

**Pengaruh Kombinasi Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri
Persalinan Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif**

Edy Wibowo^{*)}, Nella Vallen IP^{*)}

^{*)} Dosen Program Studi S-1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

Email: 118015@stikestelogorejo.ac.id

ABSTRAK

Nyeri pada proses persalinan diakibatkan karena kontraksi uterus serta dilatasi mulut rahim dan segmen bawah rahim. Nyeri persalinan yang tidak diatasi dapat menyebabkan komplikasi pada ibu. Aromaterapi lavender sebagai salah satu minyak esensial memiliki aroma yang menyegarkan yang mana memiliki manfaat meredakan stress, mengurangi sakit kepala, migrain, dan juga dapat mengurangi tingkat kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk pengaruh teknik relaksasi nafas dalam dan pemberian aroma terapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan ibu inpartu kala 1 fase aktif di Krobokan. Penelitian ini merupakan *quasy experiment* dengan *one group pretest posttest design*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 27 orang dengan Teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan Tingkat nyeri sebelum perlakuan sebesar 6,22 dan sesudah perlakuan sebesar 3,33 dengan selisih 2,89. Uji *paired T-test* menunjukkan p-value sebesar 0,000 ($\alpha < 0,05$) yang berarti bahwa pengaruh yang signifikan antara kombinasi pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan ibu inpartu kala 1 fase aktif di Puskesmas Krobokan. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan cara menambahkan batasan karakteristik responden seperti paritas dan pembukaan persalinan agar memperoleh hasil yang lebih focus atau spesifik serta dapat memodifikasi cara pemberian aromaterapi.

Kata Kunci : Persalinan, Nyeri, Aromaterapi

ABSTRACT

Pain during labor is caused by uterine contractions and dilatation of the cervix and lower uterine segment. Untreated labor pain can cause complications for the mother. Lavender aromatherapy as an essential oil has a refreshing aroma which has the benefit of relieving stress, reducing headaches and migraines, and can also reduce anxiety levels. This study aims to determine the effect of deep breathing relaxation techniques and the provision of lavender aroma therapy on the intensity of maternal labor pain in the 1st stage of the active phase in Krobokan. This research is a quasi experiment with one group pretest posttest design. The number of samples in this research was 27 people with a purposive sampling technique. The results showed that the pain level before treatment was 6.22 and after treatment was 3.33 with a difference of 2.89. The paired T-test showed a p-value of 0.000 ($\alpha < 0.05$) which means that there is a significant effect between the combination of deep breathing relaxation techniques and lavender aromatherapy on the intensity of maternal labor pain in the 1st stage of the active phase at the Krobokan Community Health Center. It is hoped that future research can develop research by adding limitations on respondent characteristics such as parity and opening of labor in order to obtain more focused or specific results and be able to modify the method of administering aromatherapy.



SEMINAR NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES
TELOGOREJO SEMARANG
*The Importance of Family's Role in the Children
Development*

Keywords : *Labour, pain labour, aromatherapy*



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
TELOGOREJO

SEMINAR NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES TELOGOREJO SEMARANG

The Importance of Family's Role in the Children Development

PENDAHULUAN

Proses persalinan merupakan suatu proses yang normal bagi wanita usia subur dan wanita mengalami nyeri selama persalinan merupakan proses fisiologis, secara obyektif pada kala I fase aktif persalinan biasanya kecemasan ibu cenderung meningkat seiring ibu merasakan kontraksi dan nyeri yang semakin hebat. Ibu mulai takut kehilangan kendali dan menggunakan berbagai macam mekanisme coping. Proses persalinan yang dialami ibu bersalin tidak terlepas dari rasa nyeri. Nyeri pada proses persalinan diakibatkan karena kontraksi uterus serta dilatasi mulut rahim dan segmen bawah rahim. Intensitas nyeri sebanding dengan kekuatan kontraksi dan tekanan yang terjadi, nyeri bertambah ketika mulut rahim dalam keadaan dilatasi penuh akibat tekanan bayi terhadap struktur panggul diikuti regangan dan perobekan jalan lahir (Mander, 2012). Nyeri persalinan dapat menimbulkan stress yang dapat menyebabkan pelepasan hormone yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormone 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 ke uterus serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak. Nyeri persalinan yang tidak diatasi dengan baik dapat menimbulkan komplikasi bagi ibu hingga menyebabkan kematian.

