



PENGURANGAN NYERI PERSALINAN AROMATHERAPY LAVENDER DENGAN ENDORPHIN MASSAGE

Riska Purwaning Tyas¹, Surtiningsih², Fauziah Hanum NA³

^{1,2,3} Universitas Harapan Bangsa

*Email Korespondensi: surtiningsih@uhb.ac.id

ABSTRAK

Persalinan normal merupakan suatu proses pengeluaran janin dari dalam uterus pada umur kehamilan cukup bulan yaitu 37-40 minggu tanpa adanya bantuan alat apapun yang dilakukan secara spontan. Nyeri dalam proses persalinan juga merupakan salah satu hal yang wajar yang dialami oleh ibu bersalin. Apabila hasil yang ditemukan seperti tidak adanya indikasi kegawadaruratan atau indikasi lain yang mengacu pada indikasi patologis maka termasuk kedalam kriteria persalinan normal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas pemberian asuhan komplementer berupa perpaduan antara Aromaterapi Lavender dengan Endorphin Massage pada ibu bersalin untuk mengurangi rasa nyeri persalinan.

Kata Kunci: *Bersalin, Nyeri persalinan, Aromaterapi Lavender dengan Endorphin Massage*

ABSTRACT

Normal delivery is a process of expulsion of the fetus from the uterus at term gestation, which is 37-40 weeks without the help of any tools which is done spontaneously. Pain in labor is also a natural thing experienced by mothers in labor. If the results are found such as the absence of an emergency indication or other indications that refer to pathological indications, it is included in the criteria for normal delivery. The purpose of this study was to determine the effectiveness of providing complementary care in the form of a combination of Lavender Aromatherapy with Endorphin Massage in maternity to reduce labor pain.

Keywords: *Maternity, Labor Pain, Lavender Aromatherapy with Endorphin Massage*

PENDAHULUAN

Sementara nyeri persalinan akibat kontraksi adalah kejadian yang normal dan sehat, wanita sering mengalami ketakutan saat melahirkan, yang dapat menambah stres pada situasi tersebut (Azizah et al., 2020). Menurut (Juniartati dan Widyawati, 2018), salah satu penyebab nyeri persalinan adalah tulang kemaluan mengalami tekanan yang kuat dari rahim ketika leher rahim melebar saat berkontraksi dan menarik bayi keluar. Metode farmakologi dan nonfarmakologi digunakan untuk mengobati nyeri persalinan. Manajemen nyeri farmakologis termasuk pemberian obat-obatan seperti analgesik non-narkotika dan narkotika, sedangkan

metode non-farmakologis termasuk menggunakan minyak esensial aromaterapi untuk meredakan ketidaknyamanan. (2018). Aromaterapi dianggap sebagai pengobatan tambahan untuk mengurangi keparahan nyeri persalinan tertentu, yaitu menggunakan minyak esensial yang diekstraksi dari tanaman aromatik untuk mengurangi masalah kesehatan, dan aroma yang berdampak pada otak dan relaksasi selama persalinan (Turlina dan Nurul Fadhilah, 2017). Pereda nyeri dan relaksasi adalah manfaat lavender. Lavender adalah bentuk minyak yang dapat digunakan tanpa terlebih dahulu dikombinasikan dengan minyak pembawa dan memiliki berbagai keunggulan. Ini juga merupakan jenis minyak yang paling sering digunakan dalam aromaterapi.

Turlina & Nurul Fadhilah (2017), Sari & Sanjaya (2020), Sagita & Martina (2019), Suharti (2018), Sari & Sanjaya (2019), dan lain-lain telah mengamati bahwa pemberian minyak lavender untuk aromaterapi berpengaruh pada intensitas dari nyeri persalinan. Pada primigravida, rasa sakit akan lebih buruk selama awal persalinan. Aromaterapi lavender, yang memiliki efek relaksasi pada penerima dan memfasilitasi operasi sistem, dapat mengurangi nyeri persalinan. Anda dapat menghirup aromaterapi lavender untuk mengurangi keparahan ketidaknyamanan persalinan.

Penelitian Pengaruh Pijat Endorphin terhadap Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin, menurut Khasanah & Sulistyawati (2020), mengungkapkan bahwa pijat endorfin berdampak pada keparahan nyeri persalinan pada ibu kala I untuk semua ibu bersalin. Menurut temuan penelitian, ada hubungan antara intensitas nyeri dan pijat endorphin sebelum dan setelah 5 menit pijat endorfin (p value 0,006 0,05) serta antara 15 menit pijat endorfin dan intensitas nyeri. ($p = 0,0377$ 0,05).

