



Volume 13 Nomor 2 (2023) 144-149

# JURNAL KEBIDANAN

p-ISSN: 2089-7669 ; e-ISSN: 2621-2870

<https://doi.org/10.31983/jkb.v13i2.10095>



## The Effect of Lavender Aromatherapy on Reducing the Intensity of Labor Pain in the 1st Active Phase

Yulinda Laska, Ridni Husna, Masdalena Siregar, Shapna Lina Hariyati  
*Department of Midwifery, Awal Bros University Batam, Indonesia*  
Jl. Abulyatama, Belian, Batam Kota, Batam, Kepulauan Riau, Indonesia

Corresponding author: Yulinda Laska  
Email: [yulinda@univawalbros.ac.id](mailto:yulinda@univawalbros.ac.id)

Received: July 25th, 2023; Revised: October 13th 2023; Accepted: October 27th 2023

### ABSTRACT

Labor is a physiological process, labor pain causes worry, panic, depression and delays the progress of the labor process. Labor pain can be reduced using pharmacological and non-pharmacological methods. One nonpharmacological method is to use aromatherapy. This study aims to determine the effect of the use of lavender aromatherapy on reducing the intensity of labor pain in the active phase of the first stage of labor. Methods: This was a quasy experimental study with a one group pretest-posttest without control approach. The population in this study involved all women in labor in March 2023 at the Private Practice Midwives in the work area of Puskesmas Botania *CHC*, Batam City, Riau Island. The number of samples was 30 women who were selected with the Total Sampling technique. The instrument used was the NRS pain scale observation sheet, and use defuser with lavender essential oil 4 drop in 300 waters. Data analysis applied the Wilcoxon test. Results: The results showed that the mean scores of intensity of labor pain in the active phase of the first stage of labor before and after lavender aromatherapy administration were 5,83 and 4,97, respectively. The result of the analysis obtained a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). Conclusion: There is an effect of lavender aromatherapy on pain intensity in phase I active labor.

Keywords: aromatherapy; lavender; labor pain; 1<sup>st</sup> active phase

### Pendahuluan

Secara fisiologis nyeri persalinan terjadi ketika otot-otot rahim berkontraksi sebagai upaya membuka serviks dan mendorong kepala bayi kearah panggul[1]. Proses melahirkan ini beberapa menganggap suatu hal yang menyakitkan karena nyeri yang dirasakan tapi juga membahagiakan karena kelahiran dari bayi. Persepsi kesakitan terhadap nyeri persalinan menyebabkan kekhawatiran, panik, depresi dan kemajuan proses persalinan yang terlambat. Menurut Rohani et al pada[2] mengatakan kondisi psikologis ibu hamil yang ketakutan merupakan faktor utama yang menyebabkan rasa nyeri dalam persalinan, yang seyogyanya normal dan tanpa rasa nyeri yang berarti. Ketakutan mempunyai pengaruh yang tidak baik pula terhadap his dan lancarnya pembukaan.

World Health Organization (WHO) memperkirakan setiap tahun terdapat 10 juta kehamilan di seluruh dunia dan 20 juta perempuan mengalami nyeri saat persalinan. Data pada artikel Jepang menyebutkan bahwa 77,8% wanita di Prancis mengalami nyeri persalinan, 61% di Inggris, 26% di Norwegia sedangkan di Jepang nyeri persalinan hanya 5,2% [3]. Kejadian nyeri pada ibu bersalin di Indonesia sangat bervariasi, 15% ibu mengalami nyeri ringan, 35% mengalami nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat. Sebanyak 67% ibu merasa khawatir terhadap nyeri pada saat persalinan dan sebanyak 20% hingga 50% persalinan di rumah sakit swasta di Indonesia dilakukan dengan operasi caesar untuk menghindari rasa nyeri saat melahirkan [4]. AKI Provinsi Kepulauan Riau pada 5 (lima) tahun terakhir yaitu

dari tahun 2015 sampai dengan 2019 masih fluktuatif dan cenderung mengalami penurunan dalam 3 (tiga) tahun terakhir. Pada tahun 2019, AKI Provinsi Kepulauan Riau yaitu 98,3 per 100.000 kelahiran hidup. Kematian ibu bisa terjadi karena banyak hal dikarenakan proses kehamilan itu sendiri meningkatkan risiko kesakitan dan kematian. Kematian ibu di Provinsi Kepulauan Riau Tahun 2019 masih didominasi oleh penyebab langsung yaitu pendarahan dan hipertensi dalam kehamilan/sekitar 64% [5].

