
**PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP NYERI
PERSALINAN PADA IBU INPARTU KALA I FASE AKTIF
DI DESA PECANDANG KOTALAMA**

Andria⁽¹⁾, Ayu Sugianti ⁽²⁾, Hanik Rokhanah ⁽³⁾

^(1,2,3) Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian, Riau, Indonesia
email: andriaupp@gmail.com, ayusugianti@gmail.com, hanikrokhanah@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri dalam persalinan merupakan kondisi yang normal, sepanjang hal tersebut bisa ditolerir oleh sang ibu. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stress yang menyebabkan pelepasan berlebihan dari hormon ketokolamin dan steroid. Aromaterapi lavender adalah salah satu terapi komplementer nonfarmatologis untuk manajemen kecemasan yang bisa digunakan bidan untuk membantu mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aroma terapi lavender terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif pada ibu bersalin. Penelitian ini merupakan penelitian pra eksperimen dengan menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Penelitian ini menggunakan teknik *puposive sampling* dengan besar sampel sebanyak 15 orang ibu bersalin. Analisa data secara univariat dan bivariat dengan menggunakan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi aromaterapi lavender efektif mengatasi nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif dengan $p\text{ value} = 0,0001 < 0,05$. Saran peneliti kepada intitusi Pendidikan agar memasukan terapi aromaterapi lavender dalam pelatihan praktek kebidanan bagi mahasiswa kebidanan di Universitas Pasir Pangaraian.

Kata Kunci : Aroma terapi lavender, Nyeri, Persalinan

ABSTRACT

Pain in labor is a normal condition, as long as it can be tolerated by the mother. Labor pain can cause stress that causes excessive release of ketocolamine and steroid hormones. Lavender aromatherapy is one of the non-pharmacological complementary therapies for anxiety management that midwives can use to help reduce labor pain in laboring mothers. This study aims to determine the effect of lavender aroma therapy on labor pain in mothers inpartu kala I active phase in maternity mothers. This study is a pre-experimental study using a one group pretest-posttest design. This study used puposive sampling technique with a sample size of 15 laboring women. Data analysis was univariate and bivariate using SPSS. The results showed that lavender aromatherapy therapy was effective in overcoming labor pain in mothers inpartu kala I active phase with $p\text{ value} = 0.0001 < 0.05$. Researchers suggest to educational institutions to include lavender aromatherapy therapy in midwifery practice training for midwifery students at Pasir Pangaraian University.

Keywords : Lavender aroma therapy, Pain, Pregnanc,

PENDAHULUAN

Nyeri persalinan merupakan suatu proses fisiologis yang menyebabkan ketidaknyamanan dalam persalinan. Nyeri persalinan perlu diatasi karena semakin lama nyeri bisa menyebabkan stress dan ketakutan sehingga akan meningkatkan sekresi adrenalin yang berperan dalam konstiksi pembuluh darah. Akibatnya aliran darah ke uterus berkurang, uterus iskemik dan semakin nyeri. Nyeri semakin bertambah tanpa diikuti pembukaan serviks, sehingga dapat memperpanjang persalinan (Pertasari 2022).

Persalinan dan kelahiran adalah akhir dari kehamilan dan titik dimulainya kehidupan di luar rahim bagi bayi baru lahir. Persalinan normal (fisiologi) adalah suatu proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan uri) yang dapat hidup kedunia luar, dari rahim melalui jalan lahir atau dengan jalan lahir (Sofian 2020).

Nyeri dalam persalinan merupakan kondisi yang normal, sepanjang hal tersebut bisa ditolerir oleh sang ibu. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stress yang menyebabkan pelepasan berlebihan dari hormon ketokolamin dan steroid. Hormon ini menyebabkan ketegangan otot polos dan vaso konstriksi pembuluh darah. Hal ini mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak. Apabila tidak segera diatasi keadaan ini akan lebih meningkatkan rasa khawatir, tegang, takut dan stress yang sudah ada (Wulandari 2021).

