

PEMBARIAN TERAPI KOMBINASI *COUNTERPRESSURE* *MASSAGE* DENGAN *AROMATHERAPY* LAVENDER TERHADAP PERSALINAN KALA I FASE AKTIF

Ni Nyoman Astarini⁽¹⁾, Ni Ketut Somoyani⁽²⁾, Ni Made Dwi Purnamayanti⁽³⁾

⁽¹⁾Prodi D4 Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Indonesia
email: asta.olip@gmail.com

⁽²⁾Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Indonesia
email: somoyaniniketut@gmail.com

⁽³⁾Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Indonesia
email : purnamayanti.dwi80@gmail.com

ABSTRAK

Manajemen nyeri dalam asuhan persalinan dapat menggunakan berbagai metode, yaitu farmakologis dan non farmakologis. Teknik *counterpressure massage* dapat mengaktifkan senyawa *endhorphin* sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat yang dapat menyebabkan penurunan intensitas nyeri. Molekul aromaterapi merangsang sistem limbik yang dapat mengurangi kecemasan yang mengarah ke rasa sakit karena ada hubungan langsung antara nyeri dan kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif sebelum dan setelah diberikan kombinasi *counterpressure massage* dengan *aromatherapy lavender*. Desain penelitian ini pre eksperimen pendekatan *one group pre-test dan post-test design* yang dilakukan di RSUD Wangaya Denpasar pada bulan Maret-April 2024. Besar sampel 35 orang, data dikumpulkan menggunakan lembar observasi *wong-baker faces pain rating scale*. Uji normalitas yang digunakan uji shapiro-wilk karena didapatkan data tidak berdistribusi normal, maka selanjutnya pengujian hipotesis dilakukan uji *wilcoxon* dengan nilai sig (2-tailed) =0,000 < 0,05, sehingga hipotesis dapat diterima yang berarti ada perbedaan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif. Kesimpulannya bahwa terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender dapat menurunkan intensitas nyeri. Bidan dapat menggunakan metode nonfarmakologi dalam mengurangi tingkat nyeri ibu bersalin seperti pijatan *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender.

Kata kunci: Nyeri Persalinan; *Counterpressure Massage*; *Aromatherapy Lavender*

ABSTRACT

Pain management in maternity care can use various methods, namely pharmacological and non-pharmacological. Counterpressure massage techniques can activate endhorphin compounds so that the transmission of pain messages can be inhibited, which can lead to a decrease in pain intensity. Aromatherapy molecules stimulate the limbic system which can reduce anxiety that leads to pain because there is a direct relationship between pain and anxiety. The aim of this study was to determine the difference in pain intensity in mothers during the first active phase of labor before and after being given a combination of counterpressure massage with lavender aromatherapy. This research design was a pre-experimental one group pre-test and post-test design approach carried out at the Wangaya Denpasar Regional Hospital in March-April 2024. The sample size was 35 people, data was collected using the Wong-Baker Faces Pain Rating Scale observation sheet. The normality test used was the Shapiro-Wilk test because the data was not normally distributed, then the next hypothesis test was carried out by the wilcoxon test with a sig (2-tailed) value = 0.000 < 0.05, so the hypothesis could be

accepted, which means there is a difference in the intensity of pain in mothers giving birth. stage I active phase. The conclusion is that combination counterpressure massage therapy with lavender aromatherapy can reduce pain intensity. Midwives can use non-pharmacological methods to reduce the pain level of mothers in labor, such as counterpressure massage with lavender aromatherapy.

