

EFEKTIFITAS PEMBERIAN AROMATERAPI ESSENTIAL OIL LAVENDER TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI PADA IBU BERSALIN

1. Evi Susiyanti, Program Studi Kebidanan, Akademi Kebidanan Sakinah, Email : evirudyanto4@gmail.com
2. Lia Dharmayanti, Program Studi Kebidanan, Akademi Kebidanan Sakinah, Email : liadharmayanti50@gmail.com
Korespondensi : evirudyanto4@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri persalinan merupakan proses fisiologis yang disebabkan oleh kontraksi yang menyebabkan adanya pembukaan serviks. Nyeri dapat dihilangkan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Cara non farmakologis dengan pemberian Aromaterapi Lavender. Penggunaan aromaterapi lavender dilaporkan mampu meningkatkan relaksasi, menurunkan stress, serta mengurangi nyeri secara umum. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengerahui perbedaan perubahan tingkat nyeri persalinan normal antara kelompok dengan dan tanpa aromaterapi lavender. Metode penelitian ini menggunakan metode quasy exsperiment dengan pretest and posttest control group. Sampel penelitian diambil dengan teknik analisis kategorik tidak berpasangan sebanyak 20 orang pada kelompok perlakuan dan 20 orang kelompok kontrol. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode total sampling. Analisa data menggunakan uji mann-whitney. Dari hasil uji mann whitney ternyata dapat diketahui nilai p value sama dengan 0,000. Karena p value < 0,05 maka Ho ditolak jadi ada efektifitas pemberian aromaterapi essential oil lavender terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu bersalin. Hal itu dibuktikan dengan hasil tabulasi silang yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang tidak diberikan aromaterapi lavender mengalami nyeri sedang. Sedangkan pada responden yang diberikan aromaterapi lavender seluruhnya mengalami nyeri ringan. Terdapat perbedaan perubahan tingkat nyeri persalinan signifikan pada tingkat nyeri persalinan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol, Sehingga aromaterapi lavender efektif menurunkan nyeri persalinan. diharapkan untuk semua bidan yang memiliki tempat praktek dan melayani persalinan menyediakan diffuser dan minyak aromaterapi lavender

Kata Kunci : Aromaterapi, Lavender, Nyeri, Bersalin

1. PENDAHULUAN

Persalinan merupakan saat yang dinanti-nantikan ibu hamil untuk merasakan kebahagiaan yang didambakan. Namun bagi beberapa wanita, persalinan kadang diliputi oleh rasa takut dan cemas terhadap rasa nyeri saat persalinan (Prawirohardjo, 2016; Utami & Putri, 2020). Nyeri persalinan muncul karena adanya kontraksi rahim yang menyebabkan dilatasi dan penipisan serviks dan iskemia rahim yang diakibatkan kontraksi arteri miometrium. Nyeri yang berlebihan akan menimbulkan rasa cemas yang dapat memicu produksi hormon prostaglandin yang dapat menyebabkan stress dan mempengaruhi kemampuan tubuh menahan rasa nyeri (Maryunani, 2015; I. Utami et al., 2019). World Health Organization (WHO) memperkirakan setiap tahun terjadi 210 juta kehamilan di seluruh dunia, dan 20 juta perempuan mengalami kesakitan saat persalinan. Dalam persalinan sering kali juga timbul rasa cemas, panik, dan takut rasa sakit yang luar biasa yang dirasakan ibu yang dapat mengganggu proses persalinan dan mengakibatkan lamanya proses persalinan yang menimbulkan partus macet (Handayani, 2014; Puspitasari, 2020)

