



LITERATUR REVIEW : MANAJEMEN NYERI PERSALINAN KALA I DENGAN AROMATERAPI

A LITERATURE REVIEW : MANAGEMENT OF LABOR PAIN IN THE FIRST STAGE OF LABOR WITH AROMATHERAPY

Alchalidi^{1*}, Abdurrahman², Dewita³

^{1,2}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Aceh

²Jurusan Farmasi Poltekkes Kemenkes Aceh

*E-mail: alchalidi@poltekkesaceh.ac.id

ARTICLE INFO

Kata Kunci :

Manajemen nyeri;
Nyeri persalinan;
Asuhan persalinan;
Aromaterapi

Keywords :

*Pain management;
Labor pain; Childbirth
care; Aromatherapy*

History:

Submitted 09/09/2022

Revised 04/10/2022

Accepted 09/11/2022

Published 01/12/2022

Penerbit



Politeknik Kesehatan Aceh
Kementerian Kesehatan RI

ABSTRAK

Latar Belakang: Ambang nyeri menyebabkan frekuensi nyeri yang dialami sangat beragam bagi setiap ibu bersalin. Intensitas nyeri selama persalinan akan meningkat jika ibu mengalami cemas dan takut secara berlebihan. Salah satu terapi non farmakologis untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan adalah dengan aromaterapi.

Tujuan: Literatur review ini disusun untuk mengetahui informasi tentang manajemen nyeri persalinan kala I dengan terapi aromaterapi. **Metode:** Metode review ini menggunakan metodologi berdasarkan sistematika dan pedoman review. **Hasil Penelitian:.**

Terapi komplementer non-farmakologi guna meringankan intensitas nyeri persalinan bisa dilakukan dengan aromaterapi. Aromaterapi yang sering digunakan adalah lavender, mawar, bitter orange

Kesimpulan: Pentingnya ibu hamil untuk mengetahui langkah-langkah dalam mengurangi nyeri persalinan guna menurunkan kecemasan dan ketakutan ibu akan nyeri persalinan.

ABSTRACT

Background: The pain threshold causes the frequency of pain experienced to be very diverse for every birthing mother. The intensity of pain during labor will increase if the mother experiences excessive anxiety and fear. One of the non-pharmacological therapies to reduce the intensity of labor pain is aromatherapy. **Purpose:** This literature review was compiled to find out information about the management of labor pain in the first stage of labor with aromatherapy. **Method:** This review method uses a methodology based on systematics and review guidelines. **Result:.** Non-pharmacological complementary therapy to reduce the intensity of labor pain can be done with aromatherapy. Aromatherapy that is often used is lavender, roses, bitter orange.

Conclusion: It is important for pregnant women to know the steps to reduce labor pain in order to reduce maternal anxiety and fear of labor pain.

PENDAHULUAN

Faktor yang ikut berperan dalam nyeri persalinan adalah faktor obstetri yang memengaruhi tingkat intensitas sensasi nyeri persalinan yakni paritas ibu. Selain itu juga dipengaruhi oleh faktor individu, faktor lingkungan, faktor dukungan kognitif serta faktor kultural (Syalfina 2017). Ambang nyeri menyebabkan frekuensi nyeri yang dialami sangat beragam bagi setiap ibu bersalin. Intensitas nyeri selama persalinan akan meningkat jika ibu mengalami cemas dan takut secara berlebihan. Kekhawatiran yang berlebihan mengakibatkan pengeluaran *catecholamine* berlebih dan terjadi peningkatan rangsangan dari panggul ke otak karena menurunnya aliran darah dan meningkatnya ketegangan otot (Tzeng et al. 2017).

Terdapat tiga faktor secara umum yang ikut mempengaruhi nyeri persalinan, yaitu kecemasan, ketakutan dan kekhawatiran. Durasi persalinan yang lama akan menambah kecemasan dan ketakutan ibu sehingga akan mempengaruhi aktivitas hormon oksitosin. Disamping itu, jika persalinan mengalami komplikasi dan adanya intervensi berlebihan dalam proses persalinan akan menambah kecemasan ibu (Syalfina 2017; Zulveritha, Nababan, and Hutaaruk 2021).

Penatalaksanaan nyeri persalinan dilakukan dengan berbagai macam terapi baik farmakologis maupun *non-farmakologis* yang merupakan inovasi-inovasi yang telah banyak dikembangkan. Secara umum, tujuan dari pengembangan inovasi untuk terapi manajemen nyeri *non-*

farmakologis tersebut adalah untuk menciptakan kenyamanan selama persalinan melalui pengurangan kecemasan dan ketakutan ibu. Kecemasan dan ketakutan yang berkurang akan hormon-hormon persalinan dapat bekerja dengan baik secara fisiologis. Rasa nyaman yang ditimbulkan menurunkan intensitas nyeri, sehingga ibu dapat menerima pelayanan persalinan dengan puas (Khoirunnisa', Nasriyah, and Kusumastuti 2017; Utami and Putri 2020).