Keywords: Labor Pain; Counterpressure Massage; Aromatherapy Lavender

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis yang dialami oleh seorang ibu. Dalam proses persalinan ibu akan mengalami kontraksi yang mengakibatkan penipisan mulut rahim. Kontraksi adalah dimana otot-otot rahim mulai mengencang dan rileks yang menimbulkan rasa nyeri pada ibu bersalin (N. Noviyanti et al. 2020). Pada fase persalinan terjadi peningkatan kecemasan, dengan makin meningkatnya kecemasan akan semakin meningkatkan intensitas nyeri. Perasaan takut dan cemas sendiri merupakan faktor utama yang menyebabkan rasa sakit dalam persalinan. Semakin majunya proses persalinan, perasaan ibu hamil akan semakin cemas dan rasa cemas tersebut menyebabkan rasa nyeri semakin intens, demikian pula sebaliknya. Masalah yang paling sering dirasakan oleh ibu hamil dan ibu bersalin dalam hal persalinan adalah rasa takut dan cemas saat persalinan oleh karena nyeri pada saat persalinan. Pada ibu bersalin mengalami reaksi nyeri dengan tingkat ringan sebesar 15 %, nyeri sedang 35%, nyeri hebat 30%, dan nyeri yang sangat hebat sebesar 20% (N. Noviyanti et al. 2020). Sebuah penelitian dilakukan pada wanita dalam persalinan kala I didapatkan bahwa 60% primipara melukiskan nyeri akibat kontraksi uterus sangat hebat, dan 30% nyeri sedang. Pada multipara 45% nyeri hebat, 30% nyeri sedang, dan 25% nyeri ringan (Chaniago, 2020). Sebuah penelitian menyatakan nyeri persalinan ringan (15%), nyeri sedang (35%), nyeri berat (30%), dan nyeri sangat berat terjadi pada (20%) kasus (Hapsari, Rahayu, and Ngudiyono 2017).

Berdasarkan laporan Tim Ponek RSUD Wangaya Kota Denpasar pada tahun 2021 jumlah ibu bersalin dengan persalinan normal yaitu 602 orang, dengan spontan bracht 11 orang, dengan persalinan vakum ekstraksi 17 orang, persalinan dengan kasus IUFD 12 orang. Pada tahun 2022 jumlah ibu bersalin dengan persalinan normal yaitu 536 orang, dengan persalinan spontan brach tidak ada, dengan persalinan vakum ekstraksi 8 orang dan persalinan dengan kasus IUFD 17 orang. Pada tahun 2023 laporan triwulan Tim Ponek RSUD Wangaya Kota Denpasar dari bulan Juli sampai bulan September jumlah ibu bersalin dengan persalinan normal 114 orang, dengan persalinan patologi 9 orang, dengan persalinan vakum ekstraksi 3 orang, dan dengan persalinan kasus IUFD 3 orang. Berdasarkan hasil survey yang peneliti lakukan di ruang bersalin RSUD Wangaya Kota Denpasar pada bulan Desember dari 40 ibu bersalin normal yang mengalami nyeri ringan 6 orang, ibu bersalin yang mengalami nyeri sedang 14 orang, yang mengalami nyeri berat 12 orang, dan yang mengalami nyeri sangat berat 8 orang. Data di ambil dari pengkajian atau dokumentasi pasien dan ERM (*E-Medical Record*) dengan melihat skala nyeri pada pasien, serta melakukan anamnesa langsung pada ibu bersalin kala I fase aktif. Skala nyeri yang peneliti gunakan adalah skala nyeri *wong baker's faces pain scale*. Banyak ibu bersalin belum dapat beradaptasi dengan nyeri persalinan dan belum paham teknik relaksasi untuk pengurangan rasa nyeri saat

persalinan, maka dari itu diperlukan upaya untuk meringankan rasa nyeri yang dihadapi saat persalinan. Metode yang dapat meringankan rasa nyeri yaitu metode farmakologi (pemberian obat - obatan analgesik, opiat) dan metode nonfarmakologi/ alamiah (pijatan, akupuntur, aromaterapi, relaksasi, hidroterapi, hipnosis, musik).

Upaya –upaya yang dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri seperti metode farmakologis dan non farmakologis (asuhan komplementer). Metode pengurangan rasa nyeri dalam persalinan pun saat ini menjadi pilihan masyarakat. Metode nonfarmakologis termasuk tindakan tanpa penggunaan obat-obatan yang dipercaya dapat meredakan rasa ketidaknyamanan dengan berbagai cara yang memfokuskan pada metode pilihan ibu, mengingat efek samping yang sering ditimbulkan pada penggunaan obat selama proses kelahiran bayi (A. Noviyanti and Jasmi 2022). Asuhan komplementer kebidanan berupa upaya mengurangi rasa nyeri persalinan non farmakologi diantaranya menggunakan *counterpressure massage* dan *aromatherapy*. Metode dengan menggunakan massage (pemijatan) salah satunya dengan cara *counterpressure massage* merupakan pijatan atau tekanan pada sakrum atau tulang belakang untuk menekan atau mengurangi nyeri dengan tujuan ibu dapat merasakan manfaat dilakukan *counterpressure massage* (Natalia 2020). Selain mudah dilakukan diharapkan ibu mendapat kenyamanan dan nyeri pun dapat diminimalkan. Dalam persalinan, pijat juga membuat ibu merasa lebih dekat dengan orang yang merawatnya. Sentuhan seseorang yang peduli dan ingin menolong merupakan sumber kekuatan saat ibu sakit, lelah, dan kuat. Saat memijat, pemijat harus memperhatikan respon ibu, apakah tekanan yang diberikan sudah tepat (Yuliza, Novita, and Jayatmi 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Chaniago menunjukkan nyeri persalinan sebelum dilakukan masase *counterpressure* berada pada skala 9-10 (100%) dan setelah dilakukan *counterpressure massage* nyeri menurun paling besar pada skala 3-6 sebanyak 13 responden (86,7%).