Menurut World Health Organization (WHO) Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia yaitu 289.000 jiwa. Partus Lama di dunia menyebabkan Kematian Ibu sebesar 106.930 (37%). Dalam Rakernas 2019 Dirjen Kesmas memaparkan kematian Ibu sebesar 14.640 jiwa. Laporan ini juga mencatat bahwa partus lama sebesar 6.238 (42,73%) merupakan penyebab kematian maternal dan perinatal utama disusul oleh Hipertensi sebesar 4841 (33,07%), dan Komplikasi obstetri lainnya sebesar 3.543 (24,2%). Hasil survei yang didapatkan bahwa partus lama dapat menyebabkan kegawatdaruratan pada ibu dan bayi. Pada ibu dapat terjadi perdarahan, syok, dan kematian sedangkan pada bayi dapat terjadi fetal distress, asfiksia dan caput. Dari data Supas tahun 2016, untuk AKI Nasional sebesar 305 per 100.000 Kelahiran Hidup. Menurut Data Dinkes Jatim per tanggal 19 Juli 2019 Angka kematian Ibu Mencapai 263 orang. Dan data dinkes propinsi jawa timur AKI tahun 2019 sebesar PE 162 (31,15%) perdarahan 126 (24,23%), penyebab lain 120 (23,1%), gangguan metabolik 73 (13,85%), infeksi 35 (6,73%), dan gangguan peredaran darah 2 (0,38%). Dari Data Dinas Kesehatan Kabupaten Pasuruan Tahun 2019 menyebutkan bahwa Angka Kematian Ibu sebesar 21 Kasus dari 25.118 (83,61%) pada tahun 2020 hingga pertengahan Bulan ini terdapat 18 ibu bersalin yang meninggal 6 diantaranya dengan kasus Covid sedangkan sisanya karena jantung, perdarahan, tekanan darah tinggi dan penyakit lainnya. Di TPMB Ny.B angka Persalinan mulai Bulan Januari sampai Nopember 2021 sebesar 165 ibu bersalin, 44 orang ibu bersalin yang dirujuk dengan Kasus Hipertensi (22,06%) sebesar 10 ibu bersalin, kasus bekas section (33,08%) sebesar 14 ibu bersalin, dan kasus prolong persalinan (44,86%) sebesar 20 ibu bersalin

Pada saat persalinan, jika seseorang merasa cemas maka otak akan mengalirkan zat yang menutup pengeluaran endorphin sehingga semakin luar biasa sakit yang dirasakan dan menyebabkan ibu menjadi stress dalam menghadapi persalinannya yang membuat impuls nyeri bertambah banyak dan lemahnya kontraksi otot rahim (Aprilia, 2010; Wijayanti et al., 2019). Pada persalinan, nyeri yang dirasakan bersifat viseral yang ditimbulkan dari kontraksi uterus dan dilatasi serviks yang dipersyarafi oleh serabut aferen simpatis dan ditransmisikan ke medula spinalis pada segmen Thorakal 10 – Lumbal 1 melalui serabut saraf delta dan serabut syaraf C yang berasal dari dinding lateral dan fundus uteri. Nyeri akan bertambah dengan adanya kontraksi isometrik pada uterus yang melawan hambatan oleh leher rahim/uterus dan perineum (Maryunani, 2015; Sunarsih & Sari, 2019)

Terdapat banyak metode untuk mengatasi nyeri persalinan. Cara untuk mengatasi nyeri persalinan, yaitu dengan metode farmakologis dan non-farmakologis. Ada beberapa bukti penelitian yang mendukung kemanjuran pemilihan metode farmakologis dalam penanganan nyeri persalinan, tetapi dari gambaran sistematis juga menyoroti bahwa adanya hubungan dari pemberian metode farmakologis dengan sejumlah efek samping (Jones, 2012; Handayani, 2021). Dalam pemberian metode farmakologis, nyeri persalinan akan berkurang secara fisiologis, namun kondisi psikologis dan emosional ibu akan terabaikan (Makvandi, 2016; Anita, 2021). Sedangkan untuk metode non-farmakologis bersifat efektif tanpa efek samping yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya (Maryunani, 2015; Anita, 2021). Metode ini termasuk terapi panas dan dingin, terapi sentuhan, pijat, refleksi, relaksasi, menari, permen karet bebas gula, stimulasi saraf trans atau subkutan, terapi air, menggunakan birth ball, terapi musik, akupresur dan aromaterapi (Valiani, 2010; Maqfirah et al., 2022)

