



## Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Bidan Praktek Mandiri Lamongan

Lilin Turlina, Fikriyah Nailul Hikmah

Program Studi D3 Kebidanan Universitas Muhamadiyah Lamongan

### ARTIKEL INFO

#### **Article History:**

SM at 18-01-2022

RV at 19-01-2022

PB at 20-01-2022

#### **Kata Kunci:**

Lemon Aromatherapy,  
Labor Pain, Labor Kala I  
Active Phase

#### **Korespondensi Penulis:**

turlinalmg@gmail.com

### ABSTRAK

**Background:** Birth processes are identical to the pain that will be lived. So that both mother and health officer make a lot of effort to reduce the pain of labor. Aromatherapy can be given to help reduce anxiety, stress, fear, nausea, vomiting and pain.

**Objectives:** The purpose of this study is to know Knowing the Influence of Lemon Aromatherapy on Intensity of Kala I Labor Pain I Active Phase

**Design:** The research design used was one group pretest-posttest design, using Simple Random Sampling technique. Obtained the number of sampel as many as 29 mothers gave birth At Bidan Praktek Mandiri Lamongan

**Results:** The result showed that the average of maternal pain intensity before giving lemon aromatherapy tended to experience severe pain compared to after being given lemon aromather having moderate pain. From the result of Paired Sample T-Test test, the value of  $t = 8.573$  and  $p = (0.000)$ , where  $p < (0,05)$   $H_1$  is accepted, meaning that there is influence of lemon aromatherapy in reducing pain in maternal mother

**Conclusions:** It is recommended from the results of this study that lemon aromatherapy can be used as an intervention to first-time maternity women in the active phase.

## PENDAHULUAN

Persalinan dan kelahiran merupakan proses fisiologi yang menyertai kehidupan hampir setiap wanita. Walaupun proses persalinan fisiologis, tetapi pada umumnya menakutkan, karena disertai nyeri berat, bahkan terkadang menimbulkan kondisi fisik dan mental yang mengancam jiwa. Hal yang perlu ditekankan pada pasien adalah bahwa tanpa adanya rasa nyeri maka persalinan tidak mengalami kemajuan, karena salah satu tanda persalinan adalah adanya his yang akan menimbulkan rasa sakit (Sulistyawati, Ari 2010). Sensasi nyeri umumnya dirasakan sangat berat terutama oleh ibu yang baru menjalani persalinan anak pertama (Henderson, C., Jones K, 2006).

Sebuah penelitian dilakukan pada wanita dalam persalinan kala I didapatkan bahwa 60% primipara melukiskan nyeri akibat kontraksi uterus sangat hebat, 30% nyeri sedang. Pada multipara 45% nyeri hebat, 30% nyeri sedang, 25% nyeri ringan (Maslikhanah, 2011). Hasil penelitian Ajartha (2008), menemukan hanya 15% persalinan yang berlangsung tanpa nyeri atau nyeri ringan, 35% persalinan disertai nyeri sedang, 30% persalinan disertai nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri yang sangat hebat. Penelitian terkait dilakukan oleh Rusdiatin,dkk (2007), mendapatkan hasil 53,3% ibu bersalin mengalami nyeri sedang dan 46,7% mengalami nyeri persalinan yang berat.

Dari survey awal pada tanggal 16 Oktober – 23 Oktober 2016 di Bidan Praktek Mandiri Lamongan, diperoleh 5 data ibu bersalin. Dari 5 ibu yang menjalani persalinan dan hanya dianjurkan dan dibimbing untuk melakukan teknik relaksasi yaitu nafas dalam, terdapat 4 (80%) ibu bersalin kala I fase aktif masih mengalami nyeri yang tajam dan tidak terkontrol, tidak mau melakukan anjuran bidan. Sedangkan 1 (20%) ibu bersalin kala I fase aktif mengalami nyeri persalinan namun masih relative tenang ditunjukkan dengan mendesis dan membaca istighfar, merupakan nyeri kategori sedang.

Rasa nyeri pada ibu bersalin dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal terdiri dari, budaya, lingkungan, dukungan dan tindakan medis (Handerson, C., Jones K,

2006). Faktor internal terdiri dari kecemasan, ketakutan, ketegangan, kelelahan, usia, pengalaman, masa lalu dan pendidikan.