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih cukup tinggi dibandingkan dengan negara-negara lain di kawasan ASEAN.

AKI di Indonesia pada tahun 2019 yaitu 305 per 100.000 kelahiran hidup (Susiana, 2019). Angka kematian ibu (AKI) di Provinsi Jawa Tengah per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2019 sebesar 80 per 100.000 kelahiran hidup (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019).). Angka Kematian Ibu (AKI) di Krobokan masih berada di posisi ketiga se-Jawa Tengah (Jateng). Pemkab pun masih mengandalkan program gerakan bersama menurunkan kematian emak dan anak (Grobak Manak) untuk menurunkan AKI. AKI di Krobokan pada 2019 ada 36 kasus menduduki urutan kedua se-Jateng. Sementara hingga Oktober 2020 turun satu peringkat yakni ada di peringkat ketiga. Rata – rata penyebab utama kematian ibu di Indonesia yaitu perdarahan, PE-eklampsia dan penyakit penyerta (Radar kudu, 2020). AKI yang terjadi di Puskesmas Krobokan pada tahun 2020 yaitu sebanyak 4 kasus dengan rata-rata penyebab utamanya yaitu Peb (Preeklampsia Berat).

Teknik relaksasi bernafas merupakan teknik pereda nyeri yang banyak memberikan masukan terbesar karena teknik relaksasi dalam persalinan dapat mencegah kesalahan yang berlebihan pasca persalinan. Adapun relaksasi bernapas selama proses persalinan dapat mempertahankan komponen sistem saraf simpatis dalam keadaan homeostasis sehingga tidak terjadi peningkatan suplai darah, mengurangi kecemasan dan ketakutan agar ibu dapat beradaptasi dengan nyeri selama proses persalinan. Selain itu banyak peneliti yang mengemukakan bahwa terapi komplementer khususnya aromaterapi dengan minyak esensial mampu untuk memberikan kenyamanan. Aroma terapi berupa minyak esensial lavender merupakan

salah satu terapi komplementer yang mampu mengatasi nyeri karena mengandung zat analgetik dan anti inflamasi (Muchtaridi, 2015). Aromaterapi lavender memiliki aroma yang menyegarkan yang mana memiliki manfaat meredakan stress, mengurangi sakit kepala, migrain, dan juga dapat mengurangi tingkat kecemasan (Endisupraba, 2017). Hasil penelitian menyebutkan bahwa pemberian teknik relaksasi nafas efektif untuk menurunkan tingkat nyeri pada pasien inpartu kala I fase aktif karena terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah pemberian teknik nafas (Hety, 2016). Penelitian lain menyebutkan didapatkan rata-rata tingkat nyeri pada ibu bersalin pengukuran pertama sebelum pemberian aromaterapi lavender dan rata-rata tingkat nyeri pada ibu bersalin pengukuran kedua sesudah pemberian aromaterapi lavender mengalami penurunan (Sagita & Martina, 2019).

Atas uraian diatas diketahui masih banyak ibu bersalin yang merasakan cemas serta takut saat mengalami nyeri persalinan yang dilaluinya. Penanganan nyeri pada ibu inpartu kala satu fase aktif hanya menggunakan teknik relaksasi nafas dalam. Dari studi pendahuluan didapatkan perawat maupun bidan belum pernah memberikan aroma terapi lavender maupun kombinasi dengan teknik relaksasi nafas dalam untuk mengurangi nyeri ibu inpartu kala 1 fase aktif. Oleh karena itu, peneliti teknik relaksasi nafas dalam dan pemberian aroma terapi lavender terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif. Sampai saat ini peneliti belum menemukan penelitian mengenai efek kombinasi dari kedua teknik tersebut

terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan *quasy experiment* dengan *one group pretest posttest design*. Responden akan diukur Tingkat nyeri sebelum perlakuan, kemudian diberikan perlakuan berupa kombinasi Teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender, setelah intervensi selesai responden akan diukur Kembali Tingkat nyerinya. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 27 responden dengan Teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala nyeri NRS, diffuser, dan esensial oil lavender. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei-Juni 2023 di Puskesmas Krobakan. Penelitian ini menggunakan uji *Paired t-Test* untuk mengetahui adanya perbedaan Tingkat nyeri sebelum dan sesudah perlakuan dengan nilai $\alpha < 0.05$.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang dilakukan pada 40 responden di RSUP Dr. Kariadi Semarang diuraikan sebagai berikut: karakteristik responden dan kualitas tidur pasien kanker anak LLA berdasarkan kuesioner PSQI.