METODE

Metode review ini menggunakan metodologi berdasarkan sistematika dan pedoman review. Melalui empat langkah berdasarkan beberapa standar dan pedoman literature review.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian aromaterapi memiliki kontribusi yang signifikan terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin (Yuanti and Putri 2021). Aromaterapi yang sering digunakan antara lain :

1. Aromaterapi Lavender

Intervensi aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) berperan dalam pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. Intensitas nyeri akan berkurang setelah diberikan aromaterapi lavender akibat sensasi wangi yang diakibatkan aromaterapi lavender akan merangsang talamus untuk mensekresi enkefalin yang berguna sebagai analgesik alami. Aromaterapi dengan metode inhalasi memberikan efek wewangian yang menguntungkan. Aromaterapi juga dilakukan dengan metode penghisapan

dan juga metode topikal melalui kulit. Inhalasi aromaterapi mampu mengakibatkan transformasi baik psikologis dan fisiologis ibu bersalin (Susilarini, Winarsih, and Idhayanti 2017).

Elemen dan unsur bunga lavender akan masuk ke hidung, selanjutnya diterima oleh reseptor saraf sebagai *signal* baik dan dipersepsikan sebagai aroma yang menyenangkan, sehingga mengakibatkan indera sensori aroma tersebut dapat memasuki dan mempengaruhi sistem limbik sebagai sentral emosi individu. Saraf dan pembuluh darah akan mengatur emosi menjadi lebih relaks dan menyebabkan intensitas nyeri menurun. Saat aromaterapi dihirup, zat aktif yang terkandung didalamnya akan menstimulasi hipotalamus (kelenjar hipofise) agar memproduksi hormon *endorphin* yang merupakan zat yang dapat menciptakan rasa tenang, relaks, dan bahagia (Sagita and Martina 2019).

Bunga Lavender juga memiliki komposisi zat aktif yang disebut *linalool* dan *linalyl* yang bisa berperan sebagai analgesik, serta dapat mengoptimalkan sekresi hormon *endorphin*. Ini sebagai dampak stimulasi hipotalamus oleh aromaterapi lavender yang pada akhirnya menimbulkan rasa tenang, rasa bahagia dan relaks, serta melemaskan kekakuan otot karena nyeri (Azizah, Rosyidah, and Machfudloh 2020).



Gambar: Bunga Lavender (*Lavendula Augustifolia*) (Bejar 2020; Dobros, Zawada, and Paradowska 2022)

2. Aromaterapi Mawar

Aroma melati dapat meningkatkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak yang membantu timbulnya keadaan rileks. Minyak atsiri bunga mawar mampu mengurangi intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Minyak atsiri yang berasal dari bunga mawar yang digunakan dengan cara inhalasi mampu menambah kewaspadaan, daya ingat, kecepatan berhitung serta melemaskan otot dan membuat pikiran menjadi tenang. Bunga mawar bersifat anti depresan sehingga dapat membuat psikologis menjadi tenang. Aromaterapi mampu menurunkan rasa sakit selama persalinan. Aromaterapi yang aman digunakan bagi ibu hamil dan bersalin antara lain *rose*, *jasmine*, lemon, lavender, dan *pine* (Sari and Sanjaya 2020; Sholehah, Arlym, and Putra 2020).

Bunga mawar memiliki sifat sebagai anti depresan yang mampu membuat jiwa menjadi tenang. Pemberian aromaterapi *rose effleurage* pada ibu bersalin primigravida kala I fase aktif selama dua puluh menit mampu mengurangi intensitas nyeri

persalinan. Aroma yang bersumber dari aromaterapi bekerja memengaruhi emosi individu dengan limbic (lewat sistem olfaktori) dan pusat emosi otak. Aroma dari aromaterapi diterima oleh reseptor dihidung kemudian dihantarkan ke bagian *medulla spinalis* di bagian otak. Selanjutnya, akan meningkatkan gelombang alfa di otak yang akan membantu proses relaksasi. Bunga mawar berperan sebagai *cell rejuvenator* yang menyebabkan regenerasi sel, berperan sebagai *antiseptic*, dan antiinflamasi. Aroma yang dihasilkan merupakan antidepresan, sedatif dan meminimalkan stress. Intervensi aromaterapi pada ibu bersalin mampu mengsekresi neuromodulator yaitu *endorphin* dan enkafalin yang memiliki aktivitas sebagai penghilang rasa sakit alami dan menciptakan perasaan tenang sehingga dapat berpengaruh dalam intensitas nyeri persalinan (Handayani, Mintarsih, and Rohmatin 2018; Mardiah 2020)

Adanya variasi derajat nyeri persalinan dengan memanfaatkan aromaterapi bunga mawar yang dilakukan dengan teknik nafas dalam. Penggunaan aromaterapi dengan teknik nafas dapat mengurangi intensitas nyeri pada ibu bersalin. Teknik nafas dalam yang dilakukan membuat aroma yang dihirup sampai ke sistem saraf pusat yang mengakibatkan efek relaksasi dengan merangsang talamus dan sekresi hormon *endorphine* yang menimbulkan rasa lebih rileks. Intervensi aromaterapi dengan teknik nafas dalam persalinan merupakan salah satu asuhan sayang ibu pada kala I (Mardiah 2020).