Aromaterapi adalah cara penyembuhan dengan konsentrasi minyak esensial yang sangat aromatik, yang diekstraksi dari tumbuh-tumbuhan. Menghirup aromaterapi sendiri dianggap sebagai cara penyembuhan yang langsung dan cepat. Hal ini terjadi karena molekul-molekul dari minyak esensial yang mudah menguap bereaksi langsung pada organ penciuman dan langsung dipersepsikan oleh otak. Cara ini disebut inhalasi atau menghirup uap (Juliana, 2013; Sari & Sanjaya, 2020). Ketika minyak esensial terhirup, sel-sel reseptor penciuman dirangsang dan impuls ditransmisikan ke pusat emosional otak. Aromaterapi dapat memberikan efek santai dan menenangkan, selain itu meningkatkan sirkulasi darah (Marzouk et al, 2013; Sari & Sanjaya, 2020). Aromaterapi menggunakan minyak lavender dipercaya dapat memberikan efek relaksasi bagi saraf dan otot-otot yang tegang (carminative) setelah lelah beraktivitas (Dewi, 2011; Rambe, 2022). Ketika seseorang menghirup aromaterapi lavender, uap minyak aromaterapi dibawa ke sel reseptor hidung yang kemudian menempel pada rambut halus dihidung. Hal ini menyebabkan terjadinya pesan elektrokimia ke otak, kemudian pesan tersebut merangsang hipotalamus untuk melepaskan hormone serotonin dan endorphin. Serotonin adalah hormone yang dapat memperbaiki suasana hati dan endorphin merupakan penghilang rasa sakit alami serta menghasilkan perasaan rileks

Beberapa penelitian menunjukkan efektivitas aromaterapi untuk mengurangi rasa sakit dan kecemasan terhadap pasien rawat inap di RS Abbott Northwestern (Rivard, 2014; Soraya, 2021). Menurut Tarsikah (2012; Sagita & Martina, 2019), Aromatherapy Lavender merupakan salah satu minyak esensial analgetik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton. Monoterpena merupakan jenis senyawa terpena yang paling sering ditemukan dalam minyak atsiri tumbuhan. Ekstrak lavender berkualitas tinggi tidak hanya sesuai dengan monograf ini namun idealnya melebihi spesifikasi tersebut dengan kandungan linalil asetat yang lebih tinggi (idealnya 33-45%) dan lavandulil asetat ($\geq 1,5\%$), dan batas yang lebih rendah untuk kandungan cineol, yang merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang (Appleton, 2012; Yuanti & Putri, 2021). Pada 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 di temukan pada minyak lavender menunjukkan efek anti cemas dan anti nyeri (Sulaksono, 2013; Yuanti & Putri, 2021).

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan di PMB Ny. B bulan Nopember 2022 terdapat 23 pasien bersalin diperoleh 20 pasien bersalin mengatakan bahwa nyeri terasa seperti ditusuk-tusuk, panas menjalar di sepanjang pinggang dan perut bawah, dan 3 ibu bersalin yang tidak merasakan nyeri pada saat proses persalinan. Berdasarkan pengamatan langsung saat proses persalinan belum pernah ada yang menggunakan aromaterapi lavender untuk mengatasi rasa nyeri pada saat proses persalinan di PMB Ny.B. Sehubungan dengan kejadian tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti Efektifitas Pemberian Aromaterapi Essensial Oil Lavender Dengan Penurunan Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin Di TPMB Ny “B”. Pasuruan

2. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas pemberian aromaterapi essensial oil lavender terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk quasy eksperiment dengan menggunakan desain penelitian ini dengan pre test and post test control group design. Pada penelitian ini populasinya adalah semua ibu bersalin fisiologis sebesar 40 ibu bersalin di TPMB Ny. ‘B’ Desa Winong Kecamatan Gempol kabupaten Pasuruan. Sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan urutan yang datang untuk bersalin di TPMB Ny “B” pada periode bulan Januari 2023 sampai Maret 2023 sebesar 40 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan Total sampling yaitu cara pengambilan sampel dengan cara mengambil semua anggota populasi menjadi sampel. Variabel independent dalam penelitian ini adalah pemberian aromaterapi lavender pada ibu bersalin. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat nyeri persalinan. Adapun bahan penelitian yang digunakan antara lain alat diffuser elektrik dan minyak aromaterapi lavender. Minyak lavender akan diuapkan dengan menggunakan tungku listrik sehingga menghasilkan aroma. Dalam penelitian ini menggunakan 6 tetes aromaterapi (0,3 ml) dengan campuran air 2 sendok makan (30 ml). Instrumen variabel nyeri pada ibu bersalin menggunakan lembar observasi perilaku. Lembar ini adalah alat ukur yang digunakan peneliti untuk mengetahui tingkat nyeri ibu bersalin pada responden yang ditentukan. Ada 5 indikator yang dikaji dalam lembar observasi perilaku yang bersifat tertutup. Uji analisa data dilakukan menggunakan uji mann-whitney

