

**PERBANDINGAN MASSAGE COUNTERPRESSURE DAN MASSAGE COUNTER
PRESSURE MENGGUNAKAN MINYAK ESENSIAL LAVENDER TERHADAP
TINGKAT NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF**

Nina Fitri¹⁾ Dwi Nadia Emilda²⁾

¹Fakultas Kesehatan, Universitas Fort De Kock, Bukittinggi, Sumatera Barat Indonesia

Email: ninafitri54@gmail.com

²Fakultas Kesehatan, Universitas Fort De Kock, Bukittinggi, Sumatera Barat Indonesia

Email : dwinadia@gmail.com

ABSTRACT

Counterpressure massage and counterpressure massage with lavender essential oil are effective to increase relaxation and comfort for the mother. This study aimed to determine The Comparison of Counterpressure Massage and Counterpressure Massage with Lavender Essential Oil toward First Active Labor Pain Levels in BPS Bunda Bukittinggi 2020. The type of this research was Quasi Experiment with Non-Equivalent Control Group by giving different treatment to the experimental group with the control group. It was conducted on July . The populations of this research are 53 people. Then, 20 people were chosen as the samples by using purposive technique sampling. The data were analyzed by using Independent T-test. The results of this research showed that the average rate of labor pain by giving counterpressure massage was 5. In short, it can be concluded that counterpressure massage with lavender essential oil is more effective than counterpressure massage to reduce labor pain. Then, it is expected to BPM Bunda to develop non-pharmacological techniques to reduce labor pain levels such as counterpressure massage with lavender essential oil for maternal care. It is expected to conduct further research on the comparison of counterpressure massage using other essential oils whose properties are able to block pain.

Keywords : Counterpressure Massage, Lavender Essential Oil, Labor

Reference : 37 (2005-2018)

ABSTRAK

Massage counterpressure dan massage counterpressure menggunakan minyak esensial lavender yang dapat membantu meningkatkan relaksasi dan kenyamanan pada ibu bersalin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan massage counterpressure dan massage counterpressure menggunakan minyak esensial lavender terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif di BPS Bunda kota Bukittinggi. Jenis penelitian ini adalah Quasi Eksperimen dengan desain Non-Equivalent Control Group yaitu memberikan perlakuan yang berbeda kepada kelompok eksperimen sama kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli, populasi pada penelitian ini berjumlah 53 orang dengan jumlah sampel 20 orang teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling. Uji statistic menggunakan uji T-test Independent. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri persalinan yang diberikan intervensi massage counterpressure adalah 5 (nyeri sedang), rata-rata tingkat nyeri persalinan yang diberikan intervensi massage counterpressure menggunakan minyak esensial lavender adalah 3,4 (nyeri ringan). Dapat disimpulkan bahwa massage counterpressure menggunakan minyak esensial lavender lebih efektif dibandingkan massage counterpressure untuk mengurangi tingkat nyeri persalinan. Hendaknya di BPS Bunda dapat mengembangkan teknik non farmakologi terhadap penurunan tingkat nyeri persalinan seperti massage counterpressure menggunakan minyak esensial lavender untuk penerapan asuhan sayang ibu. Keywords : Counterpressure Massage, Lavender Essential Oil, Labor

Reference :37 (2005-2018)

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator yang peka dalam menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Semakin tinggi AKI menunjukkan bahwa kualitas pelayanan kesehatan ibu masih perlu mendapatkan perhatian yang khusus. Secara global AKI masih tinggi. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2015) AKI di dunia sebanyak 303.000 jiwa, dimana mayoritas dari jumlah tersebut terjadi di negara berkembang. Berdasarkan laporan tersebut Indonesia berada di peringkat keenam tertinggi untuk AKI di kawasan SEAR (*South East Asian Region*) dan peringkat keempat di kawasan ASEAN (*Association Of South East Asia Nations*)

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012, menyatakan AKI di Indonesia sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup (KH). Namun jika di lihat dari AKI pada tahun 2015, yaitu sebesar 305 per 100.000 KH, AKI menurun meskipun tidak terlalu signifikan (Kemenkes RI, 2016).

AKI di Provinsi Sumatra Barat pada tahun 2015 sebesar 111 per 100.000 KH, sedangkan pada tahun 2017 AKI berjumlah 107 per 100.000 KH, yang terdiri dari kematian ibu hamil sebanyak 30 orang, ibu bersalin 25 orang dan ibu nifas sebanyak 52 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatra Barat, 2017).

