuan aromaterapi lavender, hasil uji statistik didapatkan $p\text{-value}: 0.000$ (< 0.005).

Hasil penelitian kecemasan ibu bersalin kala I ini sejalan dengan penelitian Roniati (2021) hasil uji Mann-Whitney diperoleh hasil pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menggunakan aromaterapi lavender diperoleh nilai $p\text{ value } 0,008$ atau $P < 0,05$. Hal ini bermakna adanya pengaruh aromaterapi terhadap penurunan kecemasan.

Penelitian ini didukung oleh Mirazanah dkk (2021) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu bersalin disebabkan oleh karena dimulai adanya proses penguapan dari aromaterapi tersebut yang selanjutnya di hisap oleh ibu bersalin dan diserap oleh tubuh melalui hidung dan paru-paru masuk

ke aliran darah. Saat aroma dari minyak esensial lavender dihirup, tubuh akan memberikan respon psikologis dimana tubuh menjadi nyaman rasa sakit dan ketegangan berkurang, serta kecemasan dalam menghadapi persalinan juga berkurang.

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 sifat-sifat antikonvulsan, antidepresan, *anxiolytic*, dan bersifat menenangkan pada saat persalinan (Azizah *et al.*, 2020).

Peneliti berasumsi adanya pengaruh aromaterapi lavender terhadap kecemasan ibu bersalin disebabkan oleh kandungan aktif utama yang terdapat dalam lavender yaitu Linalool yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi). Kemudian dengan ibu bersalin menghirup aromaterapi lavender tersebut dan diserap oleh tubuh melalui hidung dan paru-paru masuk ke aliran darah, tubuh akan memberikan respon dimana tubuh menjadi nyaman, rasa sakit dan ketegangan berkurang, serta kecemasan dalam menghadapi persalinan juga berkurang.

KESIMPULAN

Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri & Kecemasan Pada Persalinan Kala I di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung Tahun 2023" didapatkan kesimpulan bahwa Rata-rata (mean) intensitas nyeri sebelum pemberian aromaterapi

lavender adalah 6,33. Rata rata (mean) skala nyeri setelah pemberian aromaterapi lavender adalah 4,30. Rata-rata (mean) intensitas kecemasan sebelum pemberian aromaterapi lavender adalah 29,97. Rata-rata (mean) intensitas kecemasan setelah pemberian aromaterapi lavender adalah 22,47. Hasil uji Wilcoxon diketahui nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), sehingga disimpulkan ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan kala I di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung. Hasil uji Wilcoxon diketahui nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), sehingga disimpulkan ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas kecemasan ibu bersalin kala I di PMB Wirahayu, S.Tr.Keb Bandar Lampung. Saran untuk peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan dan referensi tambahan untuk melakukan penelitian yang serupa ataupun mengembangkan penelitian tersebut dengan menambah variabel baru.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, N., Rosyidah, R., & Machfudloh, H. (2020). Efektivitas Inhalasi Aromaterapi Lavender (*Lavendula Augustifolia*) Dan Neroli (*Citrus Aurantium*) Terhadap Penurunan Nyeri Proses Persalinan. *Midwifery Jurnal Kebidanan*, [Internet]. 6(1), 26-31.
- Biswan, M., Novita, H., & Masita. (2017). Efek Metode Non Farmakologik Terhadap Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I. *Jurnal Kesehatan*, [Internet] VIII(2), 282-288. Tersedia

