

**EFEKTIFITAS PEMBERIAN AROMA TERAPI LAVENDER TERHADAP
PENURUNAN NYERI PERSALINAN
DI RSHB KOTA BATAM**

¹Rahmawati A.Hafidz , ²Heroyanto Heroyanto, ³Norma J. Margiyanti
¹Rahmawati@ikmb.ac.id, ²Heroyanto@ikmb.ac.id, ³normajeepi02@gmail.com
^{1&2} Midwifery Study Program, Mitra Bunda Health Institute
³Midwifery Diploma Three Study Program, Mitra Bunda Health Institute
Jl. Raya Seraya Nomor No.1, Tlk. Tering, Kec. Batam Kota, Kota Batam

ABSTRACT

Childbirth pain can cause stress that causes excessive release of hormones such as catecholamines and steroids. Childbirth pain can also, causing the onset of hyperventilation so that oxygen needs increase, blood pressure increases, and decreased intestinal motility and vesika urinaria. Pain management in persalinaan can be done by pharmacological and nonpharmacological methods. Non-pharmacological methods can also increase satisfaction during childbirth, since the mother can control her feelings and strength. One type of terpi aroma that can be utilized for pain reduction is lavender oil. The main ingredients of lavender flowers are linalyl acetate and linalool (C₁₀H₁₈O). Linalool is the main active content that plays a role in the relaxing effect. The purpose of this study is to determine the effectiveness of Lavender Aroma Therapy Against Decreased Childbirth Pain. This research uses quantitative research design with case control research method. This research was conducted at Harapan Bunda Hospital Batam with a total of 66 respondents. The results found that there were differences in pain levels between the group given the aroma of lavender therapy and the group that was not given the aroma of lavender therapy. It is recommended that every health worker can use non pharmacological methods of lavender aroma therapy to reduce pain during childbirth.

Keywords: Pain, Persalinaan, Aroma Therapy, Lavender

PENDAHULUAN

Awal mula persalinaan ditandai dengan terjadinya kontraksi yang semakin lama semakin intens dan kontraksi ini dapat menimbulkan rasa nyeri pada proses persalinaan. Nyeri persalinaan merupakan respon stimulasi persarafan yang disebabkan oleh adanya kontraksi uterus dan kerusakan jaringan selama persalinaan serta kelahiran melalui vagina.

Nyeri persalinaan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Hal ini dapat mengakibatkan penurunan kontraksi

uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen keuterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak (Farrer, 2013).

Nyeri persalinaan juga dapat, menyebabkan timbulnya hiperventilasi sehingga kebutuhan oksigen meningkat, kenaikan tekanan darah, dan berkurangnya motilitas usus serta vesika urinaria. Keadaan ini akan merangsang peningkatan katekolamin yang dapat menyebabkan gangguan pada kekuatan kontraksi uterus sehingga terjadi inersia uteri (Llewlynn, 2012).

Penanganan nyeri pada persalinaan dapat dilakukan dengan metode Farmakologi dan nonfarmakologik. Metode farmakologik

yang paling fleksibel, efektif, dan paling sedikit mendepresi susunan saraf pusat adalah analgesia spinal, epidural, dan kombinasi spinal epidural.

Metode non-farmakologi juga dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan, karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya. Relaksasi, teknik pernafasan, pergerakan dan perubahan posisi, massage, hidroterapi, terapi panas/dingin, music, guided imagery, akupresur, aromaterapi merupakan beberapa teknik nonfarmakologi yang dapat meningkatkan kenyamanan ibu saat bersalin dan mempunyai pengaruh pada koping yang efektif terhadap pengalaman persalinan (Arifin, 2008)

Aroma terapi telah banyak digunakan untuk Kesehatan dari masa lampau dan masih bertahan sampai saat ini. Salah satu jenis dari aroma terpi yang dapat dimanfaatkan untuk penurunan nyeri adalah minyak lavender. Kandungan utama dari bunga lavender adalah linalyl asetat dan linalool (C₁₀H₁₈O). Linalool adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek relaksasi. Menurut penelitian Herlyssa (2018) aromaterapi Lavender essensial oil berpengaruh dominan terhadap penurunan skala nyeri 24 jam postSC (p-value<0,05) sebanyak lima kali lebih besar dibandingkan yang ibu yang tidak menggunakan aromaterapi. Hal ini diperkuat oleh penelitian Widayani (2016) penelitian menunjukkan ada penurunan nyeri sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi pada ibu post partum.

