

Efektifitas Aroma Terapi Lavender Dan Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Primigravida Di RS Nurul Hasanah Kutacane

Etika Iskandar Ginting

Prodi Diploma Tiga Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nurul Hasanah Kutacane

Etika.iskandargtg@yahoo.com

ABSTRAK

Aromaterapi lavender dan massage effleurage mempunyai efek menenangkan. Lavender dan massage effleurage dapat memberikan ketenangan, keseimbangan, rasa nyaman, rasa keterbukaan dan keyakinan. Disamping itu juga dapat mengurangi rasa tertekan, stress, rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, histeria, rasa frustrasi, kepanikandan dapat bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri, dan dapat memberikan relaksasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perubahan tingkat nyeri persalinan kala I setelah diberikan aroma terapi lavender dan massage effleurage. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, eksperimen semu dengan menggunakan teknik Non Probability Samplin dan jumlah responden sebanyak 48 responden. Tingkat nyeri persalinan sebelum diberikan aromaterapi lavender dan massage effleurage adalah dengan tingkat nyeri sedang sebanyak 15 orang (31.2%) dan nyeri berat sebanyak 33 orang (68.8%). Tingkat nyeri persalinan sesudah diberikan aromaterapi lavender dan massage effleurage adalah dengan tingkat nyeri ringan sebanyak 18 orang (37.5%), nyeri sedang sebanyak 23 orang (47.9%) dan nyeri berat sebanyak 7 orang (14.6%). Dengan menggunakan uji statistik Paires Samples T Test diperoleh nilai $P=0,02$ ($\alpha < 0,05$), penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender dan massage effleura sangat efektif pada penurunan tingkat nyeri pada pasien Kala I Primigravida di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane.

Kata Kunci: Aromaterapi Lavender, Massage Effleurage, Tingkat Nyeri, Persalinan Kala I Fase Aktif Primigravida

ABSTRACT

Lavender aromatherapy and effleurage massage have a calming effect. Lavender and effleurage massage can provide calm, balance, a sense of comfort, a sense of openness and confidence. Besides that, it can also reduce feelings of depression, stress, pain, unbalanced emotions, hysteria, frustration, panic and can be useful for reducing pain and can provide relaxation. This study aims to analyze changes in the level of pain in the first stage of labor after being given lavender aroma therapy and effleurage massage. This research uses quantitative research, quasi-experiment using Non Probability Sampling techniques and the number of respondents is 48 respondents. The level of labor pain before being given lavender aromatherapy and effleurage massage was 15 people (31.2%) with moderate pain and 33 people (68.8%) with severe pain. The level of labor pain after being given lavender aromatherapy and effleurage massage was mild pain for 18 people (37.5%), moderate pain for 23 people (47.9%) and severe pain for 7 people (14.6%). By using the Paires Samples T Test statistical test, the value of $P=0.02$ ($\alpha < 0.05$) was obtained. This research shows that giving lavender aromatherapy and effleura massage is very effective in reducing pain levels in First Stage Primigravida patients at the Nurul Hasanah Kutacane Hospital. .

Keywords: Lavender Aromatherapy, Effleurage Massage, Pain Level, Primigravida Active Phase First Stage of Labor

