

**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP  
PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE  
AKTIF PADA IBU PRIMIGRAVIDA DI BIDAN PRAKTEK  
MANDIRI (BPM) WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
BATU AJI**

<sup>1</sup> Monisye Lesawengen, <sup>2</sup> Risqi Utami

<sup>1</sup> monamonisye09@gmail.com, <sup>2</sup> risqi0512@univbatam.ac.id

<sup>1</sup>Midwifery Study Program, Faculty of Medicine, Batam University

<sup>2</sup>Midwifery Study Program, Faculty of Medicine, Batam University

Jl. Abulyatama No. 5 Batam 29464

**ABSTRACT**

*Background Lemon oil Aromatherapy can improve mood, relax the mind, increase concentration, overcome pain and anxiety. Linalool, one of the substances contained in lemon, is useful to stabilize the nervous system so that it can cause a calm effect for anyone who inhales it. The purpose of this study was to find out the effects of lemon aromatherapy on the reduction of labor pain intensity of primigravida mothers active phase I This research method applied posttest only control group design, conducted at BPM, Puskesmas Batu Aji Work Area on February-July 2018 with a total population of 3872 pregnant women and a sample of 60 respondents, sampling applied Accidental Sampling with a sample of 30 experimental groups and 30 control groups. Data was analyzed using test analysis techniques T-Test. The results of the study found that the mean reduction in pain intensity in the control group  $1.60 \pm 0.498$  and in the experimental group  $0.50 \pm 0.509$  from 30 respondents in the control group and 30 experimental groups experienced a decrease in pain 1.1, then the results of the T-Test test p-value value 0,000 ( $p < 0,05$ ). The conclusion of this study there is the effect of lemon aromatherapy on reducing the intensity of labor pain. Suggestions Respondents are expected to apply aromatherapy for maternal mother and community as an alternative treatment for people who experience labor pain.*

---

**Keyword : Lemon Aromatherapy, Intensity, Primigravid Mom**

**PENDAHULUAN**

Nyeri pada persalinan kala I merupakan proses alamiah yang disebabkan oleh proses dilatasi servik, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf servik. (Turlina, dkk.2017).

Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri pada persalinan, baik secara farmakologi maupun non farmakologi, secara farmakologis sebagian besar merupakan tindakan medis dan mempunyai efek samping baik bagi ibu maupun janin sedangkan untuk metode nonfarmakologis yang dapat digunakan

salah satunya aromaterapi lemon. Minyak aromaterapi lemon dapat meningkatkan mood, merelaksasikan pikiran, meningkatkan konsentrasi, mengatasi nyeri dan cemas. Karena Zat yang terkandung dalam lemon salah satunya adalah linalool yang berguna untuk menstabilkan sistem saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi siapapun yang menghirupnya.

Berdasarkan Survei prevalensi diberbagai daerah di indonesia ibu hamil yang mengalami nyeri mencapai 60-80% survey didasari pada penelitian yang dilakukan oleh Apriyani Mafikasari dan Ratih Indah

Kartikasari tahun 2015 dan ada sekitar 80%-95% wanita yang melahirkan melaporkan rasa nyeri yang hebat selama persalinan akibat dilatasi serviks dan penurunan presentasi bayi (Tournaire & Theau Yonneau, 2007)

**TUJUAN PENELITIAN**

Untuk diketahuinya pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif pada ibu primigravida.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yaitu true eksperimental design dengan rancangan penelitian *posttest only control group design*, dilakukan di BPM Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji, dengan jumlah populasi 3872 ibu hamil dan sampel sebanyak 60 responden, pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling* dengan sampel 30 kelompok eksperimen dan 30 kelompok kontrol. Analisis data menggunakan teknik analisis Uji *T-Test*.

**HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada perbedaan penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen tentang pengaruh pemberian aromaterapi lemon di BPM Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji Kota Batam Tahun 2018. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2018 dengan cara peneliti melihat apa yang ibu rasakan dan kemudian akan mengisi kuesioner dengan menggunakan lembar observasi *Faces Pain Scale* (skala nyeri wajah) pada kelompok eksperimen (diberikan perlakuan) dan kelompok kontrol (tidak diberikan perlakuan). Data diperoleh dan disajikan dalam bentuk tabel. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil sebagai berikut

**Tabel 1. Uji Normalitas Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada**

**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

| Variable            | N  | Mean | p-Value |
|---------------------|----|------|---------|
| Kelompok Eksperimen | 30 | 0,50 | 0,000   |
| Kelompok Kontrol    | 30 | 1,60 |         |