Nyeri pada persalinan dapat dikurangi dengan menggunakan metode farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu metode nonfarmakologi yang saat ini populer dilakukan adalah aromaterapi, wangi aromaterapi akan diteruskan oleh nervus olfaktorius menuju bagian otak kecil, yaitu nukleus raphe yang kemudian akan melepaskan neurokimia serotonin. Serotonin bekerja sebagian neuromodulator untuk menghambat informasi nosiseptif dalam medula spinalis. Neuromodulator ini menutup mekanisme pertahanan dengan cara menghambat pelepasan substansi P di dalam kornu dorsalis. Pelepasan neurotransmitter substansi P menyebabkan transmisi sinaps dari saral perifer (sensor) ke saral traktus spinotalamikus. Hal ini memungkinkan impuls nyeri ditransmisikan lebih jauh ke dalam sistem saraf pusat. Penghambatan serabut saraf yang mentransmisikan nyeri (nosiseptif) akan membuat impuls nyeri tidak dapat melalui sel transmisi (sel T), sehingga tidak dapat diteruskan pada proses yang lebih tinggi di korteks somatosensors, transisional, dan sebagainya. Minyak esensial meningkatkan aktivitas serat saraf aferen untuk mengurangi persepsi nyeri dengan cara menutup gate/ gerbang nyeri (FM T, 1997 dalam [6]). Inhalasi terhadap minyak esensial 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 (Jaelani, 2009 dalam [7])

Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap ibu bersalin di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Botania dari Tahun 2022 sebanyak 10 orang, 8 diantaranya. Para ibu mengatakan tidak tahan dengan nyeri setiap kontraksi datang terutama pada kala pembukaan. Ibu merasakan nyeri di bagian perut, pinggang, punggung dan menjalar ke tulang belakang. Di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Botania, asuhan yang diberikan pada ibu bersalin

untuk menurunkan intensitas nyeri dengan memberikan sentuhan ringan pada punggung ibu, menganjurkan ibu untuk miring kiri dan memberikan afirmasi positif pada ibu.

Aromatherapy merupakan salah satu metode nonfarmakologi yang bermanfaat untuk mengurangi nyeri persalinan, sebuah terapi komplementer yang melibatkan penggunaan wewangian berasal dari minyak esensial. Aromatherapy juga dapat digunakan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan saat persalinan, sebab Aromatherapy mampu memberikan sensasi yang menenangkan diri dan otak, serta stress yang dirasakan Terapi komplementer pemberian aromaterapi lavender belum pernah diberikan kepada ibu yang bersalin di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Botania. Tujuan penelitian ini adalah pengaruh penggunaan aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif

### Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan eksperimen semu (*quasy experiment*), dengan pendekatan *one group pretest posttest without control*. Penelitian ini dilakukan terhadap ibu yang akan bersalin di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Botania, dari bulan Februari-April 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin Di PMB Wilayah Kerja Puskesmas Botania pada Bulan Maret - April Tahun 2023 yang berjumlah 30 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 Responden. data dianalisis dengan univariat yaitu frekuensi dan presentase dari setiap variabel dan kemudian dilanjutkan dengan analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon dengan nilai  $p$ -value  $< 0.05$