METODE PENELITIAN

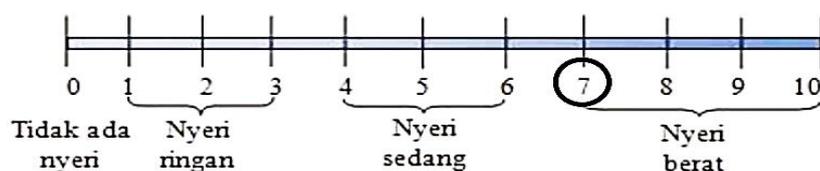
Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan metode deskriptif dan menggunakan pendekatan 7 langkah Varney yaitu :

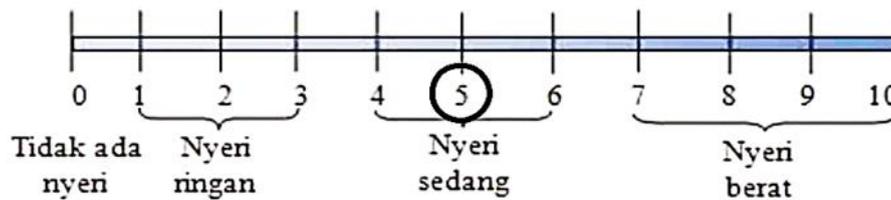
1. Mengkaji data;
2. Melaksanakan interpretasi data;
3. Melaksanakan identifikasi diagnose atau masalah potensial;
4. Melakukan antisipasi tindakan segera;
5. Melaksanakan perencanaan;
6. Melaksanakan pelaksanaan;
7. Melaksanakan evaluasi

Subjek yang diambil dalam studi kasus ini adalah ibu bersalin G1P0A0AH0 umur 26 tahun hamil 38 minggu 1 hari di wilayah kerja puskesmas Rakit 1 Banjarnegara dengan keluhan kencang-kencang dan nyeri pada tanggal 12 Maret 2022.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan di puskesmas rakit 1 didapatkan hasil yaitu, setelah pemberian Aromaterapy Lavender dengan dipadukan Endorphin Massage efektif dan aman dapat mengurangi nyeri selama proses persalinan. Perpaduan Aromatherapy Lavender dan Endorphin Massage intensitas nyeri berkurang dari 7 (nyeri berat) menjadi 5 (nyeri sedang).





PEMBAHASAN

Persalinan normal, yang terjadi antara 37 dan 42 minggu kehamilan, adalah proses pelepasan bayi melalui vagina ke dunia luar. Hal ini ditandai dengan kontraksi uterus yang mengakibatkan penipisan dan dilatasi serviks. Ibu atau janin tidak mengalami kesulitan dan bayi lahir spontan dengan sebagian kepala bagian belakang hilang (Eka Puspita, 2014). Daya sebagai faktor yang mempengaruhi persalinan Marmi (2016) menegaskan bahwa gaya mendorong bayi keluar berasal dari kontraksi rahim (HIS), kontraksi dinding rahim, kontraksi diafragma panggul, atau dari kekuatan mengejan, ketegangan, dan kontraksi ligamentum retundum. Nyeri persalinan sering dipengaruhi oleh dua variabel, faktor psikologis, faktor sosial budaya lokal, tingkat kecemasan dan ketakutan, pengetahuan dan pendidikan, pengalaman nyeri sebelumnya, persiapan persalinan, dan jaringan pendukung. Usia, paritas, ukuran janin, intensitas dan panjang persalinan, pelebaran serviks, posisi janin, fitur stadium, dan aktivitas yang dilakukan oleh profesional kesehatan adalah contoh variabel fisik (Biswan et al., 2017). efek samping nyeri persalinan Banyak variabel yang berhubungan dengan nyeri persalinan dapat mempengaruhi jalannya persalinan. Kadar katekolamin plasma meningkat sebagai akibat dari aktivasi sistem simpatis, terutama epinefrin, yang memiliki efek signifikan (Maryunani, 2015). Manajemen nyeri persalinan Menawarkan terapi farmasi dan non-farmakologis adalah salah satu cara untuk meredakan nyeri persalinan. Latihan pernapasan, sacral effleurage and pressure, hydrotherapy jets, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS), dan teknik lainnya termasuk hipnosis, pijat, akupresur, aromaterapi, yoga, dan sentuhan terapeutik adalah contoh terapi non-farmakologis (Rahmita et al., 2018).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui efektivitas kombinasi pijat endorfin dengan aromaterapi lavender dalam menurunkan nyeri pada ibu bersalin. Dari saat pasien datang sampai proses persalinan selesai, aromaterapi lavender diberikan dengan teknik inhalasi untuk menghasilkan uap menggunakan 4 tetes aromaterapi untuk 20 ml air, menghasilkan aroma yang menyenangkan. Hal ini didasarkan pada penelitian tentang manfaat pijat endorfin dan aromaterapi lavender selama persalinan, terutama tahap awal, yang harum dan segar. Pijat endorfin selama 10 hingga 15 menit juga diberikan kepada wanita yang mengalami gejala persalinan.