4. HASIL PENELITIAN

a. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan usia

No	Keterangan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	< 20 tahun	4	10,0
2	20-35 tahun	36	90,0
	Total	40	100%

Berdasarkan hasil penelitian diatas didapatkan hampir seluruh responden berusia 20-35 tahun yaitu sebanyak 36 responden (90,0%) dan sebagian kecil responden berusia < 20 tahun yaitu sebanyak 4 responden (10,0%).

b. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Tabel 2 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

No	Keterangan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	SMU	22	55,0
2	Perguruan Tinggi	18	45,0
	Total	40	100%

Berdasarkan hasil penelitian diatas didapatkan lebih dari separuh responden memiliki latar belakang pendidikan SMU yaitu sebanyak 22 responden (55,0%) dan hampir separuh responden memiliki latar belakang pendidikan perguruan tinggi yaitu sebanyak 18 responden (45,0%).

c. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tabel 3 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

No	Keterangan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Bekerja	30	75,0
2	Tidak bekerja	10	25,0
	Total	40	100%

Berdasarkan hasil penelitian diatas didapatkan sebagian besar responden aktif bekerja yaitu sebanyak 30 responden (75,0%) dan sebagian kecil responden tidak bekerja yaitu sebanyak 10 responden (25,0%).

d. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tabel 4 Karakteristik responden berdasarkan paritas

No	Keterangan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Primigravida	15	37,5
2	Multigravida	25	62,5
	Total	40	100%

Berdasarkan hasil penelitian diatas didapatkan sebagian besar responden adalah multigravida yaitu sebanyak 25 responden (62,5%) dan sebagian kecil responden adalah primigravida yaitu sebanyak 15 responden (37,5%)

e. Karakteristik responden berdasarkan nyeri persalinan yang tidak diberikan aroma terapi lavender

Tabel 5 Karakteristik responden berdasarkan nyeri persalinan yang tidak diberikan aroma terapi lavender

No	Keterangan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Nyeri ringan	6	30,0
2	Nyeri sedang	14	70,0
	Total	20	100%

Berdasarkan hasil penelitian diatas didapatkan sebagian besar responden mengalami nyeri persalinan dalam kategori sedang yaitu sebanyak 14 responden (70,0%), dan sebagian kecil responden mengalami nyeri persalinan ringan yaitu sebanyak 6 responden (30,0%)

f. Karakteristik responden berdasarkan nyeri persalinan yang diberikan aroma terapi lavender

Tabel 6 Karakteristik responden berdasarkan nyeri persalinan yang diberikan aroma terapi lavender

No	Keterangan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Nyeri ringan	20	100
2	Nyeri sedang	0	0,0
	Total	20	100%

Berdasarkan hasil penelitian diatas didapatkan seluruh responden mengalami nyeri persalinan dalam kategori ringan yaitu sebanyak 20 responden (100%)

- g. Efektivitas pemberian aroma terapi essential oil lavender terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu bersalin

Tabel 6 Efektivitas pemberian aroma terapi essential oil lavender terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu bersalin

No	Pemberian aroma terapi lavender	Tingkatan nyeri persalinan			
		Ringan		Sedang	
		F	%	F	%
1	Diberikan aroma terapi lavender	20	76,9	0	0,0
2	Tidak diberikan aroma terapi lavender	6	23,1	14	100
	Jumlah	26	100	14	100

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebagian besar responden yang diberikan aromaterapi lavender memiliki tingkatan nyeri persalinan dalam kategori ringan yaitu 20 responden (76,9%) dan tidak satupun dalam kategori sedang yaitu sebanyak 0 responden (0%) sedangkan sebagian kecil responden yang tidak diberikan aromaterapi lavender memiliki tingkatan nyeri persalinan dalam kategori ringan yaitu 6 responden (23,1%) dan seluruhnya kategori sedang yaitu sebanyak 14 responden (100%). Dari hasil uji mann whitney ternyata diketahui nilai p value sama dengan 0,000. Karena p value < 0,05 maka hipotesis penelitian diterima yang berarti pemberian aromaterapi essential oil lavender efektif untuk menurunkan nyeri persalinan pada ibu bersalin

5. PEMBAHASAN

- a. Perubahan tingkat nyeri persalinan pada kelompok yang tidak diberi aromaterapi lavender

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebagian besar responden yang tidak diberikan aromaterapi lavender memiliki tingkatan nyeri persalinan dalam kategori sedang yaitu 14 responden (70%) dan sebagian kecil dalam kategori ringan yaitu sebanyak 6 responden (30%)