Untuk mengurangi rasa nyeri persalinan yang lainnya adalah dengan aromaterapi. Aromaterapi merupakan sebuah terapi komplementer yang melibatkan penggunaan wewangian berasal dari minyak esensial. Aromaterapi juga dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan saat persalinan, sebab aromaterapi mampu memberikan sensasi yang menenangkan diri dan otak, serta stress yang dirasakan (Novita, 2022). Aromaterapi lavender memiliki aroma yang menyegarkan yang mana memiliki manfaat meredakan stress, mengurangi sakit kepala, migrain, juga mengurangi tingkat kecemasan dan kesakitan. Salah satu teknik relaksasi yang dapat mengatasi kecemasan adalah dengan teknik relaksasi masase yaitu pijat tangan aromaterapi lavender (*hand massage aromatherapy lavender*). Untuk mengatasi kecemasan adalah relaksasi dengan melakukan masase/pijatan pada bagian tubuh tertentu dalam beberapa kali akan membuat perasaan lebih tenang. Aromaterapi lavender dibandingkan dengan aromaterapi yang lain mempunyai keunggulan pada tingkat kecemasan dan rasa sakit, sebuah studi yang dilakukan oleh institut nasional di Jepang menunjukkan bahwa senyawa linalool yang ditemukan pada minyak lavender menunjukkan efek anti cemas dan anti nyeri (Andriani, 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Antono diketahui bahwa tingkat nyeri responden sesudah diberikan aromaterapi

lavender hampir seluruhnya mengalami nyeri sedang yaitu 80% dan sebagian kecil mengalami nyeri berat terkontrol sebesar 20 % (Antono, S.D, 2018).

Walaupun beberapa penelitian sudah mulai dilakukan tetapi penerapan terkait penanganan nyeri non farmakologis persalinan di beberapa rumah sakit masih belum dilaksanakan, termasuk di RSUD Wangaya Kota Denpasar. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan setelah diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan *aromatherapi lavender*.

METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experiment* dengan pendekatan *one group pre-test and post-test design*. Penelitian dilakukan di Ruang Bersalin RSUD Wangaya Kota Denpasar. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret – April 2024 dan telah mendapatkan *ethical clearance*. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 35 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data, yang dapat berupa kuisioner, formulir observasi, formulir formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data dan sebagainya. Instrumen pada penelitian ini meliputi standar prosedur operasional *counterpressur massage* dan *aromatherapy lavender*. Peneliti menggunakan instrumen *wong-baker faces pain rating scale* sebelum dan sesudah pemberian *counterpressure massage* dengan kombinasi *aromatherapi lavender*. Analisa data dibagi menjadi dua tahap yaitu analisa univariat dan bivariat. Sebelum melakukan analisis bivariat peneliti melakukan uji normalitas untuk mengetahui jenis distribusi data rasio. Peneliti menggunakan uji *Shapiro-Wilk*. Analisis bivariat dalam penelitian ini adalah Uji *Wilcoxon*.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	(f)	(%)
Umur		
< 20 tahun	3	8,6
20 - 35 tahun	32	91,4
Jumlah	35	100
Paritas		
Primigravida	20	57,1
Multigravida	14	40
Grande multipara	1	2,9
Jumlah	35	100
Tingkat Pendidikan		
Pendidikan dasar sampai dengan SMP	7	20
Pendidikan menengah/ SMA	21	60
Perguruan tinggi/ Diploma	7	20
Jumlah	35	100

Tabel 1 terlihat bahwa sebagian besar responden dengan rentang umur 20-35 tahun 32 orang (91,4 %), jumlah paritas ibu bersalin sebagian besar primigravida 20 orang (57,1%), dan sebagian besar responden berpendidikan menengah/ SMA 21 orang (60%).