Beberapa faktor penyebab AKI yang masih tinggi di Indonesia diantaranya adalah perdarahan (30,3%), hipertensi (27,1%), persalinan lama (8%), infeksi (7,3%), dan lain-lain (40,8%). Dilihat dari data di atas AKI masih tinggi disebabkan oleh berbagai faktor. Persalinan lama menduduki peringkat ke-3, penyebab dari persalinan lama yaitu nyeri persalinan. Sebagian besar ibu bersalin mengalami rasa nyeri

pada waktu melahirkan, namun intensitas rasa nyeri itu berbeda pada setiap ibu. Hal ini sering dipengaruhi oleh psikologis ibu (rasa takut dan berusaha melawan persalinan) serta ada tidaknya dukungan dari keluarga selama persalinan. Kecemasan dapat mempengaruhi proses persalinan. Oleh karena itu tenaga kesehatan harus bisa memberikan penanganan secara efektif untuk mengurangi nyeri persalinan dan mencegah terjadinya komplikasi pada persalinan (Kemenkes RI, 2014).

Pada saat proses bersalin ibu akan merasakan nyeri, yang disebabkan oleh dilatasi serviks, segmen bawah rahim, adanya tahanan yang berlawanan, tarikan serta perlukaan pada jaringan otot. Rasa sakit inilah yang umum dikenal dengan istilah nyeri persalinan. Perlu di ketahui rasa nyeri atau sakit pada saat proses persalinan merupakan sebuah sinyal untuk memberitahu kepada ibu bahwa dirinya (janin) telah memasuki fase akhir dari kehamilan, yakni persalinan (Putra, 2016).

Persalinan merupakan proses pergerakan keluarnya janin, plasenta dan memberan dari dalam rahim melalui jalan lahir. Proses ini berawal dari pembukaan dan dilatasi serviks sebagai akibat kontraksi uterus dengan frekuensi, durasi dan kekuatan yang teratur. Pada proses ini ibu akan mengalami peregangan dan pelebaran pada mulut rahim. Proses ini lah yang menimbulkan nyeri persalinan, nyeri tersebut dipicu oleh adanya aktifitas besar di dalam tubuh untuk mengeluarkan bayi. Pada ibu bersalin primipara ketegangan dan ketidak tahuan menyebabkan ketakutan, kegelisaan dan stress, semua yang membuat rasa sakitnya bertambah buruk, bahkan mungkin menimbulkan sakit yang sebenarnya kemungkinan timbulnya sangat kecil. Ketika ibu sangat takut menghadapi persalinan, secara otomatis otak mengatur dan mempersiapkan tubuh untuk merasa sakit sehingga rasa sakit semakin parah

dan akhirnya ibu semakin takut (Rohani, 2014 ; Putra, 2016).

Nyeri pada saat persalinan dapat diatasi dengan dua metode yaitu *farmakologi* dan *nonfarmakologi*. Metode *farmakologi* merupakan metode menggunakan obat yang dapat mengurangi nyeri, sedangkan metode *nonfarmakologi* atau tanpa obat juga dapat membantu mengurangi rasa nyeri. Teknik ini juga dikenal sebagai terapi komplementer dan alternatif. Pijat aromaterapi merupakan metode alternatif yang dilakukan oleh bidan atau keluarga yang bertujuan untuk memberikan kenyamanan pada ibu. Penggunaan aromaterapi ini sangat berperan untuk menghasilkan relaksasi dan mengatasi nyeri pada saat persalinan (Putra, 2016). Pijat yang sering digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu *back-effluerage* dan *counturpressure*. Pijat *back-effluerage* merupakan berupa usapan lembut, lambat dan panjang atau tidak putus-putus. Pemijatan ini menggunakan telapak jari tangan. Sedangkan pijat *couterpressure* melakukan penekanan yang cukup kuat pada titik tertentu dipunggung bawah selama kontraksi. Teknik *Counter-Pressure* melakukan pemblokiran impuls nyeri yang akan ditransmisikan ke otak lebih cepat dibandingkan dengan cara kerja teknik *Back-Effleurage* yang harus melalui tahap-tahap dalam melakukan pemblokiran impuls nyeri saat kontraksi terjadi. Hal ini sangat membantu dalam mengurangi nyeri yang dirasakan, karena penekanan pada panggul dapat mengurangi regangan yang terjadi pada sakro iliaka sehingga mengurangi tegangan yang terjadi akibat penekanan internal dari kepala janin. Dengan pemberian masase dengan teknik *Counter-Pressure* dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantarkan menuju medulla spinalis dan otak, selain itu tekanan kuat pada teknik ini dapat mengaktifkan senyawa endorphine yang berada di sinaps sel-sel

saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat (Rejeki dkk, 2013 ; Yanti, 2009).