Rasa nyeri yang terjadi selama kala I fase aktif juga disebabkan oleh kontraksi uterus yang terus meningkat untuk mencapai pembukaan serviks yang lengkap. Semakin bertambahnya volume dan frekuensi kontraksi uterus maka rasa nyeri juga akan semakin meningkat. Rasa nyeri akan terus meningkat sering dengan bertambahnya pembukaan dari 1 cm sampai 10 cm (Judha et al, 2015; Andini et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian tentang paritas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki paritas multigravida dan sebagian kecil responden memiliki paritas primigravida. Bagi primigravida, pengalaman melahirkan ini adalah yang pertama sehingga faktor kurangnya pengetahuan dan pengalaman dalam menjadi faktor yang mendukung munculnya nyeri saat persalinan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menunjukkan bahwa terjadi peningkatan nyeri persalinan pada kala I. Karena pada primipara mengalami persalinan yang lebih panjang sehingga mereka merasa letih. Hal ini menyebabkan peningkatan nyeri. Rasa nyeri yang terjadi selama kala I juga disebabkan oleh kontraksi uterus yang terus meningkat untuk mencapai

pembukaan servik yang lengkap. Semakin bertambahnya volume dan frekuensi kontraksi uterus maka rasa nyeri juga akan semakin meningkat. Rasa nyeri akan terus meningkat seiring dengan bertambahnya pembukaan dari 1 cm sampai pembukaan lengkap yaitu 10 cm (Cunningham, 2013; Andini et al., 2022).

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa hampir seluruhnya responden memiliki umur 20-35 tahun dan sebagian kecil responden berusia < 20 tahun. Faktor yang juga dapat mempengaruhi nyeri persalinan adalah umur. Umur ibu yang lebih muda memiliki sensori nyeri yang lebih intens dibanding dengan ibu yang memiliki umur yang lebih tua. Umur muda cenderung dikaitkan dengan kondisi psikologis yang masih labil yang memicu terjadinya kecemasan sehingga nyeri yang dirasakan semakin lebih kuat. Umur juga dipakai sebagai salah satu faktor dalam menentukan toleransi terhadap nyeri (Maryuni, 2010; Azizah et al., 2020).

Menurut asumsi peneliti, persalinan dan kelahiran merupakan proses fisiologis yang menyertai kehidupan setiap wanita. Walaupun persalinan merupakan proses yang fisiologis, namun pada umumnya persalinan dapat menjadi menakutkan karena disertai nyeri yang berat dan terkadang dapat menimbulkan kondisi mental yang mengancam. Usia juga mempengaruhi terhadap ibu bersalin mempersepsikan nyeri persalinan. Usia 20-35 tahun merupakan usia yang cukup siap dalam menghadapi kehamilan namun karena persalinan ini merupakan pengalaman yang pertama bagi ibu sehingga timbul kecemasan yang tinggi dan diikuti tingkatan nyeri yang bersifat sedang dibandingkan ibu multigravida

b. Perubahan tingkat nyeri persalinan pada kelompok yang diberi aromaterapi lavender

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa seluruhnya responden yang diberikan aromaterapi lavender memiliki tingkatan nyeri persalinan dalam kategori ringan yaitu 20 responden (100%) dan tidak satupun dalam kategori sedang atau berat yaitu sebanyak 0 responden (0%).

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa tingkat pendidikan responden minimal adalah SMU. Pendidikan juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi nyeri persalinan. Dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi memungkinkan seseorang memiliki pola pikir yang matang dan mampu mencari serta mengaplikasikan informasi yang didapat khususnya tentang nyeri selama hamil. Seseorang berpendidikan tinggi memiliki pandangan yang lebih luas dan lebih mudah menerima ide dan tata cara kehidupan baru menggunakan pengetahuan tersebut untuk menjaga kesehatan, salah satunya adalah terkait teknik mengurangi rasa nyeri.

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden yang bekerja dan sebagian kecil responden yang tidak bekerja. Faktor pekerjaan lebih dikaitkan pada aktivitas yang dilakukan sehari-hari oleh ibu hamil. Ibu hamil yang terbiasa melakukan aktivitas aktif di kesehariannya cenderung memiliki elastisitas dan kekuatan otot yang baik. Hal ini juga lah yang dapat mempengaruhi persepsi terhadap nyeri yang dirasakan. Dengan semakin terbiasa melakukan aktivitas, maka otot akan semakin lentur dan persepsi nyeri semakin tidak dirasakan.

