

Efektivitas Pemberian Aroma Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan : *Systematic Literature Review*

Siti Nurkhasanah¹, Nevi Susianty²

¹Fakultas MIPA dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Riau
sitinurkhasanah@umri.ac.id¹

²Fakultas MIPA dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Riau
nevisusianty@umri.ac.id²

ARTICLE INFORMATION

Received: June, 2021

Revised: June, 2021

Available online: June, 2021

KEYWORDS/KATA KUNCI

*Aromatherapy, Lavender,
Persalinan, Sistematic Literature
Review*

CORRESPONDENCE

E-mail: novaaviantirahayu@umri.ac.id

A B S T R A C T

Labor pain is part of the normal process, but labor pain is considered the most unwanted and unpleasant aspect of the birthing experience. The aroma of lavender flowers is an aromatherapy which has the main ingredients linalyl acetate and linalool. Inhaling the scent of lavender can cause alpha waves in our brain to increase and these waves will help relax our minds. The purpose of this study was to find evidence based on the effectiveness of giving lavender aroma to the intensity of labor pain. This research method uses a systematic literature review approach and there are eight stages used in this review, namely identifying midwifery problems, priority problems and research questions, primary and secondary data frameworks, identification of relevant studies, prism flow diagrams, critical appraisal, data analysis and extraction. data. This review uses 2 databases with a period from 2010-2020. The total articles obtained were 980 articles, 11 articles were selected for review. Several articles compared the intensity of labor pain in the intervention group giving lavender aroma and without intervention and it was found that aromatherapy was an effective non-pharmacological pain management for reducing labor pain. The conclusion of this study is that giving lavender aroma is effective in reducing pain intensity during labor.

INTRODUCTION

Nyeri merupakan suatu keadaan yang tidak menyenangkan akibat terjadinya

rangsangan fisik maupun dari serabut dalam serabut saraf dalam tubuh ke otak dan diikuti oleh reaksi fisik, fisiologis maupun

emosional (Hidayat, 2008). Nyeri yang berlebihan akan menimbulkan rasa cemas yang dapat memicu produksi hormon progesteron yang dapat menyebabkan stress dan mempengaruhi kemampuan tubuh menahan rasa nyeri (Maryunani, 2016).

Persalinan merupakan proses fisiologi yang menyertai kehidupan hampir setiap wanita yang pada umumnya menakutkan, karena disertai nyeri bahkan terkadang menimbulkan kondisi fisik dan mental yang mengancam jiwa. Nyeri persalinan sendiri sebenarnya merupakan nyeri akibat kontraksi miometrium disertai mekanisme perubahan fisiologis dan biokimiawi. Di samping faktor fisik, faktor psikologis dan emosi, motivasi juga mempengaruhi timbulnya nyeri persalinan.

Nyeri persalinan adalah bagian dari proses normal. Namun nyeri persalinan dianggap sebagai aspek yang paling tidak diinginkan dan tidak menyenangkan dari pengalaman persalinan (Labrague *et al.*, 2013).

Respon fisiologis terhadap nyeri meliputi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernapasan, keringat, diameter pupil, dan ketegangan otot (Arifin, 2008).

Nyeri persalinan perlu mendapatkan penanganan yang baik dan tidak menimbulkan komplikasi yang dapat

mengganggu persalinan (Solehati *et al.*, 2018). Terdapat beberapa teknik untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu farmakologis dan nonfarmakologis (Astuti *et al.*, 2015).

Manajemen nonfarmakologi yang sering diberikan antara lain yaitu dengan meditasi, latihan autogenik, latihan relaksasi progresif, *guided imagery*, nafas ritmik, *operant conditioning*, *biofeedback*, membina hubungan terapeutik, sentuhan terapeutik, stimulus kutaneus, hipnosis, musik, *acupresure*, *aromatherapy* (Andarmoyo, 2013).

Menurut Dr. Alan Huck (*Neurology Psikiater dan Direktur Pusat Penelitian Bau dan Rasa*), aroma berpengaruh langsung terhadap otak manusia, mirip narkotika. Hidung memiliki kemampuan untuk membedakan lebih dari 100.000 bau yang berbeda yang sangat berpengaruh pada otak yang berkaitan dengan suasana hati, emosi, ingatan, dan pembelajaran. Dengan menghirup aroma lavender maka akan meningkatkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu kita untuk merasa rileks (Simkin, 2008 dalam Swandari, 2014).

Hal ini terjadi karena *aromatherapy* mampu memberikan sensasi yang menenangkan diri dan otak, serta stress yang

dirasakan (Laila 2011 dalam Swandari, 2014).