Selain itu pemijatan ini dapat dikombinasi menggunakan minyak seperti minyak jahe dan *esensial lavender* selain sebagai pelumas. Jahe mengandung senyawa anti inflamasi dan minyak volatile yang memiliki efek analgesik dan pereda nyeri. Selain tanaman jahe, lavender juga sebagai obat tradisional. Sedangkan kandungan dari minyak esensial lavender ini yaitu *linalool asetat* dan *linalyl asetat* yang bersifat sebagai *bakterisida*, *analgesik*, dan anti depresan, *antispasmodic* ketika aromaterapi dihirup oleh hidung zat-zat yang terkandung didalamnya akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormon *endorphin* karena membuat *rilex* dan menenangkan sehingga mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang. Menggunakan minyak lavender mengalami penurunan nyeri persalinan yang lebih baik dari pada kelompok intervensi yang menggunakan minyak jahe Hal ini disebabkan aromaterapi lavender dapat mempengaruhi aktivitas fungsi kerja otak melalui sistem saraf dan dapat meningkatkan produksi masa

Penelitian lain terkait dengan fenomena nyeri persalinan dengan metode *non farmokoligi* salah satunya penelitian yang dilakukan di Ruang Bersalin RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo yang berjudul “Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin” didapatkan hasil bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin dengan *p value* 0,001. Terjadinya penurunan skala nyeri setelah diberikan aromaterapi lavender karena wangi yang dihasilkan lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan *enkefalin*, yang berfungsi

untuk menghilangkan rasa sakit yang alami (Susilarini dkk, 2017).

Penelitian serupa yang dilakukan di Bidan Praktek Mandiri di Kota Pekan Baru yang berjudul “Efektifitas aromaterapi untuk menurunkan nyeri persalinan” diperoleh nilai p 0,0014 ($p < 0,05$). Hasil uji statistik menunjukkan sebelum pemberian aromaterapi nilai *mean* adalah 5,19 dan mengalami penurunan setelah pemberian aromaterapi yaitu 4,44. Sehingga dapat disimpulkan bahwa aromaterapi efektif terhadap penurunan nyeri persalinan pada kala I dengan perbedaan *mean* sebesar 0,75 (Rohmita, H, Wiji, RN, Rahmi, R. 2018). Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa *massage counterpresur* dapat mengurangi intensitas nyeri kala I persalinan. Sedangkan aromaterapy lavender juga dapat menghilangkan rasa sakit secara alami. Karena wangi yang dihasilkan lavender akan menstimulasi talamus untuk mengeluarkan *enkefalin*, yang berfungsi untuk menghilangkan rasa sakit. *Enkefalin* merupakan *neoromodulator* yang dapat menghambat nyeri. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengkombinasi *massage counterpressure* dengan minyak *esensial lavender*.

Bidan Praktek Swasta Bunda melayani pemeriksaan kehamilan dan persalinan, Berdasarkan survei data awal didapatkan jumlah ibu bersalin dari bulan November-Desember 2018 yaitu sebanyak 64 orang. Wawancara dilakukan pada 5 orang ibu post partu diruang tunggu, menyatakan bahwa mereka belum pernah mendengar tentang metode *massage* menggunakan minyak esensial untuk mengurangi intensitas nyeri persalinan. Dari pengalaman 5 orang ibu bersalin tersebut, 3 orang mengatakan bahwa selama kontraksi ibu memperoleh tindakan pijat di daerah punggung yang dilakukan oleh asisten bidan dan pendamping persalinan dan 2 orang ibu

hanya menganjurkan pendamping persalinan untuk melakukan pemijatan. Dan ibu juga mengatakan tidak tahan merasakan nyari persalinan didaera perut, punggung, dan menjalar ke pinggang bagian belakang

Berdasarkan fenomena yang ditemukan diatas, peneliti tertarik melakukan sebuah penelitian yang berjudul “Perbandingan *Massage Counterpressure* Dan *Massage Counterpressure* Menggunakan Minyak *Esensial Lavender* Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di BPS Bunda Kota Bukittinggi Tahun 2020”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* dengan desain *Non-Equivalent Control Group* yaitu memberikan perlakuan yang berbeda kepada kelompok ekaperimen sama kelompok kontrol. Perbedaan yang ingin diperoleh adalah intensitas nyeri pada kala I persalinan yang diberikan perlakuan *massage counterpressure* dan minyak esensial lavender di BPS Bunda Kota Bukittinggi tahun 2020.