Gambar: Bunga Mawar (Boskabady et al. 2011; Mahboubi 2016)

3. Aromaterapi *Bitter Orange*

Aromaterapi *bitter orange* mampu mengurangi nyeri persalinan dan kecemasan (Astuti et al. 2015). Hasil penelitian menunjukkan aromaterapi *bitter orange* mempengaruhi neurotransmisi pusat. Hasil studi klinis menyatakan bahwa menghirup berbagai ragam minyak esensial ampuh meringankan stres psikologis, kecemasan, serta kadar kortisol. Aromaterapi *bitter orange* membuat *mood* menjadi lebih baik dan menurunkan kecemasan ketika persalinan melalui ransangan penciuman dalam sistim limbik. Minyak atsiri yang diabsorpsi dengan menghirup efek enzim dan kanal ion dan reseptor, dan akhirnya merangsang otak. Aromaterapi *bitter orange* mengurangi kecemasan dan berfungsi sebagai efek antidepresan, dan meningkatkan sirkulasi di otak. Melalui inhalasi juga memungkinkan minyak atsiri untuk melintasi penghalang darah ke otak dan berinteraksi dengan reseptor sistem saraf pusat (Nasution, Wardani, and Hamellya 2022; Soraya 2021).

Citrus Aurantium atau yang lebih dikenal dengan *bitter orange* (jeruk pahit) mengandung zat *limonene*, *linalool*, *linalyl asetat*, *geranyl asetat*, *geraniol*, *nerol*, dan *neryl acetate*. Hasil

penelitian *bitter orange* dengan menggunakan kasa yang telah direndam dalam larutan 4ml *essen citrus* didekatkan pada pasien selama 30 menit efektif menurunkan nyeri persalinan. Zat aktifnya memiliki efek menjadi *ressive*, antiseptik, antispasmodik dan obat penenang ringan. *Limonele* yang juga terkandung didalam *bitter orange* berperan dalam mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktifitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit (Ulya, Herlina, and Pratiwi 2021).

Mekanisme berikutnya *bitter orange* diduga mampu mengurangi intensitas nyeri persalinan, karena kandungan *limonene* sebagai komponen utama dalam senyawa kimia yang dapat menghambat sistem kerja protaglandin sehingga mampu meringankan nyeri dan Limonene serta siklooksigenase I dan II untuk mencegah aktivitas prostaglandin dan menurunkan rasa sakit (Afdila and Nuraida 2021).



Gambar: *Bitter Orange* (Suntar et al. 2018)

KESIMPULAN DAN SARAN

Proses persalinan akan diikuti oleh sensasi nyeri persalinan. Stress, kecemasan, dan ketakutan merupakan faktor psikologis yang berperan penting dalam mempengaruhi intensitas nyeri persalinan. Terapi komplementer non-FJK, Vol. 2 No. 2 Juli- Desember 2022

farmakologi guna meringankan intensitas nyeri persalinan bisa dilakukan dengan aromaterapi. Aromaterapi yang sering digunakan adalah lavender, mawar, *bitter orange*.

Pentingnya ibu hamil untuk mengetahui langkah-langkah dalam mengurangi nyeri persalinan. Hal ini akan mengurangi kecemasan dan ketakutan ibu akan nyeri persalinan yang akhirnya dapat mempengaruhi proses persalinan itu sendiri dan mengakibatkan terjadinya komplikasi-komplikasi seperti partus menjadi lama, penurunan bagian terbawah janin lambat, gangguan kontraksi dan lain sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdila, Reva, and Nuraida Nuraida. 2021. "Efektifitas Aroma Therapy Lemon Dan Bitter Orange Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif." *Jurnal Kebidanan Malahayati* 7(1):1-5.
- Astuti, Wiji, Heni Setyowati, Esti Rahayu, and Kartika Wijayanti. 2015. "Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri Dan Kecemasan Fase Aktif Kala 1." Pp. 371-82 in *The 2nd University Research Coloquium 2015*.
- Azizah, Nurul, Rafhani Rosyidah, and Hanik Machfudloh. 2020. "Efektivitas Inhalasi Aromaterapi Lavender (*Lavendula Augustifolia*) Dan Neroli (*Citrus Aurantium*) Terhadap Penurunan Nyeri Proses Persalinan." *Midwiferia Jurnal Kebidanan* 6(1):26-31.
- Bejar, Ezra. 2020. "Adulteration of English Lavender (*Lavandula Angustifolia*) Essential Oil." *Botanical Adulterants Prevention*

- Bulletin* 1(July):543–80.
- Boskabady, Mohammad Hossein, Mohammad Naser Shafei, Zahra Saberi, and Somayeh Amini. 2011. "Pharmacological Effects of Rosa Damascena." *Iranian Journal of Basic Medical Sciences* 14(4):295–307.
- Dobros, Natalia, Katarzyna Zawada, and Katarzyna Paradowska. 2022. "Phytochemical Profile and Antioxidant Activity of Lavandula Angustifolia and Lavandula x Intermedia Cultivars Extracted with Different Methods." *Antioxidants* 11(711):1–16.
- Handayani, Ridha Sofia, Wiwin Mintarsih, and Etin Rohmatin. 2018. "Massage Effleurage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif." *Midwife Journal* 4(02):66–72.
- Khoirunnisa', Fania Nurul, Nasriyah Nasriyah, and Diah Andriani Kusumastuti. 2017. "Karakteristik Maternal Dan Respon Terhadap Nyeri Persalinan." *Indonesia Jurnal Kebidanan* 1(2):93.
- Mahboubi, Mohaddese. 2016. "Rosa Damascena as Holy Ancient Herb with Novel Applications." *Journal of Traditional and Complementary Medicine* 6(1):10–16.
- Mardiah, Ainal. 2020. "Perbedaan Sensasi Nyeri Menggunakan Aromaterapi Bunga Mawar Dengan Teknik Nafas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I." *Human Care Journal* 5(4):1108–12.
- Nasution, Yulida Efendi, Fina Kusuma Wardani, and Putri Hamellya. 2022. "BITTER ORANGE AROMATHERAPY FOR REDUCING LABOR PAIN IN ACTIVE PHASE I." *Jurnal Kebidanan Malahayati* 8(1):17–24.
- Sagita, Yona Desni, and Martina. 2019. "Pemberian Aromaterapi Terhadap Lavender Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan." *Wellness and Healthy Magazine* 2(1):151–56.
- Sari, Pebi Nelia, and Riona Sanjaya. 2020. "Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan." *Majalah Kesehatan Indonesia* 1(2):44–49.
- Sholehah, Keke Susilowati, Lisa Trina Arlym, and Ashar Nuzulul Putra. 2020. "Pengaruh Aromaterapi Minyak Atsiri Mawar Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di Puskesmas Pangalengan Kabupaten Bandung." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 12(1):39–51.
- Soraya, Sonya. 2021. "Pengaruh Pemberian Inhalasi Aromaterapi Lemon Citrus Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 13(2):184–91.
- Suntar, Ipek, Haroon Khan, Seema Patel, Rita Celano, and Luca Rastrelli. 2018. "An Overview on Citrus Aurantium L.: Its Functions as Food Ingredient and Therapeutic Agent." *Oxidative Medicine and Cellular Longevity* 2018(1):1–12.
- Susilarini, Susilarini, Sri Winarsih, and Ribkha Itha Idhayanti. 2017. "Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin." *Jurnal Kebidanan* 6(12):47.
- Syalfina, Agustin Dwi. 2017. "Faktor Risiko Dan Penanganan Nyeri Persalinan." *Hospital Majapahit* 9(2):78–89.
- Tzeng, Ya Ling, Ya Ling Yang, Pi Chao

- Kuo, Ya Chuan Lin, and Shu Ling Chen. 2017. "Pain, Anxiety, and Fatigue During Labor: A Prospective, Repeated Measures Study." *The Journal of Nursing Research* 25(1):59-67.
- Ulya, Yadul, Siskha Maya Herlina, and Yopi Suryati Pratiwi. 2021. "Aromaterapi Bitter Orange (Citrus Aurantium) Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif." *Journal of Fundus* 1(1):16-21.
- Utami, Fitria Siswi, and Intan Mutiara Putri. 2020. "Penatalaksanaan Nyeri Persalinan Normal." *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram* 5(2):107.
- Yuanti, Yocki, and Cindy Ria Aprilia Putri. 2021. "Efektifitas Aromaterapi Dan Pendamping Persalinan Terhadap Nyeri Persalinan." *Jurnal Ayurveda Medistra* 3(1):11-15.
- Zulveritha, Dawson, Nurlela M. Nababan Nababan, and Trimey Liria Hutaauruk. 2021. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Persepsi Ibu Hamil Tentang Nyeri Persalinan Di Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung." *Stindo Profesional* 7(3):60-69.