Menurut studi (Ayudita 2023), ditemukan bahwa nyeri persalinan yang sering dialami oleh ibu primipara, adalah nyeri tingkat berat (37%), nyeri tidak toleran (35%) dan nyeri ringan (28%). Sedangkan pada ibu multipara nyeri persalinan yang sering dialami ibu adalah nyeri berat (39%), nyeri sedang (35%) dan tidak mengalami nyeri (15%). Berbagai upaya mengembangkan metode persalinan telah dikembangkan oleh ilmuwan dan praktisi kesehatan. Salah satu tujuannya adalah memudahkan dan menolong ibu dalam menghadapi detik- detik masa persalinan. Metode yang dikembangkan untuk mengatasi nyeri persalinan ini ada dua, yaitu farmatologis dan nonfarmatologis. Metode nonfarmatologis ini dikenal juga dengan terapi komplementer nonfarmatologis.

Menurut *World Health Organization* (WHO), terapi komplementer adalah praktek kesehatan dengan pendekatan pengetahuan keyakinan tentang pengelolaan tanaman, hewan, mineral dan spiritual yang dikombinasikan untuk mempertahankan kesejahteraan dan mencegah penyakit. Keterbatasan pengobatan konvensional menjadi salah satu alasan terapi komplementer dan alternatif menjadi salah satu pilihan dalam mengobati/menyehatkan masyarakat Indonesia. Terapi komplementer menjadi salah satu cara bagi bidan untuk menciptakan lingkungan yang terapeutik dengan menggunakan diri sendiri sebagai alat atau media penyembuh dalam rangka menolong orang lain dari masalah kesehatan. Terapi komplementer digunakan bersama-sama dengan terapi medis konvensional (Andarwulan 2021).

Terapi komplementer dalam pelayanan kebidanan merupakan alternatif untuk mengurangi intervensi medis bagi ibu hamil, ibu nifas, bayi dan anak kecil. Tingginya penggunaan terapi komplementer dan alternatif dalam pelayanan kesehatan (khususnya kebidanan) memberikan peluang besar bagi bidan di Indonesia untuk berinovasi dan mengembangkan pelayanan kebidanan untuk memenuhi tuntutan pelayanan kesehatan masyarakat yang berkualitas dan terjangkau dengan memperhatikan nilai, norma dan filosofi kebidanan (Wahidin, 2020). Jenis terapi komplementer yang tersedia untuk pelayanan kebidanan antara lain terapi pijat, terapi relaksasi, yoga, olahraga, jamu, aromaterapi, homeopati dan akupunktur (Mardliyana and Puspita 2023).

Aromaterapi lavender adalah salah satu terapi komplementer nonfarmatologis untuk manajemen kecemasan yang bisa digunakan bidan untuk membantu mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin. Lavender adalah tanaman dengan aroma anxiolytic dan aroma relaksasi yang komponen utamanya adalah linalool yaitu agen penenang yang memengaruhi gamma- amino asam butirat reseptor pada sistem saraf pusat dan

linalyl asetat narkotika agent. Penelitian sebelumnya menegaskan efek positif lavender pada pemeriksaan kecemasan pada saat persalinan wanita primipara dan hemodialisis terkait kecemasan (Widaryanti & Riska, 2019).

Menurut penelitian (Utari, Kodiyah, and Sari 2022), terdapat penurunan skor nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender dan sesudah diberikan aromaterapi lavender pada ibu bersalin primipara kala I fase aktif di Puskesmas Grobogan dimana skala nyeri sebelum pemberian aromaterapi lavender 7,535 menjadi 5,321 setelah pemberian aromaterapi lavender. Berdasarkan systematic review yang dilakukan oleh (Rambe 2022) disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lavender dapat mengurangi intensitas nyeri pada ibu bersalin. Pemberian aromaterapi lavender dapat dilakukan dengan cara inhalasi dan pijat. Penurunan intensitas nyeri ini dikarenakan responden mendapat manfaat dari aromaterapi lavender yang berfungsi memberikan ketenangan dan mengurangi kecemasan serta melemaskan otot-otot yang tegang akibat kontraksi uterus.

Desa Pecandang adalah salah satu desa yang ada di wilayah kerja Puskesmas Kotalama Kabupaten Rokan Hulu. Berdasarkan survei pendahuluan yang peneliti lakukan di Desa Pecandang, peneliti menemukan bahwa semua ibu bersalin mengalami nyeri persalinan hebat hingga sedang. Untuk membantu ibu mengurangi rasa nyeri persalinan, petugas kesehatan biasanya hanya melakukan teknis massage dan rileksasi pada ibu bersalin.