Lokasi penelitian ini dilakukan di BPS Bunda Kota Bukittinggi Penelitian ini dimulai dari bulan januari tahun 2020.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua Ibu Bersalin di BPS Bunda Kota Bukittinggi yang bersalin pada bulan Januari sampai Febuari yaitu sebanyak 53 orang. Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang akan diteliti pada penelitian eksperimen jumlah sampel 20 orang (Nursalam, 2013). Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Dengan mengambil kasus atau sampel yang memenuhi kriteria. Sampel penelitian ini adalah semua ibu bersalin di BPS Bunda Kota Bukittinggi yang tafsiran persalinannya bulan Januari Tahun 2020. Teknik Pengambilan data dengan data primer

dan sekunder. Dengan analisa data univariat dan bivariate.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin primipara sebelum diberikan intervensi *massage counterpressure*.

Tabel 5.1

Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin primipara sebelum diberikan intervensi *massage counterpressure* di BPS Bunda Bukittinggi tahun 2019

Intervensi	N	Mean	SD	Min	Max
<i>Massage counterpressure</i>	10	5,8	1.13529	4	7

Berdasarkan tabel 5.1 diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri persalinan sebelum diberikan intervensi adalah 5,8 yaitu nyeri sedang sedangkan nilai nyeri Min 4 yaitu nyeri sedang dan max 7 yaitu nyeri sedang.

Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin primipara sesudah diberikan intervensi *massage counterpressure*.

Tabel 5.2

Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin primipara sesudah diberikan intervensi *massage counterpressure* di BPS Bunda Bukittinggi tahun 2019

Intervensi	N	Mean	SD	Min	Max
<i>Massage counterpressure</i>	10	5,0	1.15470	3	6

Berdasarkan table 5.2 diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri persalinan yang diberikan intervensi *massage counterpressure* adalah 5 yaitu nyeri sedang sedangkan nilai nyeri min 3 yaitu nyeri ringan dan max 6 yaitu nyeri sedang.

Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin primipara sebelum diberikan intervensi *massage counterpressure* menggunakan minyak esensial lavender.

Tabel 5.3

Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin primipara sebelum diberikan intervensi *massage counterpressure* menggunakan *minyak esensial lavender* di BPS Bunda Bukittinggi tahun 2019

Intervensi	N	Mean	SD	Min	Max
<i>Massage counterpressure menggunakan minyak esensial lavender</i>	10	6,6	.96609	5	8

Berdasarkan tabel 5.3 diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri

persalinan sebelum diberikan intervensi adalah 6,6 yaitu nyeri berat sedangkan nilai nyeri Min 5 yaitu nyeri sedang dan Max 8 yaitu nyeri berat.

Rata-Rata Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Primipara Sesudah Diberikan Intervensi *Massage Counterpressure* menggunakan minyak esensial lavender.

Tabel 5.4

Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin primipara sesudah diberikan intervensi *massage counterpressure* menggunakan *minyak esensial lavender* di BPS Bunda Bukittinggi tahun 2019

Intervensi	n	Mean	SD	Min	Max
<i>Massage counterpressure menggunakan minyak esensial lavender</i>	10	3,4	.84327	2	5

Berdasarkan table 5.4 diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri persalinan yang diberikan intervensi *massage counterpressure* menggunakan minyak esensial lavender adalah 3,4 yaitu nyeri ringan sedangkan nilai nyeri min 2 yaitu nyeri ringan max 5 yaitu nyeri sedang.

Analisa bivariate. Perbedaan rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primipara antara kelompok pemberian *massage counterpressure* dan *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender* dapat dilihat pada tabel dibawah ini

Tabel 5.5
Perbandingan yang diberikan intervensi *massage counterpressure* dan yang diberikan *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender*

Perbandingan	n	Mean	Standar Deviasi	Mean	Sig	95% Confidence Interval Of The Difference	
						Differential	Lower
<i>Massage counterpressure</i>	10	5,0	1.15470				
				1,6	0.002	.65006	2.54994
<i>Massage counterpressure</i> menggunakan minyak <i>esensial lavender</i>	10	3,4	.84327				

Berdasarkan tabel 5.5 dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri yang diberikan intervensi *massage counterpressure* adalah 5.0, sedangkan rata-rata tingkat nyeri yang diberikan intervensi *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender* adalah 3,4.

Perbedaan rata-rata kedua variabel yaitu 1,6. Setelah dilakukan uji *statistik* diperoleh nilai signifikan $0.002 < 0.05$, artinya H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkan nyeri yang diberikan intervensi *massage counterpressure* dan *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender* di kota bukitinggi

B. Pembahasan Hasil Temuan Analisa Univariat

Rata-Rata Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Primipara Sesudah Pemberian *Massage Counterpressure*.