Tabel 2. Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum Diberikan Terapi Kombinasi Counterpressure Massage dengan Aromatherapy Lavender

Intensitas nyeri	f	Persentase (%)	Mean	Median	Min	Max	SD
6	20	57,14	6,8571	6	6	8	1,00419
8	15	42,86					
Total	35	100					

Tabel 2 menunjukkan bahwa intensitas nyeri ibu bersalin kala I fase aktif sebelum diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender sebagian besar intensitas nyeri ibu bersalin yaitu dengan nilai 6 dimana mencapai 20 responden (57,14%) serta 15 responden (42,86%) yang mengalami intensitas nyeri dengan nilai 8.

Tabel 3. Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Sesudah Diberikan Terapi Kombinasi Counterpressure Massage dengan Aromatherapy Lavender

Intensitas nyeri	f	Persentase (%)	Mean	Median	Min	Max	SD
4	24	68,57	4,6286	4	4	6	0,94202
6	11	31,43					
Total	35	100					

Tabel 3 menunjukan bahwa Intensitas nyeri ibu bersalin setelah diberikan perlakuan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender di RSUD Wangaya Denpasar dengan jumlah responden yaitu 35 orang, intensitas nyeri ibu bersalin yaitu dengan nilai 4 sebanyak 24 orang (68,57%), nilai 6 sebanyak 11 orang (31,43%).

Tabel 4. Data Analisis Perbedaan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Kombinasi Counterpressure Massage dengan Aromatherapy Lavender

Intensitas Nyeri	Median	Mean	SD	p value	positif ranks	Ties	Z
Pre-test	6	6,8571	1,00419	0,000	35	0	-5,652
Post-test	4	4,6286	0,94202				

Tabel 4 adalah data analisa perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender di RSUD Wangaya Denpasar dengan uji Wilcoxon didapatkan hasil ties 0 yang memiliki makna responden sebelum dan sesudah intervensi dengan terapi kombinasi *couterpressure massage* dengan aromaterapi lavender jumlahnya sama yaitu 35 responden

PEMBAHASAN

Intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif sebelum diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan *aromatherapy lavender*

Berdasarkan hasil penelitian seperti pada tabel 3 dapat diketahui bahwa intensitas nyeri ibu bersalin kala I fase aktif sebelum diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender sebagian besar mengalami intensitas nyeri dengan nilai 6 dimana mencapai 20 responden (57,14%) serta 15 responden (42,86%) dengan nilai 8. Didapatkan rata-rata intensitas nyeri sebesar 6,8571 dengan standar deviasi 1,00419. Nyeri persalinan yang terjadi pada responden merupakan suatu perasaan yang tidak menyenangkan yang merupakan respon individu yang menyertai dalam proses persalinan. Nyeri persalinan disebabkan oleh kontraksi otot rahim, regangan otot panggul dan kondisi psikologis. Kontraksi inilah yang menyebabkan adanya pembukaan serviks sehingga terjadilah persalinan. Hasil dari penelitian yaitu sebagian besar responden yang diteliti berusia 20-35 tahun sebanyak 91,4% responden, dan sebagian besar responden merupakan ibu primigravida yaitu sebanyak 57,1% responden. Pada tingkat pendidikan sebagian besar responden berpendidikan tinggi / tamat SMA sebanyak 80% responden.

Keadaan ketuban responden saat persalinan seluruhnya dengan ketuban sudah pecah. Pecah ketuban dapat meningkatkan kontraksi karena terjadinya penurunan kepala bayi yang menekan OUI. Umumnya dirasakan bahwa mengeluarkan cairan ketuban dari kantung ketuban menginduksi aktivitas kontraksi uterus, meningkatkan kekuatan kontraksi, dan dapat meningkatkan persalinan dengan memberikan tekanan langsung dari kulit kepala janin pada leher rahim yang dapat membantu melebarkan leher Rahim (Zeidi, Zare, and Kiapour 2024). Nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi uterus, dilatasi dan penipisan serviks, serta penurunan janin selama persalinan. Rasa nyeri persalinan bersifat personal, setiap orang mempersepsikan rasa nyeri yang berbeda terhadap hasil stimulus yang sama tergantung pada ambang nyeri yang dimilikinya. Nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim. Faktor- faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan meliputi paritas, usia, pendidikan (Puspitasari and Azzahroh 2022).