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Persalinan merupakan sesuatu peristiwa yang menegangkan bagi kebanyakan wanita. Seorang ibu yang sedang menghadapi persalinan cenderung merasa takut, terutama pada ibu primigravida. Namun ketika seorang ibu merasa sangat takut maka secara otomatis otak mengatur dan mempersiapkan tubuh untuk merasa sakit, sehingga rasa sakit saat persalinan akan lebih terasa. Pada ibu primigravida rasa sakit berlangsung 12-14 jam. Nyeri harus diringankan dengan efektif karena bila nyeri disertai reaksi stress akan memiliki efek berbahaya terhadap ibu dan kemungkinan juga pada janin (Danuatmaja, 2004). *World Health Organization* (WHO) memperkirakan pada tahun 2013 sebanyak 800 perempuan meninggal setiap harinya akibat komplikasi kehamilan dan proses kelahiran, sekitar 99% dari seluruh kematian ibu terjadi di negara berkembang, sekitar 80% kematian maternal merupakan akibat meningkatnya komplikasi selama kehamilan, persalinan dan setelah persalinan sedangkan angka kematian ibu di Indonesia pada tahun 2013 mencapai 5.019 jiwa dimana angka ini lebih tinggi dari tahun 2012 yaitu 4.985 jiwa (Sindonews, 2014). Salah satu faktor penting dalam upaya penurunan angka kematian tersebut yaitu penyediaan pelayanan kesehatan maternal dan neonatal yang berkualitas baik terhadap masyarakat, tetapi sekarang belum dapat terlaksana dengan baik. Untuk itu pemerintah mencanangkan *Making Pregnancy Safer* (MPS), yang pada dasarnya menekankan pada penyediaan pelayanan kesehatan maternal dan neonatal yang *cost-effective*, yaitu pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan, penanganan komplikasi obstetri dan neonatal, serta pencegahan kehamilan tidak diinginkan dan penanganan komplikasi abortus (Departemen Kesehatan RI, 2007). Nyeri persalinan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan yang terjadi selama proses persalinan. Secara fisiologi nyeri persalinan mulai timbul pada persalinan kala I fase laten dan fase aktif, pada fase aktif terjadi pembukaan mulai dari 3-10 cm. Pada primigravida kala I persalinan bisa berlangsung \pm 20 jam, pada multigravida berlangsung \pm 14 jam. Nyeri disebabkan oleh kontraksi uterus dan dilatasi serviks. Makin lama nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat, puncak nyeri terjadi pada fase aktif, dimana pembukaan lengkap sampai 10 cm. Intensitas nyeri selama persalinan mempengaruhi kondisi psikologis ibu, proses persalinan, dan kesejahteraan janin (Potter & Perry, 2005). Nyeri yang tidak cepat teratasi dapat menyebabkan kematian pada ibu dan bayi, karena nyeri menyebabkan pernafasan dan denyut jantung ibu akan meningkat yang menyebabkan aliran darah dan oksigen ke plasenta terganggu. Penanganan dan pengawasan nyeri persalinan terutama pada kala I fase aktif sangat penting, karena ini sebagai titik penentu apakah seorang ibu bersalin dapat menjalani persalinan normal atau diakhiri dengan suatu tindakan dikarenakan adanya penyulit yang diakibatkan nyeri yang sangat hebat. Banyak cara yang dapat digunakan dalam menghilangkan rasa sakit saat persalinan, cara tersebut antara lain dengan tindakan non farmakologis yang berupa pemberian aromaterapi lavender dan *massage effleurage* (Astuti, 2009). Angka kematian ibu Provinsi Sumatera Utara tahun 2012 berdasarkan laporan dari kabupaten/kota sebesar 116,34/100.000 kelahiran hidup, mengalami peningkatan bila dibandingkan dengan AKI pada tahun 2011 sebesar 116,01/100.000 kelahiran (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2012). Aromaterapi lavender merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan Lavender dimana bunganya berwarna lembayung muda, memiliki bau yang khas dan lembut sehingga dapat membuat seseorang menjadi rileks ketika menghirup aroma lavender (Mac Kinnon, 2004). Aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks. Minyak esensial lavender dapat mengurangi kecemasan. Pemijatan dengan menggunakan lavender akan mengurangi tingkat kecemasan pada pasien ibu dalam masa persalinan. Wanita yang sedang menjalani persalinan, berendam dengan menggunakan

minyak lavender dapat mengurangi rasa nyeri pada daerah perineum dan mengurangi kegelisahan (Hale, 2008). *Massage* atau pijatan pada abdomen (*effleurage*) adalah bentuk stimulasi kulit yang digunakan selama proses persalinan dalam menurunkan nyeri secara efektif. *Effleurage* adalah teknik pemijatan berupa usapan lembut, lambat, dan panjang atau tidak putus-putus. Teknik ini menimbulkan efek relaksasi. Dalam persalinan, *effleurage* dilakukan dengan menggunakan ujung jari yang lembut dan ringan. Lakukan usapan dengan ringan dan tanpa tekanan kuat, tetapi usahakan ujung jari tidak lepas dari permukaan kulit (Baughman, 2010).

2. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimanakah efektifitas aromaterapi lavender dan *massage effleurage* terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif primigravida di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane?.

3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas aromaterapi lavender dan *massage effleurage* terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif primigravida di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane.

4. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah untuk memberikan informasi mengenai efektifitas aromaterapi lavender dan *massage effleurage* terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif primigravida dan memberikan dasar dan acuan penelitian berikutnya terutama tentang efektifitas aromaterapi lavender dan *massage effleurage* terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif primigravida.

II. METODE

2.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif, eksperimen semu yang bertujuan untuk mengetahui keefektifan aromaterapi lavender dan *massage effleurage* dalam menurunkan tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Quasi Eksperimental* dengan *Pre and post test without control* (Kontrol diri sendiri), yang artinya peneliti hanya melakukan intervensi pada satu kelompok tanpa pembandingan. Efektifitas perlakuan dinilai dengan cara membandingkan nilai post test dengan pre test (Dharma 2011).

2.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane bulan September 2021.

2.3 Populasi dan Sampel

Populasi

Menurut Saryono (2011), populasi merupakan keseluruhan sumber data yang diperlukan dalam suatu penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah Pasien yang berada di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane. Berdasarkan data sekunder yang didapat, bahwa jumlah pasien selama periode Juli-September tahun 2021 sebanyak 163 orang, jadi rata-ratanya 54 pasien/bulan.

Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang diambil dengan menggunakan teknik *sampling*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan *Non Probability Sampling* berupa teknik *Consecutive sampling*. Sampel merupakan bagian dari populasi yang diambil dengan menggunakan teknik *sampling* adalah cara pengambilan sampel yang dilakukan dengan memilih sampel yang memenuhi kriteria penelitian sampai kurun waktu tertentu sehingga jumlah sampel terpenuhi (Hidayat, 2007).

Dalam penelitian ini jumlah sampel yang digunakan yaitu 48 pasien di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane.

1. Kriteria inklusi

- 1) Pasien kala I fase aktif
- 2) Primigravida
- 3) Belum pernah dilakukan *massage effleurade* atau pemberian aroma terapi lavender
- 4) Pasien tidak terpengaruh obat analgesik
- 5) Bersedia menjadi subjek penelitian
- 6) Responden berada di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane.

2. Kriteria inklusi

- 1) Multipara
- 2) Keadaan yang tiba-tiba menjadi patologis atau ibu yang tiba-tiba masuk kala II sebelum dilakukan perlakuan
- 3) Pasien dengan gangguan kontraksi
- 4) Pasien alergi bau lavender

2.4 Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan salah satu unsur yang penting dalam suatu penelitian. Hal ini dilakukan untuk memperoleh bahan – bahan relevan dan akurat dalam mendapatkan hasil pengukuran yang memuaskan dalam penelitian. Metode pengumpulan data terdiri dari prosedur administrasi dan pengumpulan data.

1. Prosedur Administrasi

Prosedur administrasi terdiri dari prosedur surat menyurat dari institusi pendidikan ke tempat penelitian. Langkah – langkahnya antara lain :

- 1) Peneliti mengajukan surat permohonan melalui kepada Ketua Program Studi D-3 Kebidanan Sekolah Tinggi Nurul Hasanah Kutacane
- 2) Peneliti mengajukan surat permohonan ijin melalui pengambilan data di tempat penelitian yang ditujukan kepada Direktur Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane.

III. HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane. Dalam penelitian ini jumlah sampel yang digunakan yaitu 48 pasien di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane.