SIMPULAN DAN SARAN

Pengaruh pemberian asuhan komplementer berupa perpaduan antara Aromaterapi Lavender dengan Endorphin Massage terhadap nyeri persalinan dapat berpengaruh, efek minyak atsiri yang membantu ibu merasa lebih tenang dan rileks serta memberikan sentuhan atau pijatan singkat untuk melepaskan hormon endorfin yang berfungsi sebagai pereda nyeri alami, juga dapat membuat ibu merasa lebih rileks dan mengurangi nyeri persalinan. Asuhan komplementer berupa perpaduan antara Aromaterapi Lavender dengan Endorphin Massage ini dapat dijadikan alternatif penghilang rasa nyeri pada persalinan, namun untuk hasil yang lebih akurat sebaiknya memadukan asuhan komplementer antara aromaterapi dengan pijat lain seperti latihan birth ball, akupresure, hydrotherapy dan masih banyak lagi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Universitas Harapan Bangsa yang sudah memfasilitasi dalam penyusunan studi kasus dan kepada puskesmas rakit 1 yang telah memberikan izin untuk pengambilan data sehingga kegiatan penelitian ini berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Sari, eka puspita, kurnia dwi rimandini. 2014. Asuhan Kebidanan pada Persalinan Cetakan1. Jakarta : Trans Info Medika

Ari Kurniarum, S.SiT., M. K. (2016). asuhan kebidanan persalinan dan bbl komperhensif Waslia, D. (2018). LITERATUR REVIEW : TERAPI KOMPLEMENTER DALAM MENGATASI NYERI PERSALINAN (Literature Review : Complementary Therapy for Overcoming Labour Pain). Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian & Pengabdian Masyarakat (PINLITAMAS 1), [Internet]. 1(1), 502–507. Tersedia pada: <http://repository2.stikesayani.ac.id/index.php/pinlitamas1/article/download/421/378>. [Diakses 20 November 2020].

Widiastuti, Peristiowati, Y., & Farida, S. (2018). Effect of Large Compress Aroma Lavender Therapy to Intensity Scale and Old Labor of I there are Active Phase Until Second Stage in Primigravida Mother in the Region Puskesmas Pagak District Malang. *Journal for Quality in Public Health*, [Internet]. 2(1), 25–29. <https://doi.org/10.30994/jqph.v2i1.24>. Tersedia pada: <https://jqph.org/index.php/JQPH/article/view/24>. [Diakses 24 November 2020].

Yazdkhasti, M., & Pirak, A. (2016). The effect of aromatherapy with lavender essence on severity of labor pain and duration of labor in primiparous women. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, [Internet]. 25, 81–83. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1744388116300731>. [Diakses 10 Desember 2020].

Yunarsih, & Rahayu, D. (2018). PERBEDAAN TINGKAT NYERI KALA I FASE AKTIF PERSALINAN NORMAL DENGAN PEMBERIAN MASSAGE COUNTERPRESSURE DAN AROMATERAPI LAVENDER.

Susilarini, Winarsih, S., & Idhayanti, R. I. (2017). Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. *JURNAL KEBIDANAN*, [Internet]. 6(12), 47–54. Tersedia pada: <https://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/633153>. [Diakses 24 November 2020].

Khasanah, N. A., & Sulistyawati, W. (2020). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 15–21. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.43>

Fajaryani, T., Sucipto, E., & Andari, I. D. (2014). Perbedaan Tingkat Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Normal Kala I Primigravida dan Multigravida di BPM Ny.M Slerok Kota Tegal Tahun 2014. *Siklus*, 3(1), 12–26.

Fitriana, F., & Putri, N. A. (2017). Pengaruh Pijat Endorphin (Endorphine Massage) Terhadap Intensitas Nyeri Kala I pada Ibu Primipara. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 31–34.

Annisa, N. H., Idyawati, S., & Ulya, Y. (2019). Pengaruh Metode Deep Back Massage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Mahakam Midwifery Journal*, 3(1), 11–17.

Badaru, B. (2020). Teknik Dasar Massage Sport & Injury. 1–100. <http://ikor.fik.unm.ac.id>