Pada lembar observasi yang dapat diamati yaitu faktor paritas, usia dan tingkat pendidikan. Usia ibu yang lebih muda memiliki sensori nyeri yang lebih intens dibanding dengan ibu yang memiliki umur yang lebih tua. Usia muda cenderung dikaitkan dengan kondisi psikologis yang masih labil yang memicu terjadinya kecemasan sehingga nyeri yang dirasakan semakin lebih kuat. Usia juga dipakai sebagai

salah satu faktor dalam menentukan toleransi terhadap nyeri. Ibu melahirkan di usia muda akan mengungkapkan nyeri sebagai sensasi yang sangat menyakitkan di setiap fase persalinan (Zeidi, Zare, and Kiapour 2024). Pada paritas ibu yang primipara intensitas kontraksi uterus lebih kuat dibandingkan pada ibu yang multipara dan ibu multipara memiliki pengalaman persalinan sebelumnya akan lebih mudah beradaptasi dengan nyeri dibandingkan dengan ibu yang belum pernah memiliki pengalaman dalam hal ini ibu primipara (Hoffman 2018). Pada saat persalinan mekanisme pembukaan serviks yaitu pada primipara ostium uteri internum akan membuka lebih dahulu sehingga serviks akan mendatar dan menipis, sedangkan pada multipara ostium uteri internum sudah sedikit membuka, OUI dan OUE serta penipisan dan pendataran serviks terjadi pada saat bersamaan, sehingga nyeri pada multipara cenderung lebih ringan dibandingkan dengan primipara (Lubis, Maryuni, and Anggraeni 2020).

Semakin individu memiliki sudut pandang yang tidak bagus terhadap nyeri, maka akan menimbulkan stress dan kecemasan yang berakibat pada kontraksi uterus yang tidak adekuat (Xaveria Cristifora Palilingan, Irfana Tri Wijayanti, and Desi Sariyani 2023). Berdasarkan kategori pendidikan responden didominasi oleh pendidikan setara SMA. Meskipun nyeri persalinan bersifat subyektif, namun tingkat pendidikan sering dijadikan sebagai variabel yang signifikan berpengaruh terhadap intensitas nyeri persalinan (Maryuni 2020). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Natalia (2020) yang bertujuan untuk mengidentifikasi intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan terapi *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender. Hasil yang didapatkan sebelum pemberian terapi *counterpressure massage* dengan intensitas nyeri sedang 70 % dan intensitas nyeri berat terkontrol sebanyak 30%. Penelitian yang dilakukan oleh Lamadah (2016) menyatakan bahwa nyeri rata rata sebelum diberikan intervensi adalah (7,0) untuk kelompok aromaterapi dan (8,1) untuk kelompok kontrol.

Melahirkan adalah peristiwa yang menyakitkan dan menegangkan bagi seorang wanita. Ibu hamil umumnya khawatir akan rasa nyeri saat persalinan (Lamadah, 2016). Rasa nyeri pada persalinan adalah nyeri kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis, perubahan tekanan darah, denyut jantung, pernafasan dengan warna kulit dan apabila tidak ditangani akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, takut, dan stres (Puspitasari and Azzahroh 2022).

Intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif setelah diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan *aromatherapy lavender*

Berdasarkan hasil penelitian seperti pada tabel 4 dapat diketahui bahwa intensitas nyeri ibu bersalin kala I fase aktif setelah diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender sebagian besar mengalami intensitas nyeri dengan nilai 4 dimana mencapai 24 responden (68,57%) serta 11 responden (31,43%) dengan nilai 6. Setelah pemberian *counterpressure massage* dengan kombinasi aromaterapi lavender terjadi penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif, pengukuran dilakukan 30 menit setelah pemberian *counterpressure massage* dengan minyak esensial lavender sebagai pelumas dan 60 menit setelah diberikan *aromatherapy lavender* secara inhalasi. *Counterpressure* dapat mengatasi nyeri tajam dan memberikan

sensasi menyenangkan yang melawan rasa tidak nyaman pada saat kontraksi ataupun diantara kontraksi. Teknik *counterpressure massage* dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantar menuju medulla spinalis dan otak selain itu tekanan kuat yang diberikan pada saat melakukan teknik *counterpressure massage* dapat mengaktifkan senyawa *endorphin* sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat yang dapat menyebabkan penurunan intensitas nyeri (Pasongli, Rantung, and Pesak 2014).