Ikatan Bidan Indonesia (IBI) (2002) pelayanan Hypnobirthing dengan pemberian aroma terapi masuk ke dalam Konsep Persalinan Normal, sehingga dapat disimpulkan bahwa pertolongan persalinan dengan penggunaan aroma terapi lavender dapat diintegrasikan dalam pelayanan klinis pertolongan persalinan. Untuk itu penulis tertarik melakukan penelitian tentang efektifitas pemberian aroma terapi lavender terhadap penurunan nyeri persalinan.

TUJUAN

- Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan Usia dan Paritas
- Menganalisis hubungan karakteristik responden dengan tingkat nyeri persalinan
- Menganalisis perbedaan tingkat nyeri persalinan sebelum dan setelah pemberian intervensi pada kelompok control
- Menganalisis perbedaan tingkat nyeri persalinan sebelum dan setelah pemberian intervensi pada kelompok intervensi

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode penelitian *case control* karena peneliti ingin melihat efektivitas penggunaan aroma terapi lavender untuk penurunan nyeri persalinan. Pendekatan yang digunakan adalah *eksperimental*. Artinya, subjek penelitian akan diukur tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi, yang hasilnya akan dibandingkan dengan kelompok control.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

1. Umur

Karakteristik responden Kelompok Intervensi berdasarkan umur yaitu sebagian besar responden (75,76%) yaitu 25 orang berumur 20-35 tahun. Sedangkan karakteristik responden Kelompok Kontrol Sebagian besar (69,7%) yaitu 23 orang berumur 20-35 tahun.

2. Paritas

Karakteristik responden Kelompok intervensi berdasarkan paritas sebagian besar responden (54,54%) yaitu 18 orang Multipara. Sedangkan karakteristik responden kelompok kontrol berdasarkan paritas adalah sebagian besar (51,52%) yaitu 17 multipara.

Analisis Univariat

Tabel.1 Analisis Univariat Pemberian Aroma Terapi Lavender

Nyeri	Sebelum		Sesudah	
	(f)	(%)	(f)	(%)
Kelompok Intervensi				
Sedang	8	24,2	15	45,5
Berat	25	75,8	18	54,5
Kelompok Kontrol				
Sedang	11	33,3	8	24,4
Berat	22	66,7	25	75,8

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa pada kelompok intervensi, sebelum diberikan aromaterapi lavender didapatkan mayoritas intensitas nyeri berat yaitu 25 orang (75,8%), dan setelah diberikan aromaterapi lavender didapatkan mayoritas kategori intensitas nyeri berat yaitu 18

orang (54,4%). Sedangkan pada kelompok kontrol, sebelum periode intervensi didapatkan mayoritas intensitas nyeri berat yaitu 22 orang (66,7%), dan setelah periode intervensi didapatkan mayoritas kategori intensitas nyeri berat 25 orang (75,8%).

Analisis Bivariat

a. Uji beda rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan intervensi

Tabel. 2 distribusi rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan aroma terapi lavender

No	Kelompok	Nyeri persalinan			
		n	Mean	SD	P
1	Intervensi	33	7,87	0,78	0,757
2	Kontrol	33	7,81	0,76	

Berdasarkan table di atas dapat diketahui bahwa sebelum diberikan aroma terapi lavender pada kelompok yang diberikan intervensi rata-rata

tingkat nyeri adalah 7,87 dengan standar deviasi 0,78 sedangkan pada kelompok control rata-rata tingkat nyeri sebesar 7,81 dengan standar deviasi 0,76.

b. Uji beda rata-rata tingkat nyeri setelah diberikan intervensi

Tabel. 3 distribusi rata-rata tingkat nyeri setelah diberikan aroma terapi lavender

No	Kelompok	Nyeri persalinan			
		n	Mean	SD	P
1	Intervensi	33	7,45	0,86	0,00
2	Kontrol	33	8,15	0,75	