Usaha untuk mengurangi rasa nyeri persalinan banyak dilakukan. Menurut Handerson, C., Jones K, (2006) ada 2 metode pengendalian nyeri yaitu metode farmakologis dan nonfarmakologis. Secara farmakologi diantaranya: teknik ILA (Intrachecal Labor Analgesia), TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation), dan paraservical blok. Sedangkan metode nonfarmakologis menurut Andriana E (2007), antara lain: teknik relaksasi, massase, akupuntur, aromaterapi, berendam air hangat, hypnoterapi, terapi music dan kompres dingin. Metode nonfarmakologi dapat digunakan untuk mengurangi nyeri dan memberikan kenyamanan pada persalinan, salah satunya dengan menggunakan aromaterapi. Sebuah studi komprehensif yang dilakukan di Inggris pada 8000 wanita hamil selama tahun 1990-1998 menunjukkan efek aromaterapi pada pengurangan rasa takut, rasa sakit, dan kecemasan yang terkait dengan persalinan.

Aromaterapi biasanya menggunakan minyak essensial yang telah diekstraksi dari berbagai bagian tanaman. Aromaterapi dapat mengurangi stres, menenangkan pikiran, membangkitkan semangat dan meningkatkan konsentrasi. Minyak essensial biasanya diserap melalui kulit atau dihirup. Salah satu aromaterapi yang banyak digunakan adalah aromaterapi Lemon (Citrus Limon) (Rusilanti, 2013). Para peneliti dari The Ohio State University mengungkapkan bahwa aromaterapi minyak Lemon (Citrus Lemon) bisa meningkatkan mood, merelaksasikan pikiran dan meningkatkan konsentrasi (Rosalina, 2013).

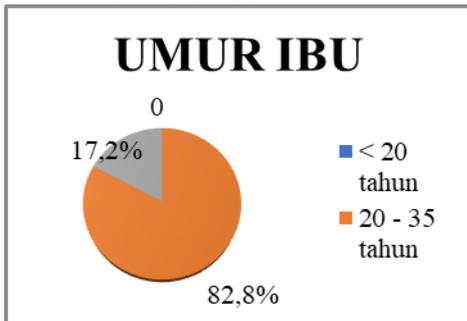
Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa masih banyaknya ibu bersalin yang mengalami nyeri yang sangat berat saat persalinan kala I fase aktif. Pada penelitian ini bertujuan untuk Menganalisis Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Bidan Ny. Indah Maya, Amd. Keb Desa Tunjungmekar Kecamatan Kalitengah Kabupaten Lamongan.

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan *one group pretest-posttest design*, Responden yang digunakan 30 responden dan diambil sebanyak 29 responden. Sampel diambil dengan menggunakan metode simple random sampling. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian aromaterapi lemon. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah nyeri persalinan. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah nyeri persalinan. Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah Verbal Descrintive Scale (VDS) dan lembar observasi. Sedangkan lembar observasi digunakan untuk mencatat hasil intensitas nyeri yang dialami selama ibu bersalin kala I fase aktif. Uji Statistik Data yang telah terkumpul disajikan secara tabulasi silang antar variabel dependen dan variabel independen. Selanjutnya diuji dengan menggunakan Paired t-test dengan taraf signifikasi  $\alpha = 0,05$ .

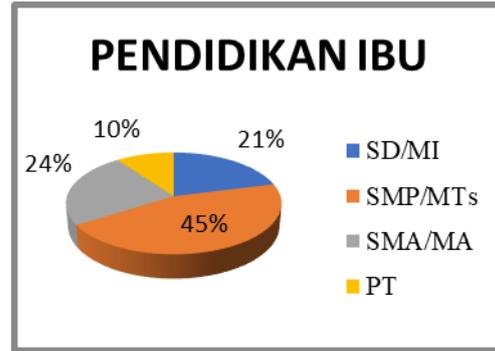
**HASIL PENELITIAN**

**1. Data Umum Penelitian**



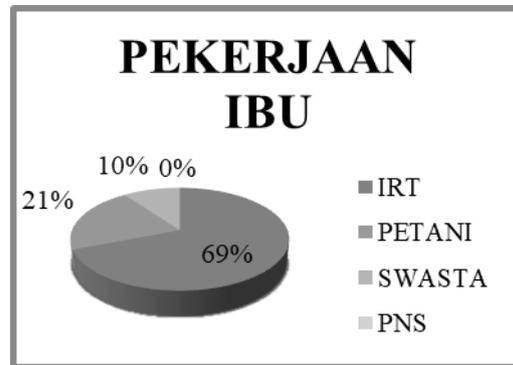
Gambar 1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur (Sumber: Data Primer)

Dari gambar 1 menunjukkan hampir seluruhnya (82,8 %) ibu bersalin berusia antara 20-35 tahun dan sebagian kecil (17,2%) berusia >35 tahun.



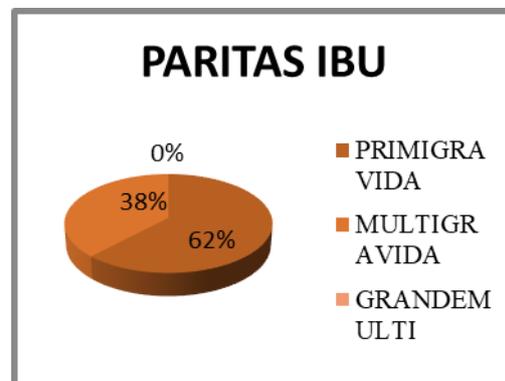
Gambar 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan (Sumber: Data Primer)

Dari gambar 2 menunjukkan hampir sebagian (44,8 %) ibu bersalin mempunyai pendidikan SMP/MTs dan sebagian kecil (10,3 %) ibu bersalin mempunyai pendidikan akademi/perguruan tinggi.



Gambar 3 Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan (Sumber: Data Primer)

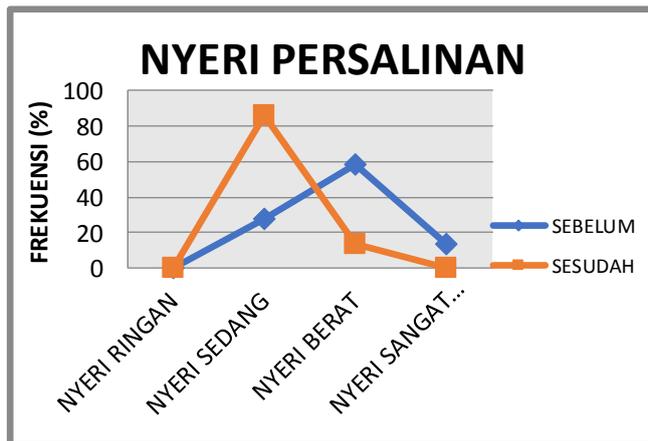
Dari gambar 3 menunjukkan lebih dari sebagian (69,0 %) ibu bersalin bekerja sebagai IRT dan sebagian kecil (10,3%) bekerja swasta



Gambar.4 Distribusi Responden Berdasarkan Paritas (Sumber: Data Primer)

Dari gambar 4 menunjukkan lebih dari sebagian (62,1 %) ibu bersalin yaitu primigravida dan hampir sebagian (37,9 %) ibu multigravida.

## 2. Data Nyeri Persalinan



Gambar.5 Perbedaan Tingkatan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pemberian Aromaterapi Lemon (Sumber: Data Primer)

Dari gambar 5 menunjukkan lebih dari sebagian ibu bersalin yang mengalami nyeri berat pada persalinan kala I fase aktif sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lemon sebanyak 17 orang (58.6%) dan sebagian kecil ibu bersalin yang mengalami nyeri tidak tertahankan sebanyak 4 orang (13.8%).

Selain itu juga dapat diketahui bahwa hampir seluruhnya ibu bersalin mengalami nyeri sedang pada persalinan kala I fase aktif sesudah dilakukan pemberian aromaterapi lemon sebanyak 25 orang (86.2%) dan sebagian kecil ibu bersalin yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 orang (13.2%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkatan Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pemberian Aromaterapi Lemon (Sumber: Data Primer)

Tingkat Nyeri	Sesudah			
	Nyeri sedang	Nyeri berat	Total	
Sebelum	Nyeri Sedang	8	0	8
	Nyeri Berat	17	0	17
	Nyeri Berat Tidak tertahankan	0	4	4
	Total	25 (86,2)	4 (13,8)	29 (100)

Dari tabel 1 menunjukkan seluruh ibu bersalin yaitu 17 orang (100%) mengalami nyeri berat sebelum pemberian aromaterapi lemon dan seluruhnya 4 (100%) mengalami

nyeri sedang setelah pemberian aromaterapi lemon.

## PEMBAHASAN

### 1. Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Sebelum Dilakukan Pemberian Aromaterapi Lemon

Dari gambar 5 menunjukkan lebih dari sebagian ibu bersalin yang mengalami nyeri berat pada persalinan kala I fase aktif sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lemon sebanyak 17 orang (58.6%) dan sebagian kecil ibu bersalin yang mengalami nyeri tidak tertahankan sebanyak 4 orang (13.8%).

Dapat diartikan bahwasannya sebagian besar ibu bersalin mengalami nyeri berat sebelum dan menjelang persalinan dikarenakan pengalaman ibu yang kurang saat mengalami persalinan jadi ibu tidak terbiasa untuk menahan rasa nyeri saat persalinan terjadi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan nyeri persalinan kala I fase aktif dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, pengalaman nyeri sebelumnya, kecemasan, budaya, support system, persepsi individu terhadap nyeri, peran bidan, mekanisme coping dan paritas. Bidan harus memberi semangat dan dukungan saat persalinan berlangsung agar ibu bersalin bisa menahan nyeri dan lebih percaya diri saat persalinan.

Menurut Andarmoyo (2013) Ibu primipara dan multipara kemungkinan akan merespon secara berbeda terhadap nyeri walaupun menghadapi kondisi yang sama, yaitu persalinan. Hal ini disebabkan ibu multipara telah memiliki pengalaman pada persalinan sebelumnya. Usia: Usia muda cenderung dikaitkan dengan kondisi psikologi yang masih labil, yang memicu terjadinya kecemasan sehingga nyeri yang dirasakan menjadi lebih berat. Usia juga dipakai sebagai salah satu factor dalam menentukan toleransi terhadap nyeri. Toleransi akan meningkatkan seiring bertambahnya usia dan pemahaman terhadap nyeri.

## **2. Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Setelah Dilakukan Pemberian Aromaterapi Lemon**

Dari tabel 1 menunjukkan hampir seluruhnya ibu bersalin mengalami nyeri sedang pada persalinan kala I fase aktif sesudah dilakukan pemberian aromaterapi lemon sebanyak 25 orang (86.2%) dan sebagian kecil ibu bersalin yang mengalami nyeri berat sebanyak 4 orang (13.2%).

Dari data tersebut dapat diketahui bahwa sebagian besar ibu bersalin setelah diberikan aromaterapi lemon mengalami nyeri sedang. Dapat diambil kesimpulan bahwasannya aromaterapi lemon berpengaruh untuk mengurangi nyeri, meskipun tidak berpengaruh seluruhnya, setidaknya aromaterapi lemon bisa membantu petugas kesehatan dalam menanggulangi nyeri dengan metode nonfarmakologi. Karena metode nonfarmakologi lebih murah dan sedikit efek samping, meskipun begitu bidan dan keluarga harus tetap memberi semangat untuk ibu saat persalinan.

Hal ini seperti teori yang diungkapkan oleh Karlinah, dkk (2015), metode pengelolaan nyeri persalinan secara farmakologis lebih efektif dibandingkan dengan nonfarmakologis namun metode farmakologis lebih mahal dan berpotensi mempunyai efek yang kurang baik bagi ibu maupun janin. Sedangkan nonfarmakologis bersifat murah, simpel, efektif, tanpa efek yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya. Beberapa metode nonfarmakologi yaitu teknik relaksasi dan teknik pernapasan dalam persalinan

## **3. Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif**

Dari tabel 1 menunjukkan seluruh ibu bersalin yaitu 17 orang (100%) mengalami nyeri berat sebelum pemberian aromaterapi lemon dan seluruhnya 4 (100%) mengalami nyeri sedang setelah pemberian aromaterapi lemon.

Dapat diartikan sebagian besar ibu bersalin mengalami nyeri sedang setelah pemberian aromaterapi lemon. Setelah menghirup aromaterapi pikiran akan tenang

dan rasa nyeri saat persalinan akan terkontrol karena sensasinya yang menenangkan diri dan otak, serta nyeri yang dirasakan. Bidan juga harus memberitahu pada ibu bersalin cara yang benar saat menghirup aromaterapi tersebut.