Pemberian *aromaterapi lavender* untuk menurunkan intensitas nyeri persalinan dapat diaplikasikan melalui beberapa cara, diantaranya secara inhalasi dan massase. Komponen *linalyl asetat* pada lavender dapat membuat rileks otot. Menghirup aromaterapi lavender mengurangi sekresi kortisol dari kelenjar adrenal dan menghasilkan relaksasi dengan menghambat aktivitas simpatis dan menstimulasi sistem parasimpatis. Tidak ada penelitian atau bukti-bukti yang dipublikasikan yang menunjukkan bahaya dari hal – hal penting untuk ibu atau janin (Mansour Lamadah 2016). Melalui inhalasi aromaterapi lavender, sekresi kortisol dari kelenjar adrenal berkurang dan menimbulkan efek relaksasi melalui penghambatan aktivitas simpatik dan merangsang system parasimpatis. Sedangkan pemberian aromaterapi secara masase diterapkan di permukaan kulit menggunakan minyak esensial dan masuk ke dalam aliran darah melalui pori-pori kulit yang kemudian aroma tersebut memberikan rasa kesejahteraan dan mengurangi rasa nyeri (Yakoeb et al. 2022).

Perbedaan intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan *aromaterapi lavender*

Hasil penelitian ini untuk menganalisa perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan *aromaterapi lavender* di ruang bersalin RSUD Wangaya Denpasar menggunakan Uji wilcoxon atas dasar data pada penelitian ini berdistribusi tidak normal (hasil uji shapiro-wilk). Dari hasil uji wilcoxon dengan derajat kemaknaan α 0,05 didapatkan nilai *sig (2-tailed)* = 0,000 < 0,05, sehingga hipotesis penelitian dapat diterima yang berarti ada perbedaan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif sebelum dan setelah diberikan *counterpressure massage* yang dikombinasi dengan *aromaterapi lavender*. Pemberian pijat dengan teknik *counterpressure massage* dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantarkan menuju medulla spinalis dan otak, selain itu tekanan kuat pada teknik ini dapat mengaktifkan senyawa *endorphine* yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat dan menyebabkan status penurunan sensasi nyeri (Pasongli, Rantung, and Pesak 2014).

Molekul minyak mudah menguap akan membawa unsur aromatic ke puncak hidung. Ditangkap oleh reseptor yang mengantarkan pesan elektrokimia ke pusat emosi dan daya ingat seseorang yang selanjutnya akan mengantarkan pesan balik ke seluruh tubuh melalui system sirkulasi. Pesan yang dihantar ke seluruh tubuh akan dikonversikan menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi neurokimia berupa perasaan senang, rileks, dan tenang (Dwiutami and Indrayani 2022). Penelitian ini mencapai tujuannya

menunjukkan bahwa *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender efektif dalam meredakan nyeri persalinan. Hasil penelitian saat ini menunjukkan penurunan skor nyeri setelah diberikan intervensi. Hasil ini sejalan dengan Mansour Lamadah (2016) yang melaporkan bahwa adanya penurunan skor nyeri rata-rata diantara kelompok pijat aromaterapi dibandingkan dengan kelompok kontrol dan perbedaannya signifikan secara statistik. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yazdkhasti and Pirak (2016) menunjukkan perbedaan nyeri persalinan sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok adalah signifikan ($p = 0,001$) yang artinya ada perbedaan nyeri persalinan dan sesudah intervensi. Aromaterapi menawarkan relaksasi dan dapat menginduksi tidur. Hal ini juga meningkatkan kemampuan ibu untuk mengatasi rasa sakit saat melahirkan.