Teknik komplementer nonfarmatologi dengan aromaterapi lavender sebagai salah satu bentuk asuhan sayang ibu dimana teknik ini belum pernah dilakukan oleh petugas kesehatan karena teknik ini belum diketahui secara jelas keefektifannya. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif pada Ibu Bersalin di Desa Pecandang Kotalama Kabupaten Rokan Hulu”.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif analitik dengan menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin pada bulan Maret 2024 di Desa Pecandang Kotalama Kabupaten Rokan Hulu sebanyak 15 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 15 orang yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel yang mempengaruhi (independent) pada penelitian ini adalah pemberian aromaterapi lavender sedangkan yang menjadi variabel yang dipengaruhi (dependen) adalah nyeri persalinan. Penelitian ini dilakukan di Desa Pecandang Kotalama Kabupaten Rokan Hulu, yang dilakukan pada tanggal 1 sampai 31 Mei 2024. Instrumen penelitian ini lembar observasi berisi identitas dan penilaian ibu terhadap tingkat nyeri yang dirasakannya. Dengan memberikan nilai berdasarkan *Numeric rating Scale* (NRS) skor 1-3 nyeri ringan, 4-6 nyeri sedang dan 7-10 nyeri hebat. Teknik Pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner comparative scale untuk mengukur tingkat nyeri. Kuesioner tingkat rasa nyeri yang digunakan merupakan kuesioner yang sudah baku sehingga tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat yang dilakukan dengan uji *T-dependent*.

HASIL DAN PEMBAHASAN**a. Analisis Univariat****Tabel 1.** Rata-rata Skala Nyeri Sebelum Terapi Aromaterapi Lavender

Variabel	Mean	Minimal-Maksimal	SD
Skala Nyeri	4,07	1-8	1,944

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 1, diatas dapat dilihat bahwa hasil analisis didapatkan rata-rata skor skala ibu sebelum terapi aromaterapi lavender adalah 4,07 dengan standar deviasi 1,944. Skala nyeri terendah adalah 1 dan tertinggi 8.

Tabel 2. Rata-rata Skala Nyeri Sesudah Terapi aromaterapi lavender

Variabel	Mean	Minimal-Maksimal	SD
Skala Nyeri	1,67	1-3	0,724

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 2, diatas dapat dilihat bahwa hasil analisis didapatkan rata-rata skor skala ibu sesudah terapi aromaterapi lavender adalah 1,67 dengan standar deviasi 0,724. Skala nyeri terendah adalah 1 dan tertinggi 3..

b. Analisis Bivariat**Tabel 3.** Pengaruh Terapi Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan

Skala Nyeri	Mean	Min-Max	SD	P Value
Pre-Post	2,40	1-3	1,920	0,0001

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan Tabel 3, diatas dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan skala nyeri antara pre dan post terapi aromaterapi lavender pada ibu bersalin dimana intensitas nyeri sebelum terapi aromaterapi lavender lebih tinggi yaitu rata-rata 4,07 ($\pm$ 1,944) dan intensitas nyeri sesudah terapi aromaterapi lavender berkurang menjadi rata-rata 1,67 ($\pm$ 0,724). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value $0,0001 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya terapi aromaterapi lavender efektif mengatasi nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa intensitas nyeri persalinan pre terapi aromaterapi lavender rata-rata 4,07 dengan SD 1,944. Sedangkan intensitas nyeri persalinan post terapi aromaterapi lavender rata-rata 1,67 dengan SD 0,724. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value $0,0001 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya terapi aromaterapi lavender efektif mengatasi nyeri pada persalinan.

Hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh (Intanwati dkk 2022) bahwa kandungan utama dari bunga lavender adalah linalyl asetat dan linalool yang memiliki efek serupa dengan benzodiazepine yang bertindak melalui sistem limbic khususnya amigdala dan hippocampus. Sehingga kombinasi pengobatan medis dengan essential oil lavender dapat meningkatkan kondisi kesehatan seseorang.