Hasil penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat meliputi distribusi frekuensi dan presentasi tingkat nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender. Analisis univariat disajikan pada tabel 1.

Tabel 1
Intensitas Skala Nyeri Persalinan Sebelum
Dan Sesudah Diberikan Teknik Relaksasi
Nafas Dalam Dan Aromaterapi Lavender
Pada Ibu Inpartu Kala 1 Fase Aktif Di
Puskesmas Krobokan Tahun 2023

Tingkat Nyeri	Sebelum		Sesudah	
	F	%	F	%
Tidak Nyeri	0	0	0	0
Nyeri Ringan	0	0	16	59,3
Nyeri Sedang	15	55,6	11	40,7
Nyeri Berat	12	44,4	0	0
Nyeri Sangat Berat	0	0	0	0
Total	27	100	27	100

Tabel 1 menunjukkan sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender yaitu tidak nyeri sebanyak 0 responden, nyeri ringan sebanyak 0 responden, nyeri sedang sebanyak 15 responden (55,6%) dan nyeri berat sebanyak 12 responden (44,4%). Sedangkan setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender yaitu nyeri ringan sebanyak 16 responden (59,3%), nyeri sedang sebanyak 11 responden (40,7%) dan nyeri berat sebanyak 0 responden.

Analisis bivariat dalam penelitian ini untuk mengetahui perbedaan antara rata-rata nyeri persalinan sebelum dan sesudah dilakukan kombinasi pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender pada Ibu Inpartu Kala 1 Fase Aktif Di Puskesmas krobokan. Hasil analisis bivariat disajikan pada tabel 2.

Tabel 2 Uji Normalitas dan Pengaruh
Kombinasi Pemberian Teknik Relaksasi
Nafas Dalam Dan Aroma Terapi
Lavender Terhadap Intensitas Nyeri
Persalinan Ibu Inpartu Kala 1 Fase Aktif

Di Puskesmas Krobokan tahun 2023

	Mea n	Selisi h	Sign *	Sign* *
Pre	6,22		0,062	
Pos	3,33	2,89	0,06	0,000

*uji Shapiro Wilk **Uji Paired T Tes

Tabel 2 menunjukkan uji normalitas data dengan menggunakan *Shapiro* didapatkan hasil nilai *p-value* tingkat nyeri sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender sebesar 0,062 ($\alpha \geq 0,05$) sedangkan nilai *p value* tingkat nyeri setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender sebesar 0,060 ($\alpha \geq 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, sehingga analisis bivariat yang digunakan adalah Uji *Paired Sample T-Test*. Rata-rata sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender diperoleh nilai rata-rata sebesar 6,22 sedangkan setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender diperoleh nilai rata-rata sebesar 3,33 dengan nilai selisih 2,89. Uji paired t-test didapatkan hasil 0,000 ($\alpha \leq 0,05$) yang berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kombinasi pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan ibu inpartu kala 1 fase aktif di Puskesmas Krobokan.

PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi tingkat intensitas nyeri persalinan sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender pada ibu inpartu kala 1 fase aktif di Puskesmas Krobokan

Hasil pengukuran nyeri persalinan sebelum diberikan Teknik Relaksasi Nafas dalam dan Aromaterapi Lavender menunjukkan tidak ada nyeri sebanyak 0 responden, nyeri ringan sebanyak 0 responden, nyeri sedang sebanyak 15 responden (55,6%) yang terdiri dari 5 responden mengalami nyeri pada skala 4, 3 responden mengalami nyeri pada skala 5 dan 7 responden mengalami nyeri pada skala 6. Sedangkan nyeri berat sebanyak 12 responden (44,4%) yang terdiri dari 7 responden mengalami nyeri pada skala 7, 3 responden mengalami nyeri pada skala 8 dan 2 responden mengalami nyeri pada nyeri 9.