Data Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) tahun 2015, baik AKI maupun AKB menunjukkan penurunan yaitu AKI 305/100.000 kelahiran hidup dan AKB 22,23/1000 kelahiran hidup (Kemkes, 2016). Penyebab AKI tertinggi pada tahun 2013 masih sama dengan tahun sebelumnya yaitu perdarahan (30,3%), hipertensi (27,1%), infeksi (7,3%), partus lama (1,8%) dan abortus (1,3%) (Depkes, 2014).

Nyeri persalinan perlu mendapatkan penanganan yang baik dan tidak menimbulkan komplikasi yang dapat mengganggu persalinan. Oleh karena itu, perlu dilakukan *systematic review* tentang efektivitas pemberian aroma lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan.

Tujuan *systematic review* ini adalah mencari *evidence based* tentang efektivitas pemberian aroma lavender terhadap intensitas nyeri persalinan.

METHOD

Identifikasi masalah

Langkah utama dalam penyusunan *systematic review* ini adalah dengan mengidentifikasi permasalahan yang terjadi di masyarakat. Rasa sakit yang berkepanjangan selama persalinan menjadi penyebab ibu untuk memilih kelahiran

caesar. Penelitian menunjukkan bahwa bayi yang dilahirkan dengan seksio sesarea berbeda dengan bayi yang lahir alami atau per vaginam. Seksio sesaria juga dapat menyebabkan cedera substansial pada ibu (Gayiti *et al.*, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Anwar dkk tahun 2018 ada pengaruh teknik relaksasi *aromatherapy* lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan. Pemberian *aromatherapy* lavender merupakan salah satu dari terapi komplementer berupa latihan Teknik relaksasi pernapasan.

Pencarian artikel

Pencarian artikel pada 2 databases yaitu Pubmed dan ProQuest serta menggunakan sumber lain berupa *reference list*. Reference list didapatkan dari daftar referensi atau daftar pustaka pada penelitian lain yang sesuai dengan topik ataupun website resmi dari lembaga dunia maupun lembaga nasional seperti WHO dan web kementerian kesehatan. Dari 2 databases tersebut didapatkan artikel sebanyak 980 kemudian beberapa artikel yang duplikat/ sama dihapus sehingga didapatkan 698 artikel. Kemudian dilakukan penyaringan artikel lebih lanjut untuk mencari referensi yang tepat dan lengkap mengenai efektivitas *pemberian aroma lavender* terhadap

pengurangan nyeri persalinan dan didapatkan 11 artikel yang akan digunakan untuk *Systematic Review*. Pencarian artikel menggunakan kata kunci utama yaitu “Lavender Aromateraphy” dan “Labor pain”. Pemilihan artikel dilakukan dengan menggunakan/mengacu pada panduan PRISMA (Moher *et al.*, 2009).

Artikel tersebut dibatasi tahun terbit atau publish 10 tahun terakhir, artikel menggunakan bahasa inggris, Negara penelitian bukan merupakan Negara dengan konflik.

Penulis melakukan *critical appraisal* menggunakan *checklist* dari *Joanna Briggs Institute* (The Joanna Briggs Institute, 2017). Setelah melakukan *critical appraisal* terpilih 11 artikel yang berdasarkan penilaian penulis memiliki kualitas yang bagus dan sesuai dengan topik.

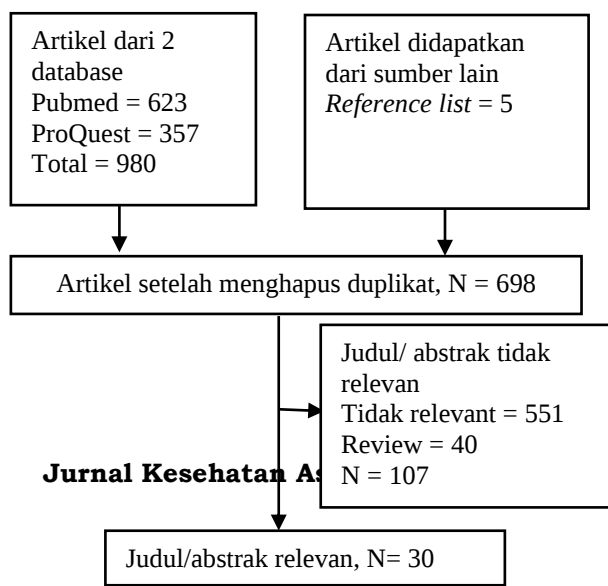
RESULT AND DISCUSSION

Penelitian yang dilakukan oleh Susilarini *et al* (2017) didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Selain itu Terapi musik religi dipercaya dapat menenangkan fisik, psikis dan spiritual yang pada akhirnya dapat menurunkan kala nyeri persalinan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Turlina & Fadhilah (2017) didapatkan hasil ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri persalinan kala I. Dalam penelitian Makvandi (2016) mengatakan bahwa Aromaterapi dengan lavender memperbaiki status kegelisahan selama persalinan dan mengurangi sekresi kortisol dari kelenjar adrenal dan meningkatkan sekresiserotonin.