Pemberian intervensi *counterpressure massage* menggunakan minyak *esensial lavender* lebih efektif untuk mengurangi tingkat nyeri persalinan, karena ibu yang diberikan *massage* saja dapat membuat ibu lebih nyaman apalagi dengan di kombinasikan menggunakan minyak *esensial lavender*, selain digunakan sebagai pelumas pada saat melakukan *massage* ibu juga dapat menghirup bau dari minyak *esensial lavender* tersebut, yang berfungsi untuk membuat ibu menjadi lebih *rilex*. Komposisi utama dalam minyak *lavender* yaitu *linalool asetat* dan *linalyl asetat* yang bersifat sebagai *bakterisida*, *analgesik*, dan anti depresan, *antispasmodic* ketika aromaterapi dihirup oleh hidung zat-zat yang terkandung didalamnya akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormon *endorphin* karena membuat *rilex* dan menenangkan sehingga mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat saraf dan otot-otot yang tegang.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa intensitas nyeri ibu bersalin kala I fase aktif sebelum diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender dengan rata-rata (mean) intensitas nyeri sebesar 6,8571. Intensitas nyeri ibu bersalin kala I fase aktif setelah diberikan terapi kombinasi *counterpressure massage* dengan aromaterapi lavender dengan rata-rata (mean) intensitas nyeri sebesar 4,6286. Kesimpulannya bahwa terdapat perbedaan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif sebelum dan setelah diberikan *counterpressure massage* yang dikombinasikan dengan *aromatherapy lavender*.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwiutami, Anindita, and Diyan Indrayani. 2022. "Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan : Evidence Based Case Report." *Jurnal Kesehatan Siliwangi* 2 (3): 771–78. <https://doi.org/10.34011/jks.v2i3.760>.
- Hapsari, Putri, Sri Rahayu, and Ngudiyono. 2017. "Pengaruh Counterpressure Massage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif." *Jurnal Ilmiah Bidan II* (3): 41–47.
- Hoffman, D. W. 2018. "Efek Pemberian Massage Counterpressure Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Dan Kadar Hormon Oksitosin Pada Kala I Fase Aktif Persalinan Normal." *Jurnal Nusantara Medika* 7: 81–90.

- Lubis, Dinni Randayani, Maryuni, and Leggina Anggraeni. 2020. "Efektivitas Massage Punggung Dalam Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida & Multigravida." *Jurnal Ilmiah Bidan* 5 (1): 22–28. https://repository.binawan.ac.id/1070/1/JIB_Legina_Anggraeni.pdf.
- Mansour Lamadah, Sahar. 2016. "The Effect of Aromatherapy Massage Using Lavender Oil on the Level of Pain and Anxiety During Labour Among Primigravida Women." *American Journal of Nursing Science* 5 (2): 37. <https://doi.org/10.11648/j.ajns.20160502.11>.
- Maryuni. 2020. "Hubungan Karakteristik Ibu Bersalin Dengan Nyeri Persalinan." *Jurnal Stikes Sitihajar*, 116–22.
- Natalia, Kristin -. 2020. "Pengaruh Teknik Massage Counter Pressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I." *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro* 3 (1): 9–12. <https://doi.org/10.36656/jpk2r.v3i1.325>.
- Noviyanti, Asri, and Jasmi Jasmi. 2022. "Faktor Fisik Dan Psikologis Ibu Bersalin Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Primipara." *Jurnal Kesehatan* 13 (3): 437. <https://doi.org/10.26630/jk.v13i3.2945>.
- Noviyanti, Noviyanti, Nurdahlia Nurdahlia, Fitri Munadya, and Gustiana Gustiana. 2020. "Kebidanan Komplementer: Pengurangan Nyeri Persalinan Dengan Latihan Birth Ball." *Holistik Jurnal Kesehatan* 14 (2): 226–31. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i2.2876>.
- Pasongli, S., M. Rantung, and E. Pesak. 2014. "Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Di Rumah Sakit Advent Manado." *Jurnal Ilmiah Bidan* 2 (2): 92216.
- Puspitasari, Lina, and Fatimah Azzahroh. 2022. "Pengaruh Kombinasi Massase Dan Counter Pressure Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Di Wilayah Kabupaten Cilacap." *Jurnal Inovasi Daerah* 1 (2): 152–63. <https://doi.org/10.56655/jid.v1i2.33>.
- Xaveria Cristifora Palilingan, Irfana Tri Wijayanti, and Desi Sariyani. 2023. "Nyeri Persalinan Turun Dengan Metode Massage Ounterpressure." *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)* 14 (1): 7–12. <https://doi.org/10.52299/jks.v14i1.145>.
- Yakoeb, Amanda Rapipta, Fitriana, Eka Vicky Yulivantina, and Evy Ernawati. 2022. "The Effectiveness of Giving Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Aromatherapy to Reduce Labor Pain: A Systematic Literature Review." *Journal of Health* 9 (1): 17–23.
- Yazdkhasti, Mansoreh, and Arezoo Pirak. 2016. "The Effect of Aromatherapy with Lavender Essence on Severity of Labor Pain and Duration of Labor in Primiparous Women." *Complementary Therapies in Clinical Practice* 25: 81–86. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2016.08.008>.