Nyeri persalinan yang dialami ibu inpartu kala 1 fase aktif sebelum diberikan Teknik Relaksasi Nafas dalam dan Aromaterapi Lavender disebabkan karena adanya perubahan hormonal tubuh yang menyebabkan ketidaknyamanan berupa nyeri pada ibu. Hormon oksitosin meningkat merangsang kontraksi rahim dan membuat ibu kesakitan (Sulfianti et al., 2020). Berdasarkan Teori oksitosin dan Teori prostalglandin, Oksitosin dikeluarkan oleh kelenjar hipofisi posterior, tubuh wanita akan menghasilkan hormon oksitosin untuk merangsang kontraksi rahim. Hormon ini

juga meningkatkan produksi prostaglandin, sehingga kontraksi semakin intens dan memengaruhi proses pembukaan, akibatnya prostalglandin dianggap sebagai salah satu pemicu terjadinya nyeri persalinan (Yulianti & Sam Kamilan, 2019). Nyeri persalinan merupakan proses dengan intensitas nyeri yang berbeda pada masing-masing individu. Nyeri yang dialami ibu dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi antara lain budaya, takut, cemas, pengalaman melahirkan sebelumnya, persiapan persalinan dan dukungan dari keluarga. Nyeri persalinan jarang melebihi 24 jam. Nyeri tersebut bersifat *rhythmic* yaitu nyeri timbul saat kontraksi tidak melebihi 1 menit atau datang secara regular, tetapi masih ada beberapa menit bebas dari rasa nyeri.

Hasil penelitian menyebutkan nyeri pada kala pembukaan disebabkan oleh membukanya mulut rahim berupa peregangan otot polos dalam memberikan rangsang yang cukup untuk menimbulkan nyeri, terdapat hubungan yang erat antara besarnya pembukaan mulut rahim dan intensitas nyeri (makin membuka makin nyeri), terdapat hubungan antar timbulnya kontraksi rahim, rasa nyeri terasa kira-kira 15-30 detik setelah mulainya kontraksi rahim (Sukarta & Asmah, 2016). Penelitian tersebut juga didukung dengan penelitian yang dilakukan Hety yang menunjukkan bahwa Nyeri pada responden yang tidak diberikan teknik relaksasi (kelompok kontrol), sebagian besar mengalami tingkatan nyeri berat yaitu 4 responden atau sekitar 66.67% dari jumlah keseluruhan responden yang tidak diberikan teknik relaksasi (kelompok kontrol). Nyeri pada



responden yang di berikan teknik relaksasi (kelompok perlakuan), hampir setengah mengalami tingkatan nyeri sedang yaitu 3 responden atau sekitar 42.86% dari jumlah keseluruhan responden yang diberikan teknik relaksasi (kelompok perlakuan). Menurut perhitungan secara manual independent sampel t-test didapatkan thitung lebih besar dari pada t - tabel ($7.14 > 2.50$), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang dapat di ambil kesimpulan bahwa teknik relaksasi efektif terhadap pengurangan rasa nyeri persalinan kala I (Hetty, 2016).

Distribusi Frekuensi tingkat intensitas nyeri persalinan sesudah diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender pada ibu inpartu kala 1 fase aktif di Puskesmas Krobokan

Hasil pengukuran nyeri persalinan sesudah diberikan Teknik Relaksasi Nafas dalam dan Aromaterapi Lavender menunjukkan tidak ada nyeri sebanyak 0 responden, nyeri ringan sebanyak 16 responden (59,3%) yang terdiri dari 8 responden mengalami nyeri pada skala 3, 4 responden mengalami nyeri pada skala 2 dan 4 responden mengalami nyeri pada skala 1. Sedangkan nyeri sedang sebanyak 11 responden (40,7%) yang terdiri dari 3 responden mengalami nyeri pada skala 6, 4 responden mengalami nyeri pada skala 5 dan 4 responden mengalami nyeri pada skala 4. Dan nyeri berat sebanyak 0 responden. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan secara signifikan terhadap intensitas nyeri persalinan ibu inpartu kala 1 fase aktif

setelah diberikan kombinasi pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender. Perlakuan teknik relaksasi nafas banyak memberikan pengaruh penurunan tingkat nyeri setelah diberi perlakuan sebanyak 3-7 kali selama 30 menit.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi yang menyatakan tingkat nyeri ibu inpartu fase aktif tahap pertama sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam berada pada kategori nyeri berat (63,30%). Tingkat nyeri ibu inpartu fase aktif tahap pertama setelah diberikan teknik relaksasi nafas sebagian besar atau sebagian besar berada pada kategori nyeri sedang (50,00%). Dimana pada kategori nyeri berat terjadi penurunan yang signifikan dari sebelum (pre-test) pada kategori nyeri berat (63,30%) dan setelah (post-test) yang tidak dikategorikan nyeri berat menjadi (6,70%). Perbedaan dengan penelitian peneliti yaitu dalam penelitian tersebut hanya memberikan intervensi 1 variabel berupa teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif (Pratiwi et al., 2017).

Beberapa pendekatan non farmakologis dalam penurunan nyeri persalinan telah banyak ditemukan, salah satunya teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender. Teknik relaksasi nafas dalam merupakan suatu tindakan keperawatan dengan cara menghembuskan nafas secara perlahan. Selain dapat menurunkan intensitas nyeri, teknik relaksasi nafas dalam juga meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah, sehingga juga dapat menurunkan tingkat kecemasan



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
TELOGOREJO

SEMINAR NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES TELOGOREJO SEMARANG

The Importance of Family's Role in the Children Development

(Ruswadi, 2021). Aromaterapi lavender menurut (Susilarini, 2017) merupakan salah satu minyak esensial analgesik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton. Monoterpena merupakan jenis senyawa terpena yang paling sering ditemukan dalam minyak atsiri tanaman. Pada aplikasi medis monoterpena digunakan sebagai sedatif. Minyak lavender juga mengandung 30-50% linalil asetat. Linalil asetat merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang serta tonikum, khususnya pada sistem saraf. Wangi yang dihasilkan aromaterapi lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami. Enkefalin merupakan neuromodulator yang berfungsi untuk menghambat nyeri fisiologi.

Pengaruh kombinasi pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan aroma terapi lavender terhadap intensitas nyeri pada ibu inpartu kala I fase aktif di Puskesmas Krobokan

Hasil analisis menunjukkan rata-rata sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender diperoleh nilai rata-rata sebesar 6,22 sedangkan setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender diperoleh nilai rata-rata sebesar 3,33 dengan nilai selisih 2,89. Uji paired t-test didapatkan hasil 0,000 ($\alpha \leq 0,05$) yang berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kombinasi pemberian teknik relaksasi

nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan ibu inpartu kala 1 fase aktif di Puskesmas Krobokan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian (Sukarta & Asmah, 2016) dengan judul Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Ibu Inpartu Kala Fase Aktif. Hasil penelitian diperoleh p value sebesar 0.000 jika dibandingkan dengan 0.05, maka nilai tersebut menunjukkan p-value $< \alpha$, sehingga kesimpulannya adalah H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan dari teknik relaksasi nafas terhadap tingkat nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif di Puskesmas Lawawoi Kecamatan Wattang Pulu Kabupaten Sidrap.

Nyeri pada ibu bersalin dipengaruhi oleh keadaan iskemia dinding korpus uteri yang menjadi stimulasi serabut saraf dipleksus hipogatrikus yang diteruskan ke system saraf pusat. Peregangan vagina, jaringan lunak dalam rongga panggul dan peritoneum dapat menimbulkan rangsangan nyeri. Keadaan mental pasien seperti pasien bersalin yang sering ketakutan, cemas atau ansietas ataupun eksitasi turut berkontribusi dalam menstimulasi nyeri pada ibu akibat peningkatan prostaglandin sebagai respons terhadap stress (Sulfianti et al., 2020). Nyeri dalam persalinan sendiri merupakan respon fisiologis yang normal. Selama kala 1 persalinan, nyeri yang terjadi pada kala 1 terutama disebabkan oleh dilatasi serviks dan distensi segmen uterus bawah. Nyeri yang disebabkan karena kontraksi uterus perlu ditangani karena pada saat kontraksi uterus mengakibatkan



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
TELOGOREJO

SEMINAR NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES TELOGOREJO SEMARANG

The Importance of Family's Role in the Children Development

kontraksi pembuluh darah plasenta sehingga bila secara terus menerus berkontraksi, maka akan menyebabkan hipoksia, anoksia, dan kematian janin (Pratiwi & Nawangsari, 2020). Oleh karena itu, rasa sakit ataupun nyeri yang dialami ibu perlu ditangani untuk memberikan kesempatan kepada ibu untuk istirahat dan merasa lebih nyaman, serta agar terpenuhinya oksigenasi yang optimal. Salah satu teknik non farmakologi yang dapat mengatasi nyeri persalinan yaitu teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender.