Penatalaksanaan pada penelitian ini telah terdaftar pada komisi etik dengan no KEPK: 009/UAB1.20/SR/KEPK/03.23. Aromaterapi diberikan menggunakan Diffuser yaitu alat yang digunakan untuk mengubah minyak aromaterapi menjadi uap dan di sebar ke seluruh ruangan. Pemberian aromaterapi dengan cara 4 tetes aromaterapi dilarutkan dalam 300 ml air dan dilarutkan secara terus menerus selama ibu dalam proses persalinan menggunakan difuser aroma. Durasi prosedur intervensi dalam menurunkan nyeri persalinan minimal dengan durasi 15 menit. Pemberian aromaterapi dilakukan sesuai SOP yaitu: Pada saat pasien datang, setelah di anamnesis, dilakukan penilaian nyeri persalinan kala I fase

aktif (Pembukaan 4-8) saat 15 menit pertama, saat penilaian nyeri ibu diberikan intruksi untuk menarik nafas dalam dan panjang. Setelah dilakukan penilaian, ibu dipindahkan menuju ruang observasi yang telah di persiapkan. Ruang Observasi telah disediakan diffuser yang diberi 4 tetes aromaterapi yang dilarutkan dalam 300 ml air, yang telah di

hidupkan  $\pm$  5 menit sebelum pasien masuk keruangan, aromaterapi telah menyebar keseluruh ruangan. Setelah 15 menit pasien masuk ruangan observasi yang telah di berikan aromaterapi lavender, peneliti menilai kembali nyeri persalinan dan minta pasien untuk menarik nafas dalam dan panjang.

## Hasil dan Pembahasan

**Tabel 1. Hasil Karakteristik Responden Berdasarkan Usia**

No	Usia Responden	Jumlah	%
<b>USIA</b>			
1	20 – 35 tahun	28	93
2	>35 Tahun	2	7
Total		30	100
<b>PENDIDIKAN</b>			
1	SD	3	10
2	SMP - SMA	26	87
3	Perguruan Tinggi	1	3
Total		30	100
<b>GRAVIDA</b>			
1	G1	10	33
2	G2 – G3	13	44
3	G4 – G5	6	20
4	>G5	1	3
Total		30	100
<b>PEMBUKAAN SERVIKS</b>			
1	4	3	10
2	5	9	30
3	6	10	33
4	7	7	24
5	8	1	3
Total		30	100

**Tabel 2. Hasil Perbedaan Rerata Intensitas Nyeri Pada Persalinan kala 1 Fase Aktif Sebelum dan Sesudah diberikan aromaterapi Lavender**

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max	P-Value
Pretest	30	5,83	0,834	4	8	0,000
Posttest	30	4,97	0,890	4	7	

Penelitian ini menggunakan 1 kelompok tanpa kelompok kontrol. Sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender, peneliti mengukur intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif, selanjutnya responden dipindahkan keruangan intervensi untuk mendapatkan aromaterapi lavender, setelah itu dilakukan penilaian intensitas nyeri persalinan kala I kembali.

Berdasarkan Tabel 1 Didapatkan Mayoritas Responden berusia 20 – 35 tahun yaitu sebanyak 28 responden (93%), dengan usia paling muda yaitu 20 tahun dan usia paling tua berusia 39 tahun, Mayoritas Responden berpendidikan SMP – SMA yaitu sebanyak 26 responden (87%), Mayoritas Responden gravida 2 dan Gravida 3 yaitu sebanyak

13 responden (44%). Mayoritas Responden dalam pembukaan 6 cm yaitu sebanyak 10 responden (33%).

Uji Normalitas data yang dilakukan penelitian menggunakan metode *Shapiro Wilk* didapatkan *p-Value* 0,000 dengan nilai  $p < 0,05$  yang berarti tidak terdistribusi normal, dengan demikian dapat dilanjutkan dengan uji Wilcoxon

Hasil analisis pada tabel 3 dijelaskan bahwa skor rerata intensitas nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 5,83 dan skor rerata intensitas nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif setelah diberikan aromaterapi lavender adalah 4,97. Terdapat penurunan skor rerata intensitas nyeri pada

persalinan kala 1 fase aktif sebesar 0.87 setelah diberikan aromaterapi lavender.