1.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Data penelitian mengenai usia responden dikategorikan menjadi 3 tingkat yaitu usia <20 tahun, 20-35 tahun, dan >35 tahun. Distribusi frekuensi usia responden dapat dilihat secara rinci pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pada Pasien Persalinan Kala I Primigravida di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane (n=48)

No	Usia	Frekuensi	Persentase
1.	< 20 tahun	3	6.25
2.	21-35 tahun	45	93.75
3.	> 36 tahun	0	0,00
Total		48	100,00

Tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden yang melahirkan normal di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane dengan persentase tertinggi yaitu pada usia 21-35 tahun sebanyak 45 responden (93,75%). Sedangkan pasien melahirkan berusia < 20 tahun yaitu sebanyak 3 responden (6,25%).

1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Pendidikan pada penelitian ini diukur berdasarkan pendidikan terakhir yang ditempuh oleh responden. Riwayat pendidikan responden dibagi menjadi lima, yaitu: tidak sekolah, lulus SD, lulus SMP, lulus SMA dan lulus Perguruan Tinggi. Distribusi frekuensi tingkat pendidikan responden dapat dilihat secara rinci pada tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Pada Pasien Persalinan Kala I Primigravida di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane (n=48)

No	Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase
1.	SD	2	4.16
2.	SMP	17	35.42
3.	SMA	26	54.17
4.	Perguruan Tinggi	3	6.25
Total		48	100,00

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat pendidikan responden paling banyak yaitu responden dengan tingkat pendidikan akhir SMA yaitu 26 responden (54,17%), responden dengan tingkat pendidikan akhir SMP sebanyak 17 responden (35,42%), responden dengan tingkat pendidikan terakhir Perguruan tinggi sebanyak 3 responden (6,25%), sedangkan responden dengan tingkat pendidikan terakhir SD sebanyak 2 responden (4,16%).

1.3 Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Primigravida Sebelum Diberi Aromaterapi Lavender dan *Massage Effleurage*

Tingkat nyeri pada responden dibagi menjadi lima, yaitu: tidak ada nyeri, nyeri ringan, nyeri sedang, nyeri berat dan nyeri tidak tertahankan. Distribusi frekuensi tingkat nyeri responden dapat dilihat secara rinci pada tabel 3.

Tabel 3. Tingkat Nyeri Pada Pasien Persalinan Kala I Primigravida Sebelum Diberi Aromaterapi Lavender dan *Massage Effleurage* di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane (n=48)

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Persentase
1.	Normal	0	0,00
2.	Ringan	0	0,00
3.	Sedang	15	31.2
4.	Berat	33	68.8
Total		48	100,00

Tabel 3 menunjukkan tingkat nyeri persalinan sebelum diberikan aromaterapi lavender dan *massage effleurage* adalah dengan tingkat nyeri sedang sebanyak 15 orang (31.2%) dan nyeri berat sebanyak 33 orang (68.8%).

3.4 Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Primigravida Sebelum Diberi Aromaterapi Lavender dan *Massage Effleurage*

Tingkat nyeri pada responden dibagi menjadi lima, yaitu: tidak ada nyeri, nyeri ringan, nyeri sedang, nyeri berat dan nyeri tidak tertahankan. Distribusi frekuensi tingkat nyeri responden dapat dilihat secara rinci pada tabel 4.4.

Tabel 4. Tingkat Nyeri Pada Pasien Persalinan Kala I Primigravida Sesudah Diberi Aromaterapi Lavender dan *Massage Effleurage* di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane (n=48)

No	Tingkat Nyeri	Frekuensi	Persentase
1.	Normal	0	0,00
2.	Ringan	18	37.5
3.	Sedang	23	47.9
4.	Berat	7	14.6
Total		48	100,00

Tabel 4 menunjukkan tingkat nyeri persalinan sesudah diberikan aromaterapi lavender dan *massage effleurage* adalah dengan tingkat nyeri ringan sebanyak 18 orang (37.5%), nyeri sedang sebanyak 23 orang (47.9%) dan nyeri berat sebanyak 7 orang (14.6%).

1.5 Efektifitas Aromaterapi Lavender dan *Massage Effleurage* Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif

Data tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif sesudah diberikan aromaterapi lavender dan *massage effleurage* lebih rendah dari pada sebelum diberikan aromaterapi lavender dan *massage effleurage* serta analisa efektifitas aromaterapi lavender dan *massage effleurage* terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif, secara rinci dapat dilihat pada tabel 4.5.

Tabel 5. Efektifitas Lavender dan *Massage Effleurage* Terhadap Tingkat Nyeri Pada Pasien Persalinan Kala I Primigravida Yang Diberi Aromaterapi Lavender dan *Massage Effleurage* di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane (n=48)

Tingkat Nyeri Pada Pasien	N	Mean	P value
Sebelum intervensi	48	38.5000	0.02
Sesudah intervensi	48	37.5225	

Tabel 5 menunjukkan hasil analisis rata - rata tingkat nyeri pada persalinan Kala I Primigravida sebelum diberi aromaterapi lavender dan *massage effleurage* sebesar 38.5000. Rata - rata tingkat nyeri pada persalinan Kala I Primigravida sesudah diberi aromaterapi lavender dan *massage effleurage* sebesar 37.5225. Berdasarkan hitungan matematis selisih penurunan rata – rata tingkat nyeri pada pasien persalinan Kala I Primigravida sebelum dan sesudah diberi aromaterapi lavender dan *massage effleurage* adalah 0,9775. Dengan menggunakan uji statistik *Paires Samples T Test* diperoleh nilai $p = 0,02$ ($\alpha < 0,05$), penelitian ini meneunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender dan *massage effleura* sangat efektif pada penurunan tingkat nyeri pada pasien Kala I Primigravida di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan tentang penurunan tingkat nyeri persalianan sebagai berikut:

1. Tingkat nyeri persalinan sebelum diberikan aromaterapi lavender dan *massage effleurage* adalah dengan tingkat nyeri sedang sebanyak 15 orang (31.2%) dan nyeri berat sebanyak 33 orang (68.8%).
2. Tingkat nyeri persalinan sesudah diberikan aromaterapi lavender dan *massage effleurage* adalah dengan tingkat nyeri ringan sebanyak 18 orang (37.5%), nyeri sedang sebanyak 23 orang (47.9%) dan nyeri berat sebanyak 7 orang (14.6%).

3. Dengan menggunakan uji statistik *Paires Samples T Test* diperoleh nilai $P=0,02$ ($\alpha < 0,05$), penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender dan *massage effleura* sangat efektif pada penurunan tingkat nyeri pada pasien Kala I Primigravida di Rumah Sakit Nurul Hasanah Kutacane.

DAFTAR PUSTAKA

- Arief Mansjoer, 2011. Kapita selekta Kedokteran.
- Arikunto, 2007. *Prosedur Penelitian Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar S. 2011. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Jakarta: Pustaka PelajarAstuti, R. (2009). *Pengaruh aromaterapi terhadap nyeri persalinan kala I di bidan praktik swasta kecamatan Polokarto*. Skripsi. Universitas Jenderal Soedirman.
- Datak, G (2008). *Perbedaan Rileksasi Benson Terhadap Nyerp Pasca Bedah Pada Pasien Transurethral Resection Of The Prostate di Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati*. Tesis: Universitas Indonesia.
- Handayani. (2011). *Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Nyeri Persalinan Primipara Kala I Persalinan Fisiologis*. Skripsi Universitas Jendral Soedirman.
- Hariani, R. (2011). *Pengaruh Massage Terhadap Nyeri Persalinan*. Skripsi Universitas Jenderal Soedirman.
- Hermawati. (2009). *Hubungan Antara Kecemasan Pada Kehamilan Akhir Triwulan Tiga Dengan Lama Persalinan Pada Ibu Yang Melahirkan Anak Pertama*. Sripsi: Universitas Indonesia.
- Hidayat, A. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan dan Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Indrati, D. (2009). *Efektifitas Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri dan Kecemasan Persalinan Kala I di Rumah Sakit dan Klinik Bersalin Purwokerto*. Skripsi: Universitas Indonesia.

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
03 Oktober 2021	18 Oktober 2021	10 November 2021	Ya