Teknik manajemen nyeri secara non farmakologi berupa teknis relaksasi nafas dalam bertujuan untuk merespon kontraksi dan mendapatkan kenyamanan selama persalinan, ibu melahirkan juga akan merasa lebih percaya diri serta dengan adanya oksigenasi yang optimal dapat membuat ibu menjadi lebih tenang dan tidak mudah lelah selama persalinan berlangsung. Pada prinsipnya teknik relaksasi nafas ini dapat mengurangi ketegangan pada ibu yang membuat stress pada saat nyeri persalinan, dengan dilakukannya kombinasi pemberian teknik relaksasi nafas dan aroma terapi lavender ini akan membuat tubuh rileks dan akan menghentikan produksi hormon adrenalin sehingga hormon tersebut akan digantikan dengan hormon endorphen. Hormon endorphen merupakan hormon penghilang rasa sakit (Sukarta & Asmah, 2016).

Saat ini Puskesmas Purwodadi II belum menerapkan metode aroma terapi Lavender hanya menerapkan pemberian teknik relaksasi nafas dalam

saat persalinan, sehingga pelaksanaan teknik relaksasi nafas dapat dikombinasi dengan pemberian aromaterapi lavender untuk menebar aroma dalam ruang bersalin. Inhalasi terhadap minyak essensial dapat meningkatkan kesadaran dan menurunkan intensitas nyeri. Efek positif pada sistem saraf pusat diberikan oleh molekul-molekul bau yang terkandung dalam minyak lavender, efek positif tersebut menghambat pengeluaran *Adreno corticotriphic Hormone (ACTH)* dimana hormone ini adalah hormone yang mengakibatkan terjadinya kecemasan pada individu. Aromaterapi Lavender memiliki kandungan linalool, dan linalyl acetat, yang berefek sebagai analgetik yang dapat membuat seseorang menjadi tenang, oleh karenanya hal ini tidak mengejutkan jika beberapa laporan saat ini menyarankan aromaterapi untuk menurunkan tingkat nyeri, sakit dan stress pada kehamilan dan persalinan (Sagita & Martina, 2019).

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian (Sari & Sanjaya, 2020) yang berjudul Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap nyeri persalinan, Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan rata-rata tingkat nyeri sebelum pemberian aromaterapi adalah 4,89 sedangkan sesudah



pemberian aromaterapi yaitu 3,52 dengan nilai p value $<0,005$ maka ada perbedaan yang signifikan antara pemberian aroma terapi terhadap nyeri pada ibu bersalin.

Tingkat keefektifan dalam penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif berupa pemberian kombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yang hanya menggunakan 1 intervensi saja berupa teknik relaksasi nafas dalam maupun aromaterapi lavender. Hal tersebut berdasarkan data yang diperoleh berupa rata-rata selisih tingkat nyeri yang dihasilkan sebelum dan sesudah intervensi dalam penelitian ini yaitu diketahui bahwa sebelum diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender diperoleh nilai rata-rata tingkat nyeri sebesar 6,22 sedangkan setelah diberikan teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender diperoleh nilai rata-rata tingkat nyeri sebesar 3,33 dengan nilai selisih 2,89. Sedangkan dalam penelitian (Sari & Sanjaya, 2020) dan (Sagita & Martina, 2019) yang hanya menggunakan 1 intervensi berupa aromaterapi lavender didapatkan rata-

rata selisih sebelum dan sesudah intervensi sebesar 1,015.

Dalam penelitian (Pratiwi et al., 2017) yang hanya menggunakan 1 intervensi berupa teknik relaksasi nafas dalam didapatkan rata-rata selisih sebelum dan sesudah intervensi sebesar 1,065. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kombinasi pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri pada ibu inpartu kala I fase aktif tingkat efektifitasnya lebih tinggi dibandingkan dengan hanya memberikan 1 intervensi pada ibu inpartu kala I fase aktif. Teknik manajemen nyeri yang dimodifikasi atau dikombinasi dengan teknik aromaterapi akan lebih efektif dalam penurunan rasa nyeri. Penggunaan aromaterapi menggunakan ekstrak wewangian tertentu untuk menebar aroma dalam ruang bersalin. Efeknya yang didapatkan yaitu menenangkan ibu bersalin, hilangnya rasa cemas dan ibu bersalin akan lebih rileks (Pratiwi & Nawangsari, 2020).