Menurut Azizah (2020) dalam (Dwiutami and Indrayani 2022), 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 antikonvulsan, antidepresan, anxiolytic dan bersifat menenangkan pada saat persalinan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Utari, Kodiyah, and Sari 2022) dimana terdapat penurunan skor nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender dan sesudah diberikan aromaterapi lavender pada ibu bersalin primipara kala I fase aktif di Puskesmas Grobogan dimana skala nyeri sebelum pemberian aromaterapi lavender 7,535 menjadi 5,321 setelah pemberian aromaterapi lavender. Hasil penelitian. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sya'bin and Utami 2023) dimana dari hasil uji statistik Mann Whitney diperoleh P value $0,000 < 0,05$ artinya terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif di TPMB Roslianan S.Keb di Kecamatan Tambun Selatan Kabupaten Bekasi tahun 2023.

Menurut asumsi peneliti, karakteristik ibu bersalin kemungkinan merupakan faktor pendukung berhasilnya terapi aromaterapi lavender dalam mengurangi nyeri persalinan. Hal ini bisa dilihat dari usia ibu bersalin yang mayoritas berusia 20-35 tahun, dimana pada usia ini biasanya seseorang yang berusia lebih tua akan mampu merespon terhadap stressor yang dihadapi dari pada seseorang yang berusia lebih muda. Setiap orang memiliki cara berbeda dalam mengatasi dan meninterpretasikan nyeri. Pendidikan ibu yang cukup tinggi yaitu SMA juga memudahkan ibu dalam menerima informasi yang disampaikan peneliti. Menurut tingkat 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. Pekerjaan mayoritas ibu yang merupakan ibu rumah tangga juga sangat mendukung ibu untuk dapat mengatasi nyeri persalinan, dimana ibu yang bekerja dapat menimbulkan kelelahan fisik dan mental sehingga mengakibatkan meningkatkan nyeri persalinan. Pengalaman ibu dari kehamilan sebelumnya kemungkinan juga salah satu faktor pendorong ibu untuk mengikuti terapi aromaterapi lavender, dimana mayoritas ibu adalah multipara yang sudah pernah memiliki pengalaman dari persalinan sebelumnya..

SIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti menunjukkan pada intensitas nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif sebelum diberikan terapi aromaterapi lavender rata-rata 4,07 setelah diberikan aromaterapi lavender intensitas nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif rata-rata 1,67. Berdasarkan uji statistik yang dilakukan didapatkan ada pengaruh terapi aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif dengan p value = $0,0001 < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarwulan, S. 2021. *Terapi Komplementer Kebidanan*. Ciracas: Guepedia.
- Ayudita, A. 2023. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Manajemen Nyeri Dan Persalinan*. Mahakarya Citra Utama.
- Dwiutami, A, and D Indrayani. 2022. "Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Evidence Based Case Report." *Jurnal Kesehatan Siliwangi* 2 (3): 771–78.
- Intanwati, and dkk. 2022. *Penerapan Aromaterapi Lavender Pada Masker Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Dan Kecemasan Ibu Bersalin Kala I*. Magelang: Pustaka Rumah Cinta.

- Mardliyana, N. E, and I.M Puspita. 2023. *Terapi Komplementer Pada Pelayanan Kebidanan*. Yogyakarta: Deepublish.
- Pertasari, R. M. 2022. “Efektifitas Birth Ball Terhadap Kemajuan Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Klinik Permata Bunda Kota Serang.” *Journal of Midwifery*, 78–80.
- Rambe, N. L. 2022. “Pengaruh Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan: A Systematic Review.” *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda* 8 (1): 25–34.
- Sya’bin, Nurul, and Rizki Pajar Utami. 2023. *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di TPMB Roslianan S.Keb Di Kecamatan Tambun Selatan Kabupaten Bekasi Tahun 2023*. Universitas Medika Suherman.
- Utari, S, N Kodiyah, and N.K Sari. 2022. “Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan Pada Primipara Kala I Fase Aktif.” *TSJKej_Jurnal* 7 (2): 50–56.
- Wulandari. 2021. *Terapi Non Farmakologi Untuk Penurunan Nyeri Persalinan*. Gowa: Pustaka Ilmu.