Berdasarkan hasil penelitian yang diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri

persalinan kala I fase aktif yang diberi perlakuan *massage counterpressure* adalah 5.0000 dengan standar *deviasi* 1.15470

Massage counterpressure merupakan tekanan yang cukup kuat pada titik tertentu dipunggung bawah selama kontraksi dengan menggunakan ujung jari atau alat tertentu atau tekanan menggunakan kepala kedua tangan secara kuat. Metode ini sangat bermanfaat untuk mengurangi nyeri yang hebat terutama di daerah pinggang bagian belakang saat dimana terjadi posisi *oksipito posterior* (Yanti, 2009).

Hasil penelitian ini sebanding dengan penelitian yang dilakukan di Klinik bidan mandiri, diperoleh hasil bahwa mean penurunan intensitas nyeri sebelum dilakukan pijat *conterpressure* yaitu 8,3 (nyeri berat) dengan standar deviasi 0,657. Sedangkan sesudah dilakukan pijat *counterpressure* didapatkan *mean* penurunan intensitas nyeri sebesar 5,1 (nyeri sedang) dengan standar deviasi 1,210. Selisih antara sebelum dilakukan pijat *counterpressure* dan sesudah dilakukan pijat *counterpressure* adalah 3,2 (nyeri ringan) dengan standar *deviasi* 0,768. Pijat *counterpressure* sangat berpengaruh terhadap pengurangan rasa nyeri pada ibu bersalin (Satria, 2018)

Menurut asumsi peneliti, pemberian intervensi *massage counterpressure* membantu terhadap penurunan tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primipara, karena pada persalinan kala I, nyeri yang dirasakan ibu terjadi akibat kotraksi rahim yang menyebabkan dilatasi dan penipisan servikserta *iksmea* rahim akibat kontraksi arteri *mimetrium* dan nyeri ini di sebut nyeri *viscelar*. Nyeri *viscelar* juga dapat dirasakan pada organ lain yang yang disebut dengan

nyeri alih (*reffered pain*) yang dapat dirasakan ibu hingga pada bagian punggung bagian bawah dan *sacrum*. Pemberian intervensi *massage counterpressure* pada saat kontraksi dan diberikan selama kontraksi berlangsung. Terjadinya penurunan tingkat nyeri dapat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, ruangan dan kondisi emosional ibu yang bersalin. Masukan untuk penelitian selanjutnya supaya mendapatkan hasil yang maksimal dalam melakukan penelitian tentang *massage counterpressure* selain peneliti harus kompeten dalam pemberian perlakuan, selain itu persiapan lingkungan yang perlu dilakukan juga seperti ruangan yang dapat membuat ibu nyaman, tidak berisik dan harus didampingi oleh keluarga

Rata-Rata Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Bersalin Primipara Sesudah Pemberian *Massage Counterpressure* Menggunakan Minyak *Esensial Lavender*

Berdasarkan hasil penelitian yang diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif yang diberi perlakuan *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender* adalah 3.4000 dengan standar deviasi .84327. *Massage counterpressure* merupakan tekanan yang cukup kuat pada titik tertentu dipunggung bawah selama kontraksi dengan menggunakan ujung jari atau alat tertentu atau tekanan menggunakan kepala kedua tangan secara kuat. Metode ini sangat bermanfaat untuk mengurangi nyeri yang hebat terutama di daerah pinggang bagian belakang saat dimana terjadi posisi *oksipito posterior* (Yanti, 2009)

Selain itu pemijatan ini dapat dikombinasi menggunakan *esensial lavender* selain sebagai pelumas. Kandungan dari minyak *esensial*

lavender ini yaitu *linalool asetat* dan *linalyl asetat* yang bersifat sebagai *bakterisida*, *analgesik*, dan anti depresan, *antispasmodic* ketika aromaterapi dihirup oleh hidung zat-zat yang terkandung didalamnya akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormon *endorphin* karena membuat *rilex* dan menenangkan sehingga mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang. Hal ini disebabkan aromaterapi lavender dapat mempengaruhi aktivitas fungsi kerja otak melalui sistem saraf dan dapat meningkatkan produksi masa penghantar saraf otak yang dapat memulihkan kondisi psikis seperti emosi, perasaan, pikiran dan keinginan, selain itu efek relaksasi bagi saraf dan otot-otot yang tegang (Astuti dkk, 2017 ; Liliflowers, 2009)