Penelitian dari Restiana, dkk tahun (2015) pada 16 responden terkait efektivitas aromaterapi terhadap penurunan nyeri persalinan menunjukkan hasil nyeri yang dirasakan ibu sebelum diberikan perlakuan rata-rata 5,38 dan terjadi penurunan nyeri sebesar 1,75 atau 32,53% menjadi 3,63. Penelitian dari Karlina dkk (2014) memperoleh hasil penurunan intensitas nyeri sebanyak 39,21% dari sebelum intervensi

Gambar 1. Proses pemilihan artikel



adalah 7,65 dan sesudah diberikan intervensi menjadi 4,65.

Penelitian Tarsikah, dkk (2012) menunjukkan bahwa sebelum diberi perlakuan, dari 30 responden terdapat 8 responden kategori nyeri sedang, 21 responden kategori nyeri berat dan 1 responden kategori nyeri hebat. Selanjutnya setelah diberi perlakuan terdapat 20 responden mengalami nyeri sedang dan 10 responden nyeri berat. Hasil penelitian dari Evi, dkk (2017) selanjutnya menyebutkan bahwa sebelum dilakukan pemberian aromaterapi rata-rata intensitas nyeri ibu bersalin yaitu 7,07 kemudian sesudah diberi aromaterapi menjadi 5,53. Hasilnya adalah rata-rata penurunan intensitas nyeri yaitu 1,54 atau 21,78% (Rubianti, 2022).

Nyeri pada persalinan merupakan ketidaknyamanan terhadap respon fisiologis, yaitu proses penerimaan impuls nyeri menuju syaraf pusat dan respon psikis yang meliputi rekognosi sensasi, interpretasi rasa nyeri, dan respon terhadap hasil interpretasi nyeri (Solehati *et al.*, 2018; Bobak, Lowdermilk, & Jensen, 2004). Selain itu, nyeri juga menyebabkan perubahan afektif berupa peningkatan kecemasan disertai penyempitan lapang perseptual, mengerang, menangis, dan ketegangan otot yang sangat

pada seluruh tubuh (Bobak, Lowdermilk, & Jensen 2004).

Nyeri persalinan dapat menyebabkan hiperventilasi, sehingga meningkatkan kebutuhan oksigen dan tekanan darah serta menurunkan motilitas usus dan vesika urinaria. Kondisi tersebut akan merangsang peningkatan katekolamin yang dapat mengganggu kontraksi uterus, sehingga dapat menyebabkan inersia uteri, partus lama, oksigenasi bayi tidak adekuat hingga distress janin, serta kematian ibu dan atau janin apabila nyeri persalinan tidak ditangani (Llewlyn, 2001; Sastrawinata, 2004; Solehati *et al.*, 2018).

Selama persalinan, ibu akan mengalami nyeri dengan intensitas tinggi akibat adanya kontraksi uterus. Efek dari nyeri tersebut dapat menimbulkan stres dan akan mempengaruhi kondisi ibu dan janin. Oleh karena itu ibu bersalin sangat membutuhkan dukungan, empati dan rasa nyaman selama persalinan yang bisa didapatkan dari tenaga kesehatan maupun sumi sebagai pendamping persalinan. Kualitas dukungan yang diberikan juga akan mempengaruhi kepuasan ibu selama proses kelahiran (Oyetunde *et al.*, 2013).

Pemberian aromaterapi lavender selama 15 menit mampu menurunkan intensitas nyeri persalinan. Penghisapan

aroma yang harus dapat menyebabkan perubahan psikologis dan fisiologis manusia. Aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang alfa di dalam otak kita dan gelombang inilah yang menciptakan keadaan rileks. Karena pada saat kita menghirup aromatherapi lavender tubuh akan merangsang untuk melepaskan senyawa endorphen yang berfungsi sebagai menghilangkan rasa sakit secara alami dan aman. Selain inhalasi lavender juga dapat digunakan dengan cara massase. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sivasankari & Vanitha, (2017) bahwa minyak lavender sangat efektif, aman, dan hemat biaya yang dapat dijadikan sebagai metode non farmakologi untuk mengatasi nyeri persalinan serta dapat meningkatkan kepuasan ibu selama bersalin (Yakob, 2022).

Aroma bunga lavender merupakan aromaterapi yang memiliki kandungan utama linalyl aseton dan linalool. Dengan menghirup aroma lavender dapat menyebabkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak kita meningkat dan gelombang ini yang akan membantu merilekskan pikiran kita. (Fanda, 2019).