Hasil analisis pada tabel 3 didapatkan nilai p-value 0,000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor rerata intensitas nyeri pada persalinan kala 1 fase aktif sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender. Yang berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh penggunaan aromaterapi lavender terhadap penurunan kala I Fase aktif: Dari hasil analisa didapatkan bahwa terdapat 27 responden yang memiliki nilai *Posttest* lebih rendah dari pada nilai *pretest*, sementara itu terdapat 5 responden yang tidak mengalami perubahan sehingga tidak memiliki pengaruh pada intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif setelah diberikan aromaterapi lavender.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa semua responden pada kelompok perlakuan mengalami penurunan Intesitas nyeri persalinan sebesar 0,87 Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan uji wilcoxon dapat dilihat bahwa dari 30 responden terdapat 25 responden yang mengalami penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif setelah di berikan aromaterapi lavender sementara itu 5 responden tidak mengalami perubahan intensitas nyeri. Dengan p-value  $p = 0,000$  ( $p < 0,005$ ) sehingga dapat diartikan terdapat perbedaan yang signifikan skor rerata intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif sebelum dan sesudah aromaterapi lavender.

Dari hasil uji statistik tersebut dapat diketahui  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak, artinya ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Menurut analisis peneliti, Aromaterapi Lavender dapat menghasilkan evaluasi yang baik pada ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan. Aromaterapi Lavender merupakan cara yang efisien, tanpa efek samping dan lebih menitik beratkan pada titik-titik saraf tubuh sehingga dapat digunakan sebagai solusi yang tepat dalam mengurangi nyeri persalinan Bau 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, PAG 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

medula 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 somatosensors dan transisional [8].

Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek sedatif dan anti-neurodepressive pada manusia. Karena minyak lavender dapat memberi rasa tenang, sehingga dapat digunakan sebagai manajemen stres. Kandungan utama dalam minyak lavender adalah linalool usetat yang mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang [9], selain itu, beberapa tetes minyak lavender dapat membantu menanggulangi insomnia, memperbaiki mood seseorang, menurunkan tingkat kecemasan, meningkatkan tingkat kewaspadaan, dan tentunya dapat memberikan efek relaksasi [10].

Penelitian yang dilakukan oleh Jeffrey J. Gedney, PsyD., Toni L. Glover, MA., RN, dan Roger B. Fillingim, PhD. dengan judul "Sensory and Affective Pain Discrimination After Inhalation of Essential Oils". Dalam studi ini didemonstrasikan bahwa inhalasi dari minyak esensial lavender dan rosemary tidak menemukan hasil adanya efek analgesik. Tetapi evaluasi subjek secara retrospektif dari pengaruh aroma terhadap perubahan intensitas nyeri dan nyeri yang tidak mengenakkan menunjukkan mereka memperoleh manfaat yang menguntungkan, khususnya untuk lavender. Jadi dalam evaluasi klinis secara retrospektif tentang efektivitas treatment, aromaterapi dapat menimbulkan perubahan hubungan klinis pada laporan pasien mengenai rasa nyeri. Oleh karena itu kecenderungan Efek samping yang diperoleh dari penelitian ini adalah bahwa aromaterapi dapat membantu dalam terapi yang berhubungan dengan nyeri dan adanya kerusakan jaringan [11].

Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin didapatkan Ibu bersalin sebelum mendapatkan perlakuan dengan aromaterapi lavender sebagian besar mengalami nyeri sedang sebanyak 29 responden (87,9%) [12]. Terjadinya penurunan skala nyeri setelah diberikan aromaterapi lavender karena wangi yang dihasilkan aromaterapi lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami [12].

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan [13] dengan judul Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif, didapatkan hasil sebagian besar (81%) ibu bersalin mengalami nyeri berat sebelum diberikan Aromaterapi lavender, dan sebagian besar (79%) ibu bersalin mengalami nyeri sedang setelah diberikan Aromaterapi lavender. Dari statistik dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara tingkatan nyeri sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi Coilai-0001, P 0,05), Penelitian ini juga di dukung oleh Penelitian Juliani et al (2021) juga menyatakan ada penurunan rata - rata tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender sehingga terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Raman Utara Kabupaten Lampung Timur tahun 2021 dengan p value 0,000. Peneliti mendapatkan hasil penelitian dengan respon responden yang baik terlihat dengan adanya penurunan intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif setelah di berikan aromaterapi lavender.