Persalinan adalah rangkaian proses yang berakhir dengan pengeluaran hasil konsepsi oleh ibu, yang dimulai dengan kontraksi persalinan sejati, yang ditandai oleh perubahan progresif pada serviks dan diakhiri dengan kelahiran plasenta (Varney, 2007). Ketika kontraksi dimulai ibu akan merasakan nyeri yang mengakibatkan ketidaknyamanan dan untuk mengatasi rasa nyeri tersebut dapat dilakukan pemberian aromaterapi lemon.

Aromaterapi dapat digunakan melalui berbagai cara, yaitu: 1). Inhalasi: Dalam menggunakan aromaterapi secara inhalasi, dapat dicampur dengan air, dengan komposisi 4 tetes aromaterapi untuk 20 ml air, sehingga dapat menghasilkan aroma yang segar dan wangi (Argi, dkk, 2012).

Terapi aroma mempunyai efek yang positif karena diketahui bahwa aroma yang segar dan harum merangsang sensori, reseptor pada akhirnya mempengaruhi organ yang lainnya sehingga dapat menimbulkan efek kuat terhadap emosi. Aroma ditangkap oleh reseptor di hidung yang kemudian memberikan informasi lebih jauh ke area di otak yang mengontrol emosi dan memori maupun memberikan informasi juga ke hipotalamus yang merupakan pengatur sistem internal tubuh, termasuk sistem seksualitas, suhu tubuh dan reaksi terhadap stress (Argi, dkk, 2012).

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di BPM pada bulan Januari 2017 Rerata penurunan intensitas nyeri sesudah diberikan Aromaterapi Lemon sebesar 0,73 (0-1 poin) pada ibu bersalin

## **DAFTAR PUSTAKA**

Ajartha, R (2008). Efek Pemberian Tramadol Intra Muskuler terhadap Nyeri Persalinan Pada Primigravida. USU e-Repository ©2008. Diakses tanggal 23 Oktober 2016.

- Andarmoyo S. 2013. *Persalinan Tanpa Nyeri Berlebihan*. Yogyakarta :Ar- Ruzz Media
- Andriana E. 2007. *Melahirkan Tanpa Rasa Sakit Dengan Metode Relaksasi Hypnobirthing*. Jakarta :PT Bhuana Ilmu Populer
- Argi Vigora Bangun, Susi Nur'aeni. *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi di Rumah Sakit Dustira Cimahi*. Jurnal Keperawatan Sudirman (The Soedirman Journal of Nursing), Volume 8, No. 2, Juli 2013.
- Handerson C, Jones K. 2006. *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Hidayat AA. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta :Salemba Medika
- Jeannie, M. 2009. *Aromatherapy*, [www.Minyakherbal.Com](http://www.Minyakherbal.Com) Diakses Pada 23 Oktober 2016 Pukul 18:40
- Karlinah N, Syarif I. 2015. *Pengaruh Akupresur Dan TENS Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*, [Http://Jurnal.Fk.Unand.Ac.Id](http://Jurnal.Fk.Unand.Ac.Id) Diakses Pada Tanggal 24 Oktober 2016 Pukul: 21.15
- Maslikhanah.2011. *Penerapan Teknik Pijat Effleurage Sebagai Upaya Penurunan Nyeri Persalinan Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif*. Perpustakaan.uns.ac.id Diakses tanggal 23 Oktober 2016
- Rosalina, Deasy (2013). *Gaya Hidup Sehat Maksimal*. Bandung: Gramedia Pustaka Utama.
- Rusdiatin dan Maulana (2007). *Pengaruh Pemberian Teknik Akupresur Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I di RS. Rajawali Citra Banguntapan Bantul 2007*. Seminar Nasional Teknologi 2007 (SNT 2007), Yogyakarta, 24 November 2007. ISSN:1978-9777 hal E1 – E10
- Rusilanti (2013). *Penumpang Aneka Penyakit*. Bandung: Gramedia Pustaka Utama.
- Sulistiyawati, Ari. 2010. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada ibu bersalin*. Jakarta: Salemba Medika
- Varney H. 2007. *Buku Ajaran Asuhan Kebidanan*. Jakarta :EGC