- Pada: <https://ejurnal.poltekkestjk.ac.id/index.php/jk/article/viewfile/487/456>.
- Dahlan, F. M., Juneldi, N., Azzahroh, P. (2020). Pengaruh Pemberian Minuman Jahe Hangat Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Di Rumah Sakit Kota Jayapura Tahun 2020. *Journal For Quality In Women's Health* Vol. 3 No. 2
- Fitriana, Yuni & Widy Nurwiandani. (2021). *Asuhan Persalinan Konsep Persalinan Secara Komprehensif Dalam Asuhan Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Hetia, E. N., Ridwan, M., & Herlina. (2017). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Aktif. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, [Internet]. X(1), 5- 10. Tersedia Pada: <http://www.ejurnal.poltekkestjk.ac.id/index.php/jkm/article/view/1334>.
- Jaelani. (2017). *Aromaterapi (Ketiga)*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Mirazanah, I., Carolin, B. T., & Dinengsih, S. (2021). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 785-792.
- Nursahidah, A.A., Novelia, S., Suciawati, A. (2020). The Effect Of Lavender Aromatherapy On Labor Pain Among Delivery Women In Bandung 2020. *Asian Community Health Nursing Research*. 2(1). 13-19.
- Nurul, A., Rosyidah, R., & Destiana, E. (2020). Murotal Al-Qur'an Surat Arrahman Dan Inhalasi Aromaterapi Lavender (*Lavendula Augustifolia*) Dalam Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif. *Jurnal Midpro*, [Internet]. 12(1), 10-17.
- [Http://dosen.umsida.ac.id/modul/publikasi/filesktp/214392/sktp-04-11-2020%2010:33:08-214392.pdf](http://dosen.umsida.ac.id/modul/publikasi/filesktp/214392/sktp-04-11-2020%2010:33:08-214392.pdf).
- Rohimah, S. & Utami, I. T. (2022). Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Primipara. *Jurnal Human Care*.
- Roniati, R., Sari, W. I. P. E., & Esmianti, F. (2021). Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin Pada Kala I Fase Aktif: The Effect Of Lavender Aromatherapy On Reducing Anxiety Labour In Active Phase. *Journal Of Midwifery Science And Women's Health*, 2(1), 20-25.
- Rahmita, H., Wiji, R. N., & Rahmi, R. (2018). Efektivitas Aromaterapi Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Di Bpm Rosita Kota Pekanbaru. *Al-Insyirah Midwifery Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal Of Midwifery Sciences)*, [Internet]. 7(2), 53-57. Tersedia Pada: <https://jurnal.stikesalinsyirah.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/61>.
- Roniati, R., Sari, W. I. P. E., & Esmianti, F. (2021). Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin Pada Kala I Fase Aktif: The Effect Of Lavender Aromatherapy On Reducing Anxiety Labour In Active Phase. *Journal Of Midwifery Science And Women's Health*, 2(1), 20-25.
- Rosalinna. (2018). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Wilayah Puskesmas Klego I Boyolali.

- Jurnal Publikasi Kebidanan, [Internet]. 9(1), 1-10. Tersedia Pada: <https://Garuda.Ristekbrin.Go.Id/Documents/Detail/719220>.
- Sagita, Y. D., & Martina. (2019). Pemberian Aroma Terapi Lavender Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. *Wellness And Healthy Magazine*, [Internet]. 1(2), 151-156. Doi: <https://doi.org/10.30604/Well.26122019>. <https://wellnessjournalpress.id/wellness/article/view/v1i219wh>
- Salsabilla, A. R. (2020). Aromaterapi Lavender Sebagai Penurun Tingkat Kecemasan Persalinan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 761-766.
- Sari, P. N., & Sanjaya, R. (2020). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan. *Majalah Kesehatan Indonesia*, [Internet]. 1(2), 45-49. Tersedia Pada: <https://ukinstitute.org/journals/1/makein/article/view/1209>.
- Sidabukke, I. R. R., & Siregar, R. N. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu Bersalin Di Rumah Sakit Restu Medan. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 6(1), 276-284.
- Syaripudin, Ahmad & Ani Nurhaeni. (2019). Manajemen Nyeri Persalinan Dengan Hipnobirthing Aplikasi Kebidanan Komplementer. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Waslia, D. (2018). Literatur Review : Terapi Komplementer Dalam Mengatasi Nyeri Persalinan (Literature Review: Complementary Therapy For Overcoming Labour Pain). Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian & Pengabdian Masyarakat (Pinlitamas 1), [Internet]. 1(1), 502-507. Tersedia Pada: <http://repository2.stikesayan.i.ac.id/index.php/pinlitamas1/article/download/421/378>.
- Yunarsih, & Rahayu, D. (2018). Perbedaan Tingkat Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Dengan Pemberian Massage Counterpressure Dan Aromaterapi Lavender. *Nsj*, [Internet]. 1(2), 87-106. Doi: <http://dx.doi.org/10.30737/nsj.v2i1.148> Tersedia Pada: <http://ojs.unik-kediri.ac.id/index.php/nsj/article/view/148>