Hasil penelitian ini sebanding dengan penelitian yang dilakukan di Bidan Praktek Mandiri di wilayah kerja Puskesmas Blabak Kabupaten Kediri didapatkan hasil nilai *t* hitung (11.000) > nilai *t* tabel (2.262) dan nilai *p* 0,000 *a* (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat *aromaterapi lavender* untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif. Pijat menggunakan aromaterapi lavender mengatakan bahwa merasa lebih tenang, nyaman dan tidak cemas dalam menghadapi persalinan. Pemijatan yang diberikan bertujuan untuk melancarkan peredaran darah dan meregangkan daerah otot-otot sehingga nyeri yang dialami selama proses persalinan juga semakin berkurang. Selain itu kandungan dari minyak *lavender* sangat berguna untuk meringankan nyeri saat kontraksi persalinan (Kundarti dkk, 2014)

Menurut asumsi peneliti menggunakan minyak *esensial lavender* efektif terhadap penurunan tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primipara, karena memberikan tekanan

yang cukup kuat pada titik tertentu dipunggung bawah selama kontraksi dengan menggunakan ujung jari atau alat tertentu atau tekanan menggunakan kepala kedua tangan secara kuat. Metode ini sangat bermanfaat untuk mengurangi nyeri yang hebat terutama di daerah pinggang bagian belakang saat dimana terjadi posisi *oksipito posterior* Sedangkan manfaat dari minyak esensial lavender yaitu selain sebagai pelumas. Kandungan dari minyak *esensial levender* ini yaitu *linalool asetat* dan *linalyl asetat* yang bersifat sebagai *bakterisida*, *analgesik*, dan anti depresan, *antispasmodic* ketika aromaterapi dihirup oleh hidung zat-zat yang terkandung didalamnya akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormon *endorphin* karena membuat *rilex* dan menenangkan sehingga mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang (Astuti dkk, 2017)

Menurut asumsi peneliti pemberian intervensi *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender* lebih efektif untuk mengurangi tingkat nyeri persalinan, karena ibu yang diberikan *massage* saja dapat membuat ibu lebih nyaman apalagi dengan di kombinasi menggunakan minyak *esensial lavender*, selain digunakan sebagai pelumas pada saat melakukan *massage* ibu juga dapat menghirup bau dari minyak *esensial levender* tersebut, yang berfungsi untuk membuat ibu menjadi lebih *rilex*

Sedangkan saran untuk penelitian selanjutnya, sebelum melakukan perlakuan alangkan lebih baiknya jika peneliti melihat atau menganjurkan ibu untuk mencium bau dari minyak yang kita gunakan pada saat perlakuan, hal ini dilakukan supaya ibu merasa nyaman pada saat diberikan perlakuan dan tidak merasa terganggu atau risih dengan bau dari perlakuan yang kita berikan. Jika ibu merasa tidak suka dengan bau nya ibu

bersedia menolak untuk menjadi responden.

Analisa Bivariat

Perbedaan Rata-Rata Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Sesudah Pemberian *Massage Counterpressure* Dan Pemberian *Massage Counterpressure* Menggunakan Minyak *Esensial Lavender* Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri antara kelompok yang diberikan intervensi *massage counterpressure* dan *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender*. Rata-rata tingkat nyeri yang diberikan intervensi *massage counterpressure* adalah 5, sedangkan rata-rata tingkat nyeri yang diberikan intervensi *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender* adalah 3,4. Berdasarkan uji statistik, diperoleh nilai signifikan $0.002 < 0.05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkan nyeri yang diberikan intervensi *massage counterpressure* dan *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender* di Kota Bukittinggi *Massage counterpressure* merupakan tekanan yang cukup kuat pada titik tertentu dipunggung bawah selama kontraksi dengan menggunakan ujung jari atau alat tertentu atau tekanan menggunakan kepala kedua tangan secara kuat. Metode ini sangat bermanfaat untuk mengurangi nyeri yang hebat terutama di daerah pinggang bagian belakang saat dimana terjadi posisi *oksipito posterior* (Yanti, 2009).

Sedangkan manfaat dari minyak *esensial lavender* yaitu selain sebagai pelumas. Komposisi utama dalam minyak *lavender* yaitu *linalool asetat* dan *linalyl asetat* yang bersifat sebagai *bakterisida*, *analgesik*, dan anti depresan, *antispasmodic* ketika aromaterapi dihirup oleh hidung zat-zat yang terkandung didalamnya akan merangsang hipotalamus untuk mengeluarkan hormon *endorphin* karena membuat *rilex* dan menenangkan

sehingga mampu mengendorkan dan melemaskan sistem kerja urat-urat syaraf dan otot-otot yang tegang. Menurut asumsi peneliti ada perbedaan tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif sesudah pemberian *massage counterpressure* dan pemberian *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender* ini disebabkan dengan hasil olah *statistik* yang didapatkan nilai yang lebih kecil dari 0,05 dan selain itu diperoleh nilai rata-rata tingkat nyeri yang diberikan intervensi *massage counterpressure* lebih besar dibandingkan hasil yang diberikan intervensi *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender*. Dari hasil observasi dari 10 pascin yang diberikan intervensi *massage counterpressure* menggunakan minyak esensial lavender 4 orang diantaranya mengalami nyeri sedang dan 6 orang mengalami nyeri ringan. Sedangkan dari hasil observasi dari 10 pascin yang diberikan intervensi *massage counterpressure*, 8 orang mengalami nyeri sedang dan 2 orang mengalami nyeri ringan.

Pemberian intervensi *massage counterpressure* pada ibu bersalin kala I fase aktif dapat membantu mengurangi tingkat nyeri persalinan, karena cara kerja dari *massege counterpressure* yaitu memberikan penekanan ini sangat membantu dalam mengurangi nyeri yang dirasakan. Penekanan pada panggul dapat mengurangi regangan yang terjadi pada *sakro iliaka* sehingga mengurangi tegangan-tegangan yang terjadi akibat penekanan internal dari kepala janin (Rohani dkk, 2014).

Tetapi menurut asumsi peneliti, lebih efektif jika *massage counterpressure* di kombinasi menggunakan minyak *esensial levender*, karena *massage counterpressure* saja dapat membantu mengurangi tingkat nyeri persalinan, jika di kombinasi menggunakan minyak *esensial levender*, selain digunakan sebagai pelumas ibu juga bisa menghirup bau dari minyak *esensial levender* tersebut

yang berguna untuk membuat ibu lebih nyaman dan *rilex*.

SIMPULAN

Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin primipara sesudah pemberian *massage counterpressure* adalah 5.0000 dengan standar *deviasi* 1.15470, keadaan ini berada di tingkat nyeri sedang. Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin primipara sesudah pemberian *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender* adalah 3.4000 dengan standar *deviasi* .84327 keadaan ini berada di tingkat nyeri ringan. Hasil uji *statistik* didapatkan nilai signifikansi $0,002 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkan nyeri yang diberikan intervensi *massage counterpressure* dan *massage counterpressure* menggunakan minyak *esensial lavender* di Kota Bukittinggi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ucapkan terimakasih kepada Rektor dan LPPM Universitas Fort De Kock Bukittinggi yang telah membantu penulis dalam memfasilitasi penelitian ini.

REFERENSI

- Arikunto, S. 2016. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Renika Cipta.
- Astuti, D., Supardi., & Puspitasari,I. 2017. Perbandingan Menggunakan Minyak Lavender Dan Minyak Jahe Pada Massage Punggung Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan. *Jurnal Maternal* ; 2 : 92-101. [diunduh 24 November 2018]. Tersedia dari URL: https://ejurnal.stikesmhk.ac.id/index.php/jurnal_ilmiah_maternal/article/view/559/498.
- Aziz, E. 2011. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Baduose

- Medika Jakarta. Baston, H., & Hall, J. 2013. *Persalinan*. Jakarta: Buku Kedokteran.
- Budiarti, A., & Sulischa, A. 2018. Pengaruh Terapi Massage Counterpressure Terhadap Nyeri Kala I Pada Inu Inpartu Di BPS Desa Durjan Bangkalan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas* ; 1 : 6-12. [diunduh 24 November 2018]. Tersedia dari URL:<http://journal.ppnijateng.org/index.php/jikm/article/view/104>.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatra Barat. 2017. *Profil Kesehatan Sumatra Barat*:
- Dinas Kesehatan Sumatra Barat. Flowers, L. Khasiat Bunga Lavender. [diunduh 12 Februari 2018]. Tersedia dari URL: <http://lilyflowers=8.blogspot.com/2008/05/bunga-levender.html>
- Hartuti. 2010. *Panduan Ibu Hamil, Melahirkan dan Perawatan Bayi*. Jakarta : Uba Compugrafi
- Herlyssa., Jehanara., & Wahyuni, E.D. 2018. Aromaterapi Lavender Esensial Oil Berpengaruh Dominan Terhadap Skala Nyeri 24 Jam Post Seksio Sesaria. *Jurnal Kesehatan* ; 9 :192-198. [diunduh 24 November 2018]. Tersedia dari URL: <http://www.ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/view/829>
- Hidayat, A.A. 2011. *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisa Data*. Jakarta:Selemba Medika.
- Johariyah., & Ningrum, E.W. 2012. *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Trans Info Media.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2016. Profil Kesehatan Republik Indonesia Jakarta.[diunduh 29 Desember 2017]. Tersedia dari URL: <http://www.depkes.go.id>. 2014.
- Profil Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta. [diunduh 12 Februari 2018]. Tersedia dari URL: <http://www.depkes.go.id>
- Kundarti, F.I., Titisari, I., & Windarti, N.T. 2014. Pengaruh Pijat Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmu Kesehatan* ; 3 : 55-65. [diunduh 24 November 2018]. Tersedia dari URL: <http://www.ejurnaladhkdr.com/index.php/jik/article/view/46/38>.
- Marta, R.A., Machmudah., & Supriyono, M. 2013. Efektifitas Kombinasi counter pressure dan terapi musik terhadap penurunan intensitas nyeri kala I ibu bersalin di klinik bersalin delima damak. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* ; 1-8. [diunduh 24 November 2018]. Tersedia dari URL: <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/view/503/502>.
- Maryunani, A.2016. *Buku Praktis Kehamilan dan Persalinan Patologis*. Jakarta: Trans Info Media.
- _____2010. *Nyeri Dalam Persalinan Teknik Dan Cara Penanganannya*. Jakarta: Trans Info Media.
- Muhammad, I. 2015. *Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan*. Bandung: Citapustaka Media Perintis.