SIMPULAN

Hasil uji *Paired T-Test* menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara kombinasi pemberian Teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan ibu kala



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
TELOGOREJO

SEMINAR NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES TELOGOREJO SEMARANG

The Importance of Family's Role in the Children Development

I fase aktif. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan Tingkat nyeri sebelum dan sesudah perlakuan yaitu sebelum diberikan perlakuan terdapat 15 responden (55,6%) dengan nyeri sedang dan 12 responden (44,4%) dengan nyeri berat, sedangkan sesudah perlakuan terdapat 16 responden (59,3%) dengan nyeri ringan dan 11 responden (40,7%) .

SARAN

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari penelitian ini disarankan dapat digunakan sebagai sumber literatur keperawatan dan bahan informasi terutama mengenai kombinasi terapi teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender terhadap tingkat intensitas nyeri ibu inpartu kala 1 fase aktif.

b. Bagi pelayanan kesehatan

Pertimbangan bagi tenaga kesehatan untuk memberikan kombinasi teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender untuk mengurangi tingkat intensitas nyeri pada ibu inpartu kala 1 fase aktif.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian kombinasi terapi teknik relaksasi nafas dalam dan aromaterapi lavender ini dapat dijadikan referensi dalam mengembangkan penelitian dengan

cara menambahkan batasan karakteristik responden seperti paritas dan pembukaan persalinan agar memperoleh hasil yang lebih focus atau spesifik, serta dapat memodifikasi intervensi sebelumnya seperti pemberian aromaterapi lavender yang dihirup secara langsung maupun dioleskan ke kulit atau dikombinasikan dengan pemberian intervensi lain yaitu *finger hold*, terapi musik, ataupun *massage*.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2019*.
- Endisupraba. (2017). *Aromaterapi Bagi Kesehatan*. Medika Cipta.
- Hety, D. S. (2016). Efektifitas Teknik Relaxasi Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Persalinan Kala I Di Bps Ny. Yohana Dian, Amd.Keb Desa Sumbertanggul Mojosari Mojokerto. *Jurnal Medica Majapahit*, 6(2).
- Mander, R. (2012). *Nyeri Persalinan*. EGC.
- Muchtaridi. (2015). *Aromaterapi*. Graha Ilmu.
- Pratiwi, & Nawangsari. (2020). *Modul Ajar Dan Praktikum Keperawatan Maternitas*. Jejak Publisher.
- Pratiwi, P. I., Damayanti, D. S., & Petricka,

- G. (2017). The Influence Of Deep Breathing Relaxation Techniques To Decrease Pain Levels In The Mothers Inpartu Active Phase Of The First Stage At Kertha Usada Hospital Singaraja. *Proceedings of the International Conference on Applied Science and Health*, 343–348.
- Ruswadi. (2021). *Keperawatan Jiwa*. Penerbit Adab.
- Sagita, & Martina. (2019). Pemberian Aroma Terapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri persalinan. *Jurnal Kebidanan Universitas Aisyiyah Pringsewu*, 1(2).
- Sari, & Sanjaya. (2020). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap nyeri persalinan. *Jurnal Masalah Kesehatan Indonesia*, 1(2).
- Sukarta, & Asmah. (2016). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Ibu Inpartu Kala Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4(2).
- Sulfianti, Indryani, Purba, D. H., Sitorus, S., Yuliani, M., Hasliana, H., Ismawati, Sari, M. H. N., Pulungan, P. W., Wahyuni, Hutabarat, J., ANggraini, D. D., Purba, A. M. V., & Aini, F. N. (2020). *Asuhan Kebidanan pada Persalinan*. Yayasan Kita Menulis.
- Susiana, S. (2019). *Angka Kematian Ibu: Faktor Penyebab Dan Upaya Penanganannya*. Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI.
- Susilarini, et all. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 51.
- Yulianti, N. T., & Sam Kamilan, L. N. (2019). *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Cendekia Publisher.



SEMINAR NASIONAL DAN CALL PAPER STIKES
TELOGOREJO SEMARANG
*The Importance of Family's Role in the Children
Development*