Dari hasil anamnesis yang dilakukan pada beberapa responden ditemukan bahwa terdapat beberapa responden yang mengalami kecemasan saat proses persalinan. Nyeri dalam persalinan dipengaruhi beberapa faktor, antara lain adalah kecemasan, nyeri dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis berupa

kecemasan dan rasa takut ibu bersalin yaitu 10 cm (Judha dkk, 2015; Azizah et al., 2020). Tubuh mengeluarkan hormon stressor yaitu hormon Katekolamin dan hormon Adrenalin, akibatnya uterus menjadi semakin tegang aliran darah dan oksigen ke dalam otot uterus berkurang karena arteri mengecil dan menyempit akibatnya rasa nyeri yang tak terelakkan. Ibu yang sudah mempunyai pengalaman melahirkan mampu merespon rasa nyeri, melahirkan dalam keadaan rileks, lapisan otot dalam rahim akan bekerja sama secara harmonis sehingga persalinan akan berjalan lancar, mudah, dan nyaman (Hermina, 2015; Azizah et al., 2020).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Rachmitha (2013; Dwiutami & Indrayani, 2022), tentang perbedaan efektivitas lama pemberian aromaterapi bunga mawar (rose effleurage) terhadap intensitas nyeri persalinan Kala I fase aktif. Dari Rachmitha melaporkan bahwa intensitas nyeri ibu bersalin di BPM Semarang yang telah diberikan aromaterapi dan massage rose effleurage mengalami penurunan yang signifikan, ($p= 0,000$, dan nilai mean menurun dari 8,8 menjadi 7,7). Aromaterapi dapat mempengaruhi limbic system otak yang merupakan pusat emosi, suasana hati atau mood, dan memori untuk menghasilkan bahan neuro hormon endorpin dan acephalin, Bahan tersebut bersifat sebagai penghilang rasa sakit dan serotonin yang berefek menghilangkan ketegangan atau stres serta kecemasan menghadapi persalinan (Judha dkk, 2015; Dwiutami & Indrayani, 2022). Tingkat pendidikan dan pekerjaan ibu bersalin berdampak pada tingkat pemahaman ibu terhadap terapi aromaterapi lavender sebagai cara menurunkan derajat nyeri. Pendidikan tinggi dan ibu bekerja lebih bisa menerima terapi tersebut meskipun menjadi hal yang baru dan belum pernah menerima informasi pengalaman dari tetangga dan keluarga. Tingkat pemahaman dan sikap kooperatif terhadap terapi ini memberikan efektifitas yang tinggi terhadap perubahan rasa nyeri ibu bersalin

- c. Perbedaan tingkat nyeri antara kelompok yang diberi aromaterapi lavender dengan kelompok yang tidak diberi aromaterapi lavender

Berdasarkan tabel hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebagian besar responden yang diberikan aromaterapi lavender memiliki tingkatan nyeri persalinan dalam kategori ringan yaitu 20 responden (76.9%) dan tidak satupun dalam kategori sedang yaitu sebanyak 0 responden (0%) sedangkan sebagian kecil responden yang tidak diberikan aromaterapi lavender memiliki tingkatan nyeri persalinan dalam kategori ringan yaitu 6 responden (23,1%) dan seluruhnya kategori sedang yaitu sebanyak 14 responden (100%).

Data yang diperoleh dari hasil observasi oleh peneliti kemudian dilakukan analisa data dengan menggunakan uji mann whitney untuk mengetahui ada tidaknya Efektifitas Pemberian Aromaterapi Essential Oil Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin dengan responden yang tidak diberikan aromaterapi lavender dan diberikan aromaterapi lavender di Di Praktek Mandiri Bidan “B” Desa Winong Kecamatan Gempol Kabupaten Pasuruan tahun 2021. Dari hasil uji mann whitney ternyata dapat diketahui nilai p value sama dengan 0,000. Karena p value $< 0,05$ maka H_0 ditolak jadi ada efektifitas pemberian aromaterapi essential oil lavender terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu bersalin. Hal itu dibuktikan dengan hasil tabulasi silang yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang tidak diberikan aromaterapi lavender mengalami nyeri sedang. Sedangkan pada responden yang diberikan aromaterapi lavender seluruhnya mengalami nyeri ringan.