CONCLUSION

Pemberian aroma lavender pada ibu bersalin dapat mengurangi nyeri selama persalinan

pada fase laten, perlu diteliti lebih lanjut terkait efektifitas dan jenis *aromatherapy* lainnya untuk dapat mengurangi nyeri persalinan fase aktif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis berterima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Riau yang telah memberikan pedoman dan fasilitas kepada penulis untuk menulis ulasan ini.

REFERENCES

- Andarmoyo, S., Suharti. (2015). *Persalinan Tanpa Nyeri Berlebihan*. Yogyakarta: Ar- Ruzz Media
- Arifin. 2008. *Nyeri Haid*. Jakarta : EGC
- Hidayat, AA & Musrifatul, U 2008, *Keperawatan Dasar Praktik Klinik Kebidanan*, Jakarta : Salemba Medika
- Astuti, I. W., Utami, P. A. S., Widyanthari, D. M., & Yuwinda, N. L. P. (2015). Pengaruh Hydrotherapy Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Denpasar, 6.
- Bobak IM, Lowdermik DL, Jensen MD, Perry SE. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi ke-4. Jakarta: EGC. 2004.
- Fanda. (2019). Applies Relaxation Technique of Lavender Aromatheraphy To Client Post Sectio Caesarea With Pain. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 3, 2.
- Gayiti, M.-R.-Y., Li, X.-Y., Zulifeiya, A. K., Huan, Y., & Zhao, T.-N. (2015). Comparison of the effects of water and traditional delivery on birthing women and newborns. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*, 19(9), 1554–1558.

- Hidayat A dan Aziz A. 2008. *Keterampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Karlina, Sisca Dewi, Subandi Reksohusodo., Aris Widayati. 2014. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender secara Inhalasi terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Fisiologis pada Primipara Inpartu Kala Satu Fase Aktif di BPM “Fetty Fathiyah” Kota Mataram
- Labrague, Leodoro J., Rheajane A. Rosales, Gilbey L. Rosales, Gerald B. Fiel. (2013). Effects of soothing music on labor pain among Filipino mothers. *Clinical Nursing Studies*. 2013. Vol. 1, No.1. <http://dx.doi.org/10.5430/cns.v1n1p35>
- Makvandi. (2016). A Review of Randomized Clinical Trials on The Effect of Aromatherapy with Lavender on Labor Pain Relief. *MedCrave*. 1(3): 14- 19.
- Maryunani A. (2016). *Nyeri Dalam Persalinan*. Jakarta: Trans Info Media. Medforth, Janet, Battersby. (2017). *Dari Bidan Untuk Bidan*. Jakarta: EGC.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D.G., PRISMA Group, 2009. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS Med*. 6, e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Oyetunde, Modupe Olusola and Ogonna Eze Ojerinde. (2013). Labour pain perception and use of nonpharmacologic labour support in newly delivered mothers in Ibadan, Nigeria. *AFRICAN Journal of Midwifery and Women's Health*, October–December 2013, Vol 7, No 4
- Rubianti, Erni., Kartika Wijayanti, Rohmayanti. 2022. The Effectiveness Of Lavender Aromatherapy Against Pain In Post Sectional Cesarean Patients: Literature Review
- Sivasankari, & Vanitha, J. (2017). Effectiveness of lavender oil massage on pain perception and level of satisfaction during rst stage of labor among primipara mothers at Public Health Centre, Chennai. *International Journal of Scientific Research*, 6(3), 40–41. <https://www.worldwidejournals.com/global>
- Solehati ,Tetti., Kosasih, Cecep Eli., Jayanti, Tri Nur., Ardiyanti, Anis. Sari, Rinda Intan., Siska, Geuis Anggi., Utari, Ardhini Dwi. (2018). Terapi Non farmakologi Nyeri Pada persalinan: Systematic Review. Faculty of Nursing-Universitas Padjajaran
- Susilarini, Winarsih S, Idhayanti RI. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan Vol. 6 No.12 ISSN.2089-7669. Hal. 47-54*.
- The Joanna Briggs Institute, 2017. The Joanna Briggs Institute Critical Appraisal tools for use in JBI Systematic Reviews.
- Turlina L, Nurhayati HS. (2017). Pengaruh Terapi Murrotal Al Qur'an terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia, Vol. 1 No. 1*. Stikes Muhammadiyah Lamongan
- Yakoeb, Amanda Rapipta, Fitriana², Eka Vicky Yulivantina³, Evy Ernawati. 2022. Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) untuk Mengurangi

Nyeri Persalinan: Tinjauan
Literatur Sistematis. Journal of
Health (JoH). ISSN (*online*): 2407-
6376 | ISSN (*print*): 2355-8857