Berdasarkan table diatas dapat diketahui bahwa setelah diberikan aroma terapi lavenderi pada kelompok yang diberikan intervensi rata-rata tingkat

nyeri adalah 7,45 dengan standar deviasi 0,86 sedangkan pada kelompok control rata-rata tingkat nyeri sebesar 8,15 dengan standar deviasi 0,75.

c. Perbedaan tingkat nyeri sebelum dan setelah diberikan intervensi

Tabel. 4 Distribusi rata-rata nyeri persalinaan sebelum dan sesudah diberikan aroma terapi lavender

Nyeri	Kelompok intervensi				Kelompok Kontrol			
	n	Mean	SD	P	n	Mean	SD	P
Sebelum	33	7,88	0,78	0,014	33	7,81	0,77	0,006
Setelah	33	7,45	0,87		33	8,15	0,75	

Berdasar tabel diatas dapat diketahui bahwa rata-rata nyeri persalinaan pada kelompok yang diberikan intervensi sebesar 7,88 dan setelah diberikan aroma terapi rata-rata nyeri persalinaan sebesar 7,45. Hasil analisis menggunakan SPSS didapati P_v 0,014 ($\alpha=0,05$) yang artinya ada perbedaan yang signifikan rata-rata nyeri sebelum dan setelah diberikan aroma terapi lavender.

Pada kelompok kontrol rata-rata nyeri persalinaan sebesar 7,81 dan pada periode setelah intervensi rata-rata nyeri persalinaan sebesar 8,15. Berdasarkan perbandingan tersebut dapat diketahui adanya perbedaan tingkat nyeri pada kelompok yang diberikan intervensi menggunakan aroma terapi lavender dengan kelompok kontrol.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pada kelompok intervensi, sebelum diberikan aromaterapi lavender didapatkan mayoritas intensitas nyeri berat yaitu 25 orang (75,8%), dan setelah diberikan aromaterapi lavender didapatkan mayoritas kategori intensitas nyeri berat yaitu 18 orang (54,4%). Sedangkan pada kelompok kontrol, sebelum periode intervensi didapatkan mayoritas intensitas nyeri berat yaitu 22 orang (66,7%), dan setelah periode intervensi didapatkan mayoritas kategori intensitas nyeri berat 25 orang (75,8%).

Rasa nyeri pada persalinaan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar kearah paha (Judha,2012). Menurut Rachmawati 2003 dalam Maryunani 2010 nyeri yang dirasakan seseorang bersifat personal dan unik, dimana setiap individu berbeda dan

tidak dapat disamakan meskipun mempunyai kondisi yang sama. Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri yang dirasakan oleh individu, pengukuran intensitas nyeri sangat subyektif dan individual dan kemungkinan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan dengan berbeda oleh dua orang berbeda (Tamsuri, 2007).

Selama persalinaan kala I, nyeri terutama dialami karena rangsangan uterus dan ligament pelvis. Banyak penelitian yang mendukung bahwa nyeri persalinaan kala I adalah akibat dilatasi serviks dan segmen bawah uterus, dengan distensi lanjut, peregangan dan trauma pada serat otot dan ligament yang menyokong struktur ini. Nyeri persalinaan dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah persepsi nyeri dan arti nyeri. Persepsi nyeri merupakan penilaian sangat subjektif, tempatnya pada korteks (pada fungsi evaluatif secara kognitif). Persepsi ini dipengaruhi oleh faktor yang dapat memicu stimulasi

nosiseptor yang akan mempengaruhi persepsi nyeri persalinan. Faktor tersebut salah satunya yaitu umur dan paritas (Yuliatun, 2008).

Analisa Bivariat

Hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Harapan Bunda didapatkan hasil bahwa aroma terapi lavender yang diberikan pada kelompok intervensi efektif untuk menurunkan nyeri persalinan kala I. Hal ini dapat dilihat pada hasil analisis diketahui terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata nyeri persalinan sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Pada kelompok control terdapat peningkatan nyeri persalinan sebelum dan setelah periode intervensi.

Pernyataan di atas sejalan dengan penelitian Sulistyowati (2009) yang menyatakan terdapat perbedaan yang signifikan terhadap penurunan nyeri persalinan sebelum dan setelah dilakukan intervensi dengan pemberian aroma terapi lavender dengan rata-rata 8,11 menjadi 7,70 dengan $P_v=0,00$.