### Simpulan

Hasil penelitian diperoleh adanya Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri pada Persalinan Kala I Fase Aktif dengan nilai P-Value 0,000, dengan demikian peneliti berharap agar tenaga Kesehatan terkhususnya bidan dapat melakukan pendekatan yang lebih baik dengan menjalin kerjasama lintas sektoral dengan institusi pendidikan terkait agar dapat memberikan pengetahuan dan pengenalan mengenai Penurunan Intensitas nyeri dan terapi lavender bisa menjadi salah satu solusi untuk mengurangi nyeri ibu bersalin kala 1.

### Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada BPM wilayah kerja puskesmas Botania Batam Kota terutama BPM yang dijadikan lokasi Penelitian dan ibu bersalin kala I aktif yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk membantu peneliti menjadi responden yang ingin memberikan aroma terapi lavender pada ruangan bersalin.

### Daftar Pustaka

[1] Andarmoyo S, *Konsep Dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta: Arruzz

- Media, 2018.
- [2] L. O. Lathifah, N. S., & Iqmy, “Pengaruh L14 terhadap Peningkatan Kontraksi pada Kala I Persalinan,” *J. Kesehat.*, vol. 9, no. 3, pp. 433–438, 2018.
- [3] Warnock, Eleanor. 2017. *Japan by the Numbers Birth is Too Painful*. Tokyo Review.<http://www.tokyoreview.net/2017/08/japan-numbers-birth-painful-japan/>. 20 November 2017 (18:23)
- [4] J. Noviyanti, A., & Jasmi, “Faktor Fisik Dan Psikologis Ibu Bersalin Dengan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Primipara,” *J. Kesehat.*, vol. 13, no. 3, pp. 437–444, 2022.
- [5] Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau. Riau, “Profil Kesehatan Kepri.,” 2019.
- [6] H. Azizah, N., Rosyidah, R., & Machfudloh, “Efektivitas inhalasi aromaterapi lavender (*Lavendula Augustifolia*) dan neroli (*Citrus Aurantium*) terhadap penurunan nyeri proses persalinan.,” *Midwifery J. Kebidanan*, vol. 6, no. 1, pp. 26–31, 2020.
- [7] D. Pujiati, W., Nirnasari, M., Saribu, H. J. D., & Daratullaila, “Aromaterapi Kenanga Dibanding Lavender Terhadap Nyeri Post Sectio Caesaria,” *J. Keperawatan Silampari*, vol. 3, no. 1, pp. 257–270, 2019.
- [8] A. Karlina, S. D., Reksohusodo, S., & Widayati, “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender secara Inhalasi terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Fisiologis pada Primipara Inpartu Kala Satu Fase Aktif di BPM œFetty Fathiyahœ Kota Mataram,” *Maj. Kesehat. FKUB*, vol. 2, no. 2, pp. 108–119, 2015.
- [9] A. Nuraeni, R., & Nurholipah, “Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Pada Mahasiswi Tingkat II,” *J. Keperawatan Silampari*, vol. 5, no. 1, pp. 178-185., 2021.
- [10] Ernawati. S, “Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan: Literatur Review,” 2021.
- [11] M. Sagita, Y. D., & Martina, “Pemberian Aroma Terapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan,” *Wellness Heal. Mag.*, vol. 1, no. 2, pp. 151–156, 2019.
- [12] Susilarin. Dkk, “Pengaruh Pemberian Aromatherapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin,” *J. Kebidanan.*, vol. 6, no. 12, pp. 47–54, 2017.
- [13] N. Turlina, L., & Fadhilah, “Pengaruh

Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di BPM Ny. Margelina, Amd. Keb Desa Supenuh Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan,” *STIKES Muhammadiyah Lamongan*, 2017