Beberapa penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai rata-rata nyeri persalinan sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender (Sagita dan Martina, 2019; Dwiutami & Indrayani, 2022). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Restiana (2015; Dwiutami & Indrayani, 2022), tentang efek lilin aromaterapi lavender terhadap perubahan intensitas nyeri persalinan Kala I fase aktif pada 8 responden. Dari Restiana melaporkan bahwa intensitas nyeri didapatkan hasil bahwa ibu bersalin di wilayah kerja Puskesmas Bergas Semarang yang telah diberikan lilin aromaterapi mengalami penurunan yang signifikan, ($p = 0,000$ dan nilai mean menurun dari 5,58 menjadi 3,63

Minyak lavender terdapat kandungan linalil dan linalol yang dihirup masuk ke hidung ditangkap oleh bulbus olfactory kemudian melalui traktus olfaktorius yang bercabang menjadi dua, yaitu sisi lateral dan medial. Pada sisi lateral, traktus ini bersinap pada neuron ketiga di amigdala, girus semilunaris, dan girus ambiens yang merupakan bagian dari limbik. Jalur sisi medial juga berakhir pada sistem limbik. Limbik merupakan bagian dari otak yang berbentuk seperti huruf C sebagai tempat pusat memori, suasana hati, dan intelektualitas berada. Bagian dari limbik yaitu amigdala bertanggung jawab atas respon emosi kita terhadap aroma. Hipocampus bertanggung jawab atas memori dan pengenalan terhadap bau juga tempat bahan kimia pada aromaterapi merangsang gudang-gudang penyimpanan memori otak kita terhadap pengenalan bau-bauan (Karlina et al, 2015; Dwiutami & Indrayani, 2022)

Aroma yang menyenangkan akan menciptakan perasaan tenang dan senang sehingga dapat mengurangi kecemasan. Selain itu, setelah ke limbik aromaterapi menstimulasi pengeluaran enkefalin atau endorfin pada kelenjar hipotalamus, periaqueductal gray dan medula rostral ventromedial. Enkefalin merangsang daerah di otak yang disebut raphe nucleus untuk mensekresi serotonin sehingga menimbulkan efek rileks, tenang dan menurunkan kecemasan. Serotonin juga bekerja sebagai neuromodulator untuk menghambat informasi nosiseptif dalam medulla spinalis. Neuromodulator ini menutup mekanisme pertahanan dengan cara menempati reseptor di kornu dorsalis sehingga menghambat pelepasan substansi P. penghambatan substansi P akan membuat impuls nyeri tidak dapat melalui neuron proyeksi sehingga tidak dapat diteruskan pada proses yang lebih tinggi di korteks somatosensoris dan transisional. Sebagaimana yang dinyatakan oleh Tarsikah (2017; Alchalidi et al., 2022) aromaterapi lavender 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.

Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Prita (2014; Alchalidi et al., 2022) tentang perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada ibu post section caesarea di RSUD Ambarawa.

Peneliti ini menggunakan metode penelitian dengan pre eksperimen, one – group posttest, dengan teknik accidenta sampling. Adapun populasinya yaitu pasien dengan post operasi sectio caesarea. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada ibu sectio caesarea di RSUD Ambarawa dengan p value sebesar $0,000 < p (0,05)$.

Menurut asumsi peneliti, penerapan Aromaterapi Lavender pada proses persalinan berpengaruh terhadap tingkat nyeri persalinan. Ibu yang diberikan Aromaterapi Lavender pada proses persalinan mengalami tingkat nyeri persalinan yang rendah dibandingkan dengan ibu yang tidak diberikan Aromaterapi Lavender pada proses persalinan. Aromaterapi lavender dapat mengurangi rasa cemas serta ketakutan menjelang persalinan yang dapat menyebabkan ketegangan, rasa nyeri, dan sakit saat persalinan, dan mampu mengontrol sensasi rasa sakit pada saat kontraksi rahim, serta meningkatkan kadar endorfin dan epinerfin dalam tubuh untuk mengurangi rasa nyeri pada saat kontraksi dalam persalinan. Keberhasilan pemberian terapi ini di sebabkan oleh tingkat usia yang matang, tingkat pendidikan, paritas dan pekerjaan ibu diluar rumah sehingga dapat dilaksanakan sesuai prosedur.

6. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan beberapa sebagai berikut :

- a. Sebagian besar responden yang tidak diberikan aromaterapi lavender memiliki tingkatan nyeri persalinan dalam kategori sedang yaitu 14 responden (70%) dan sebagian kecil dalam kategori ringan yaitu sebanyak 6 responden (30%).
- b. Seluruh responden yang diberikan aromaterapi lavender memiliki tingkatan nyeri persalinan dalam kategori ringan yaitu 20 responden (100%) dan tidak satupun dalam kategori sedang atau berat yaitu sebanyak 0 responden (0%).
- c. Pemberian aromaterapi essential oil lavender efektif terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu bersalin di Di Praktek Mandiri Bidan “B” Desa Winong Kecamatan Gempol Kabupaten Pasuruan (p value $0,000 < 0,05$).

7. SARAN

Bagi pengelola PMB, hasil yang didapat digunakan alternatif mengurangi nyeri pada kala I dijadikan panduan sebagai asuhan sayang ibu yang dapat dilakukan secara optimal. Bagi ibu hamil dan bersalin mulai dapat menggunakan aromaterapi lavender untuk mengurangi rasa nyeri sehingga proses persalinan dapat berjalan dengan lancar.

8. DAFTAR PUSTAKA

- Alchalidi, A., Abdurrahman, A., & Dewita, D. (2022). Literatur Review: Manajemen nyeri persalinan kala I dengan aromaterapi. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 2(2), 143–149.
- Andini, I. F., Puspita, Y., & Susanti, E. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Terhadap Persepsi Nyeri Persalinan. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 5(2), 10–18.
- Anita, W. (2021). Terapi Komplementer Dengan Massage Dalam Nyeri Persalinan: Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Maharatu*, 2(2), 1–11.
- Azizah, N., Rosyidah, R., & Machfudloh, H. (2020). Efektivitas inhalasi aromaterapi lavender (*Lavendula Augustifolia*) dan neroli (*Citrus Aurantium*) terhadap penurunan nyeri proses persalinan. *Midwiferia Jurnal Kebidanan*,

6(1), 26–31.

- Dwiutami, A., & Indrayani, D. (2022). AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN: EVIDENCE BASED CASE REPORT: EVIDENCE-BASED CASE REPORT (EBCR). *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(3), 771–778.
- Handayani, L. (2021). Komplementer Dalam Mengatasi Nyeri Persalinan: Literatur Review. *DINAMIKA KESEHATAN: JURNAL KEBIDANAN DAN KEPERAWATAN*, 12(1), 107–118.
- Maqfirah, M., Mutiah, C., & Idwar, I. (2022). Literatur Review: Terapi komplementer nyeri persalinan dengan massage. *Femina: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 2(2), 120–134.
- Puspitasari, E. (2020). Hubungan Dukungan Suami Dan Keluarga Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 118–124.
- Rambe, N. L. (2022). Pengaruh Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan: a Systematic Review. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 8(1), 25–34.
- Sagita, Y. D., & Martina, M. (2019). Pemberian Aroma Terapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. *Wellness And Healthy Magazine*, 1(2), 151–156.
- Sari, P. N., & Sanjaya, R. (2020). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap nyeri persalinan. *Majalah Kesehatan Indonesia*, 1(2), 45–49.
- Soraya, S. (2021). Pengaruh pemberian inhalasi Aromaterapi lemon citrus terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(2), 184–191.
- Sunarsih, S., & Sari, T. P. (2019). Nyeri persalinan dan tingkat kecemasan pada ibu inpartu kala I fase aktif. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(4), 327–332.
- Utami, F. S., & Putri, I. M. (2020). Penatalaksanaan nyeri persalinan normal. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 5(2), 107–109.
- Utami, I., ST, S., Keb, M., Utami, I., ST, S., Keb, M., & Fitriahadi, E. (2019). *Buku Ajar Asuhan Persalinan & Manajemen Nyeri Persalinan*. Universitas Aisyiyah.
- Wijayanti, Y. T., Sumiyati, S., & Prasetyowati, P. (2019). Kecemasan, Usia, Paritas dan Nyeri Persalinan Kala I Aktif. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 12(2), 47–52.
- Yuanti, Y., & Putri, C. R. A. (2021). Efektifitas Aromaterapi Dan Pendamping Persalinan Terhadap Nyeri Persalinan. *Jurnal Ayurveda Medistra*, 3(1).