Hasil penelitian yang dilakukan Haslin (2018) didapatkan intensitas nyeri pada kelompok intervensi sebagian besar mengalami nyeri berat terkontrol dan sesudah diberikan intervensi aroma terapi lavender mengalami nyeri berat terkontrol. Kelompok kontrol sebagian besar mengalami nyeri sedang dan sesudah periode intervensi menjadi nyeri berat tidak terkontrol. Hasil uji Mann-Whitney menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna pada tingkat intensitas nyeri antara kelompok intervensi dan kontrol p value $(0,000) < \alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak.

Menurut Cunningham dkk (2005) peningkatan nyeri tersebut dikarenakan pada kala I persalinan telah mencapai kontraksi uterus dengan frekuensi, intensitas, dan durasi yang cukup untuk menghasilkan pendataran dan dilatasi

serviks yang progresif. Seiring dengan adanya pendataran dan dilatasi serviks yang progresif maka nyeri persalinan juga semakin meningkat

Harry & William (2003) mengungkapkan bahwa nyeri persalinan akan terus meningkat sampai dengan kala pengeluaran, hal ini disebabkan oleh anoksia miometrium dimana terjadi kontraksi otot selama periode anoksia relatif menyebabkan rasa nyeri, peregangan serviks yang dapat menyebabkan rasa nyeri yang terutama terasa pada bagian punggung, penekanan pada ganglia saraf yang berdekatan dengan serviks dan vagina, tarikan pada tuba, ovarium dan peritoneum, tarikan dan peregangan pada ligamentum penyangga, penekanan pada uretra, kandung kemih dan rektum, distensi otot-otot dasar panggul dan perineum. Persalinan tanpa nyeri adalah kejadian yang berbahaya seperti halnya silent coronary thrombosis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan nyeri persalinan pada kelompok yang tidak diberi terapi aroma, tetapi secara alami sesuai dengan kondisi di tempat penelitian diajarkan untuk melakukan nafas dalam. Hal ini disebabkan karena rasa nyeri yang dialami selama persalinan dipengaruhi oleh frekuensi, intensitas, dan durasi kontraksi uterus dan dilatasi serviks. Selain itu juga dipengaruhi oleh posisi fetus, bagian terbawah janin, peregangan perineum dan penekanan kandung kemih, usus besar dan struktur pelvis yang juga memiliki peran terhadap tingkat nyeri selama persalinan. Nyeri persalinan juga dipengaruhi oleh faktor psikologis, seperti ketakutan dan kecemasan.

Hasil penelitian menunjukkan aroma terapi lavender efektif menurunkan rasa nyeri persalinan. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Sagita (2019) bahwa ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin.

Pernyataan ini diperkuat oleh Hutasoit (2002) dalam Sulistyowati (2009) bahwa lavender mempunyai efek menenangkan. Sehingga dapat memberikan ketenangan, keseimbangan, rasa nyaman, rasa keterbukaan dan keyakianan. Disamping itu lavender juga dapat mengurangi rasa tertekan, stress, rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, histeria, rasa frustrasi dan kepanikan.

Bukti bahwa aromaterapi lavender dapat mengurangi rasa sakit didukung oleh penelitian Widayani (2016) pada ibu post partum bahwa ada penurunan nyeri sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi ($Z=-3,77$) dengan p-value 0,001. Aromaterapi lavender dapat menjadi alternatif terapi komplementer untuk menurunkan nyeri pada ibu post partum. Menurut Herlyssa (2018) Aromaterapi Lavender Essensial Oil dapat digunakan sebagai salah satu solusi dalam mengatasi nyeri setelah operasi SC.

Penggunaan aromaterapi lavender sebagai alternative metode pengurangan nyeri secara farmakologis dapat meningkatkan kesejahteraan ibu dalam masa persalinan. Seorang ibu dapat melalui proses persalinannya dengan menyenangkan tanpa rasa sakit dengan memanfaatkan metode pengurangan nyeri non farmakologis yang dapat secara mandiri dilakukan oleh ibu dan keluarga. Hal ini menciptakan memori yang indah bagi ibu sehingga pada proses persalinan berikutnya rasa cemas menghadapi persalinan dapat berkurang.