- Murray, M.L., & Huelsmann, G.M. 2013. *Persalinan dan Melahirkan*. Jakarta: Buku Kedokteran.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Selemba Medika.
- Pratiwi, D., Wagiyono, & Nurullita. 2015. Perbedaan Efektifitas Teknik Counter-Pressure Dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di RSUD Sunan Kalijaga Damak. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* ; 1-12 : [diunduh 24 November 2018]. Tersedia dari URL: <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/viewFile/439/439>.
- Pasongli, S., Rantung, M., & Pesak, E. 2014. Efektifitas Counterpressure Terhadap Penurunan Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal Di Rumah Sakit Advent Manado. *Jurnal Ilmiah Bidan* ; 2 : 12-16. [diunduh 24 November 2018]. Tersedia dari URL: <https://media.neliti.com/media/publications/92216-ID-efektifitas-counterpressure-terhadap-pen.pdf>.
- Putra, S.R. 2016. *Cara Mudah Melahirkan dengan Hypnobirthing*. Yogyakarta: Laksana.
- Rezeki, S., Nurullita, U., & Krestanti, R. 2013. Tingkat Nyeri Pinggang Kala I Persalinan Melalui Teknik Back-Effleurage Dan Counter-Pressure. *Jurnal Keperawatan* ; 2 : 124-133. [diunduh 24 November 2018]
- Rohmita, H., Wiji, R.N., & Rahmi, R. 2018. Efektifitas Aromaterapi Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Di BPM Rosita Kota Pekanbaru. *Jurnal Ilmu Kebidanan* ; 7 : 52-58. [diunduh 24 November 2018]. Tersedia dari URL: <http://jurnal.alinsyirah.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/61>.
- Rohan,., Saswita, R., & Marisah. 2014. *Asuhan Kebidanan pada Masa Persalinan*. Jakarta: Selemba Medika.
- Santiasari, R.N., Nurdiati, D.S., Lismidiati, W., & Saudah, N. 2018. Effectiveness of Effleurage and Counter-Pressure Massages in Reducing Labor Pain. *Health Notions* ; 2 : 721-724. Tersedia dari URL: <http://heanoti.com/index.php/hn/article/view/hn20701>.
- Satria, M. 2018. Pengaruh Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Punggung Teknik Counterpressure Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Bidan Elvina. *Jurnal Menara Ilmu* ; 12 : 85-92. [diunduh 24 November 2018]. Tersedia dari URL: <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/viewFile/786/699>.
- Simkin, P., & Ancheta, R. 2005. *Buku Saku Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Sondakh., & Jenny, J. S. 2014. *Asuhan Kebidanan Persalinan dan*

Bayi Baru Lahir. Jakarta: Erlangga.

Susilarini., Winarsih, S., & Idhayati, I. 2017. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan* ; 6 : 47-54. [diunduh 24 November 2018]. Tersedia dari URL: <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/view/1912/482>

Wagiyo., & Putrono. 2016. *Asuhan Keperawatan Antenatal, Internal dan Bayi Baru Lahir Fisiologi dan Patologi*. Yogyakarta: CV Andi Offset
Wikipedia. Aromaterapy. [diunduh 24 November 2018]. Diambil dari : <http://en.wikipedia.org/wiki/Aromaterapy>.

WHO. *Trends in Maternal Mortality: 1990 to 2015 Estimates by WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group and the UNPD estimates*. 2015. [diunduh pada tanggal 01 Januari 2018]. Tersedia dari URL: http://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/2015.