Dari tabel 1 uji normalitas data yang dilakukan peneliti menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov didapatkan nilai *p-value*  $0,000 < 0,05$  yang berarti bahwa terdistribusi normal, dengan demikian dapat dilanjutkan dengan uji *T-Test Independent Samples Test*.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Intensitas Nyeri Persalinan Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen Tentang Pemberian Aromaterapi Lemon**

| Variable            | N  | Mean | SD    |
|---------------------|----|------|-------|
| Kelompok Kontrol    | 30 | 1,60 | 0,498 |
| Kelompok Eksperimen | 30 | 0,50 | 0,509 |

Hasil analisis pada tabel 2 skor rata-rata intensitas nyeri persalinan pada kelompok kontrol atau kelompok yang tidak diberikan perlakuan tentang pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan adalah  $1,60 \pm 0,498$  dari 30 responden sedangkan skor rata-rata intensitas nyeri persalinan pada kelompok eksperimen atau kelompok yang diberi perlakuan tentang pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan adalah  $0,50 \pm 0,509$  dari 30 responden.

**Tabel 3. Perbedaan Rerata Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen**

| Variable   | N  | Rerata | Penurunan Rerata | SD    | p-value |
|------------|----|--------|------------------|-------|---------|
| Kontrol    | 30 | 1,60   | 1,1              | 0,498 | 0,000   |
| Eksperimen | 30 | 0,50   |                  | 0,509 |         |

Hasil analisis pada tabel 3 skor rata-rata intensitas nyeri persalinan pada kelompok kontrol saat tidak diberikan aromaterapi lemon adalah 1,60 dari 30 responden dan untuk rata-rata intensitas nyeri persalinan pada kelompok eksperimen saat diberikan aromaterapi lemon adalah 0,50 dari 30 responden, sehingga mengalami penurunan rerata intensitas nyeri yaitu (1,1) dimana hasil penurunan rerata tersebut didapatkan dari nilai rerata antara kelompok kontrol ke kelompok eksperimen.

Hasil analisis lebih lanjut didapatkan nilai *p value* 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antar skor rerata pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

#### PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada tabel 5.4 dari 30 responden kelompok kontrol dan 30 responden kelompok eksperimen diketahui penurunan intensitas nyeri pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan menggunakan T-Test Independent Samples Test didapatkan nilai *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan demikian  $H_0$  diterima, dari tabel 5.1 dan 5.2 dilihat dari hasil mean kelompok kontrol saat tidak diberikan aromaterapi lemon terjadi peningkatan nyeri dan kelompok eksperimen yang diberikan aromaterapi terjadi penurunan nyeri.

Pada kelompok yang tidak diberikan aromaterapi lemon atau kelompok kontrol nilai mean 1,60 dan pada kelompok yang diberikan aromaterapi lemon atau kelompok eksperimen nilai mean menjadi 0,50. Hal ini berarti terdapat penurunan rerata 1,1 setelah aromaterapi lemon diberikan pada kelompok eksperimen. Dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan pemberian

aromaterapi lemon pada kelompok eksperimen terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primigavida di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aji.

Menurut Tarsikah et al., (2012) Minyak aromaterapi lemon dapat meningkatkan mood, merelaksasikan pikiran, meningkatkan konsentrasi, mengatasi nyeri dan cemas. Karena Zat yang terkandung dalam lemon salah satunya adalah linalool yang berguna untuk menstabilkan sistem saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi siapapun yang menghirupnya. Linalool merupakan senyawa terpena alkohol yang terdapat pada lebih 200 tanaman, terutama dari famili Lamiaceae, Lauraceae, dan Rutaceae. Linalool adalah komponen minyak atsiri berupa cairan tak berwarna yang berbau harum. Senyawa ini juga merupakan komponen intermediet dalam pembentukan vitamin E, disamping juga sebagai bahan insektisida yang aman bagi manusia.

Aromaterapi lemon yang dihirup akan ditransmisikan ke pusat penciuman yang berada pada pangkal otak. Pada tempat ini berbagai sel neuron menginterpretasikan bau tersebut dan mengantarnya ke sistem limbik yang selanjutnya akan dikirim ke hipotalamus untuk diolah. Wangi yang dihasilkan oleh aromaterapi lemon akan menstimulasi thalamus untuk mengaktifkan pelepasan atau pengeluaran neurotransmitter seperti encephalins, serotonin dan endorphin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami, encephalines merupakan neuromodulator yang berfungsi menghambat nyeri fisiologi (Tarsikah et al., (2012); Potts, 2008; Butje 2009).

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Siti Cholifah, Abkar Raden, Ismarwati di RB & Klinik Delta Mutiara (2015) tentang “Pengaruh

Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif ” yaitu dari total 38 responden hasil penelitian rata-rata nyeri persalinan pada kelompok yang diberikan aromaterapi atau kelompok eksperimen lebih rendah 4,74 (12,8%) dibandingkan kelompok kontrol atau kelompok yang tidak diberikan aromaterapi 5,79 (15,2%) dengan nilai *p value* ( $0,001 < 0,05$ ).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan bahwa adanya Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Ibu Primigravida di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Wilayah Kerja Puskesmas Batu Aj

#### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lemon memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif dengan rerata pada kelompok kontrol adalah 1,60 dan pada kelompok eksperimen adalah 0,50 sehingga mengalami penurunan intensitas nyeri 1,1.

#### SARAN

Penelitian ini diharapkan ibu bersalin dan masyarakat dapat menjadikan aromaterapi sebagai salah satu pengobatan alternatif bagi masyarakat yang mengalami nyeri persalinan agar menggunakan aromaterapi lemon sebagai terapi non farmakologi dalam mengatasi nyeri saat persalinan.

#### DAFTAR PUSTAKA

Anjani, A. D. (2016). EFEKTIFITAS PEMBERIAN PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP KECEMASAN PADA IBU PRIMIPARA DALAM MELAKUKAN PERAWATAN BAYI BARU LAHIR USIA 0-7 HARI. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 2(3).

Anjani, A. D. (2017). PENGARUH PEMBERIAN INFORMASI TERHADAP PENGETAHUAN IBU MULTIPARITAS TENTANG IMPLAN. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 3(1).

Anjani, A. D. (2017). PENGARUH PEMBERIAN PROMOSI KESEHATAN TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG BAHAYA PEMBERIAN MP-ASI DINI. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 3(3)

Anjani, A. D., & NurulAulia, D. L. (2017). HUBUNGAN PENGETAHUAN KEPALA KELUARGA TENTANGBADAN PENYELENGGARA JAMINAN SOSIAL (BPJS) DENGAN KEIKUTSERTAAN DALAM PENGGUNAANBADAN PENYELENGGARA JAMINAN SOSIAL DI KELURAHAN BELIAN KOTA BATAM. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 3(2).

Arikunto, S. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Bumi Aksara

Asih. 2014. *Manfaat Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala 1 di Klinik Sumiariani Kecamatan Medan Johor Tahun 2014*. Medan.

Asma. 2014. *Pengaruh Konseling Terhadap Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Buket Hagu Kecamatan Lhoksukon Kabupaten Aceh Utara*. Sumatera Utara.

Aulia, Devy Lestari Nurul (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Preeklamsi Pada Ibu Bersalin Di Rsud Embung Fatimah Kota Batam. *Jurnal Kebidanan Malahayati* 2(4)

Aulia, Devy lestari Nurul (2016). Pengaruh Pemberian Informasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan

- Pekerja Seks Komersial Tentang Pemeriksaan Inspeksi Visual Asam Asetat (Iva). *Jurnal Kebidanan Malahayati* 2(3)
- Aulia, Devy Iestari Nurul (2018). Pengaruh Pemberian Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Perkembangan Motorik Halus Pada Anak Prasekolah Usia 3-5. *Jurnal Kebidanan Malahayati* 4(1)
- Aulia, Devy Lestari Nurul. (2017). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Terhadap Imunisasi Tambahan. *Jurnal Kebidanan Malahayati*. 3(1)
- Aulia, Devy Lestari Nurul. (2017). Hubungan Pengetahuan Dengan Prilaku Remaja Putri Dalam Mengonsumsi Tablet Besi (Fe) Selama Menstruas. *Jurnal Kebidanan Malahayati* 3(3)
- Aulia, Devy Iestari Nurul. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dan Pengetahuan Lansia dengan Motivasi Mengikuti Posyandu Lansia. *Jurnal Kebidanan Malahayati* 4(2)
- Cholifah, Siti and Raden, Abkar and Ismarwati, Ismarwati 2016, *Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 12 (1). pp. 47-53. ISSN 1858-0610
- Craig Hospital. 2013. *Aromaterapi*. Retrieved from <http://www.craighospital.org/repository/documents/Heathinfo/PDFs/.D> akses tanggal 08 Maret 2018
- Dainty Maternity, S. S. T., Keb, M., & Anjani, A. D. (2018). *ASUHAN KEBIDANAN NEONATUS, BAYI, BALITA, DAN ANAK PRASEKOLAH*. Penerbit Andi
- Dinas Kesehatan Batam. 2017. *Profil Kesehatan Kota Batam 2017*. Batam : Dinkes Kota Batam
- Dewi, I. P. 2013. *Aromaterapi lavender sebagai media relaksasi*. Bagian Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Diakses tanggal 08 Maret 2014
- Jim, 2013. Available at <http://klinikdrjim.com/aromaterapi-untuk-masalah-penyakit-kulit>. Diakses tanggal 06 Maret 2018
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1076/Menkes/SK/VII/2003 tentang Penyelenggaraan Pengobatan Tradisional
- Kepmenkes. 2007. *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 369/MENKES/SK/III/2007 Tentang Standar Profesi Bidan*. Jakarta : Menteri Kesehatan RI
- Kim, M. J., Park, H. S., & Song, H. J. 2005. *Aromatherapy of patients with chronic diseases*. *J Korean Acad Soc Home Care Nurs*, 10(1), 25-33
- Kozier, B, Erb, G, Berman, A & Snyder, SJ2010, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses & Praktik*, Edisi 7, Vol. 1, EGC, Jakarta
- Manuaba, IBG., 2010. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan* Edisi 2. Jakarta: EGC
- Medforth, J., Battersby, S., Evans, M., Marsh, B. & Walker, A. 2013. *Kebidanan Oxford dari Bidan untuk Bidan*. Jakarta
- Namazi, M., Akbari, A.S., Mojab, F., Talebi, A., Majd, H.A. & Jannesari, S. 2014. *Effect of Citrus Aurantium (Bitter Orange) on the Severity of First- Stage Labour Pain*. *Iranian Journal of Pharmaceutical Research*.
- Notoatmodjo, S. 2005. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta

- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Oxorn, Harry dan William R. Forte. 2010. *Ilmu Kebidanan, Patologi dan Fisiologi Persalinan*. Yogyakarta: Yayasan Esentia Medika.
- Potter P. A & Perry. A. G 2005. *Buku Ajar Fundametal Keperawatan Konsep Proses dan Praktik, Edisi 4, Volume 2, Alih Bahasa Inggris-Bahasa Indonesia*. Renata Komalasari, dkk. Jakarta
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 1205/MenKes/Per/X/2004 tentang Pedoman Persyaratan Kesehatan Pelayanan Sehat Pakai Air (SPA)
- Rachmi Primadiati. 2005. *Aromaterapi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Rumengan. 2015. *Metodelogi Penelitian. Kuantitatif*. Medan: Perdana Publishing
- Sharma, S. (2009). *Aromaterapi*. Terjemahan Alexander Sindoro. Jakarta: Kharisma Publishing Group.39-40.
- Smith, C. A., Collins, C. T., & Crowther, C. A. 2011. *Aromatherapy for pain management in labour*. In *The Cochrane Collaboration (Ed.), Cochrane Database of Systematic Reviews*. Chichester, UK: John Wiley& Sons, Ltd. Retrieved from <http://doi.wiley.com>/Diakses tanggal 9 Maret 2018
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.CV
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Suyanto & Salamah. 2009. *Riset Kebidanan: Metodologi dan Aplikasi*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.
- Sulistiyawati, Ari & Nugrehny. 2010. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika
- Varney, Helen. 2010. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4*. Jakarta. EGC.
- Wiji astuti, Heni setyowati esti rahayu, Kartika wijayanti 2015. *Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange (Citrus Aurantium) Terhadap Nyeri Persalinan Dan Kecemasan Fase Aktif Kala 1*.
- Wong. 2010 . *Easing anxiety with aromatherapy*.[about.com](http://about.com) *alternative medicine*[Jurnal Online]. Diakses tanggal 08 Maret2013 dari [http://altmedicine.about.com/od/anxiety/a/anxiety\\_acupuncture.htm](http://altmedicine.about.com/od/anxiety/a/anxiety_acupuncture.htm)
- World Health Organization, 2010. *Data Angka Kematian Ibu*