KESIMPULAN

1. Aroma terapi lavender yang diberikan pada kelompok intervensi efektif untuk menurunkan nyeri persalihan kala I. Hal ini dapat dilihat pada hasil analisis diketahui terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata nyeri persalinan sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Pada kelompok control terdapat peningkatan nyeri persalinan sebelum dan setelah periode

intervensi.

2. Aromaterapi lavender dapat digunakan sebagai alternatif terapi komplementer untuk menurunkan nyeri.

SARAN

1. Bagi Pelayanan Kesehatan
Diharapkan agar setiap tenaga kesehatan dapat menggunakan metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri saat bersalin dalam hal ini adalah aroma terapi lavender.
2. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah referensi bacaan bagi institusi pendidikan tentang penanganan nyeri persalinan.

DAFTAR PUSTAKA

- Esposito ER, Bystrek M V, Candidate P, Klein JS. An Elective Course in Aromatherapy Science. 2014;78(4)
- Godfrey H. The role of essential oils in the treatment and management of attention deficit hyperactive disorder. *Int J Aromather.* 2001;11(4):193-200. doi:10.1016/S0962-4562(01)80035-7.
- Herlyssa. 2019. Aromaterapi Lavender Essensial Oil Berpengaruh Dominan terhadap Skala Nyeri 24 Jam Post Seksio Sesaria. *Jurnal Kesehatan.* ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK
- Sagita. 2019. Pemberian Aromaterapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. *Wellnes and Healthy Magazine.* <file:///D:/Penelitian%20Lavender/Jurnal/26-56-1-SM.pdf>
- Haslin. 2018. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif di Klinik Pratama Tanjung Kec. Deli Tua Tahun 2018. Skripsi. <file:///D:/Penelitian%20Lavender/Jurnal/SKRIPSI%20SHARFINA%20HASLIN.pdf>

- IBI. 2002. Konsep Persalinaan Normal. https://www.ibi.or.id/id/article_view/A20150117018/konsep-persalinaan-normal.html
- Igarashi M, Song C, Ikei H, Ohira T, Miyazaki Y. Effect of olfactory stimulation by fresh rose flowers on autonomic nervous activity. *J Altern Complement Med.* 2014;20(9):727-731. doi:10.1089/acm.2014.0029.
- Imanishi J, Kuriyama H, Shigemori I, et al. Anxiolytic effect of aromatherapy massage in patients with breast cancer. *Evid Based Complement Alternat Med.* 2009;6(1):123-128. doi:10.1093/ecam/nem073.13.
- Jaelani. 2009. *Aroma Terapi*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia: Jakarta.
- Matsumoto T, Asakura H, Hayashi T. Effects of olfactory stimulation from the fragrance of the Japanese citrus fruit yuzu (*Citrus junos* Sieb. ex Tanaka) on mood states and salivary chromogranin A as an endocrinologic stress marker. *J Altern Complement Med.* 2014;20(6):500-506. doi:10.1089/acm.2013.0425.
- Shah YR, Sen DJ, Patel RN, Patel JS, Patel AD, Prajapati PM. Available online <http://www.ijddr.in> Covered in Official Product of Elsevier, The Netherlands © 2010 IJDDR *Aromatherapy : The Doctor Of Natural Harmony Of Body & Mind.* 2011;3(1):286-294
- Sugiyama S. [Aromatic trees and herbs that connect Heaven and earth]. *Yakushigaku zasshi.* 2007;42(2):122-130. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18548886>. Accessed February 3, 2016.
- Sulistyowati. 2009. Efektifitas Terapi Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri dan Kecemasan Persalinaan Primipara Kala I di Rumah Sakit dan Klinik Bersalin Purwokerto. Skripsi. file:///D:/Penelitian%20Lavender/Jurnal/digital_2016-11_124684-Dina%20Indrati%20D.S.pdf
- Widayani. 2016. Aromaterapi Lavender dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Perineum pada Ibu Post Partum. *Journal Ners and Midwifery Indonesia.* <https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI>