

**PENGARUH AROMATERAPI BITTER ORANGE TERHADAP PENURUNAN
TINGKAT NYERI PERSALINAN KALA I
PADA IBU BERSALIN**

Nurhayati¹⁾, Santi²⁾

¹Fakultas Kesehatan, Universitas Fort De Kock, Bukittinggi
email: nurhayati@fdk.ac.id

²Fakultas Kesehatan, Universitas Fort De Kock, Bukittinggi
email: santi@gmail.com

Abstract

Childbirth is the process of spending the results of conception (fetus and uri) that have had enough months or can live outside the womb through a birth canal with help or without help Pain Labor and birth are a combination of physical pain due to contraction of the myometrium accompanied by the whining of the lower uterine segment. The purpose of this study was to find out the Effect of Bitter Orange Aromatherapy on Decreasing Maternal Pain Levels at First Time in Maternity at Mother Bpm Mother Bukittinggi in 2020. This type of research is Quasi Experiment with Purposive Sampling sampling techniques. Using the Pretest-Posttest method without a control group. The purpose of this study was to determine the effect of Bitter Orange Aromatherapy on Decreasing 1st Childbirth Pain Levels in Maternity at Mother Bpm in Bukittinggi City in 2020. The population of this study was all mothers at Bpm Mother in Januari 2020, with a total sample of 10 primifara mothers at the time of I. Data analysis using Univariate and Bivariate analysis. The research that has been done on 10 Primifara Kala I mothers at Bpm Mother was found to have an effect of bitter orange aromatherapy on Decreasing First Childbirth Pain Levels based on the Paired Simple T-Test Test results in getting $p = 0,000$ ($p < 0,005$). So that H_a is accepted, meaning that there is the influence of bitter orange aromatherapy on the Decrease of First Childbirth Pain in the Bpm Mother of Bukittinggi in 2019. After doing the research, it can be concluded that there is an influence of bitter orange aromatherapy on the First Decline in Labor Pain Levels in the Mother Bpm Mother Bukittinggi in 2020.

Abstrak

Nyeri Persalinan merupakan kombinasi antara nyeri fisik akibat kontraksi myometrium di sertai rengangan segmen bawah rahim, menyatu dengan kondisi psikologis ibu selama persalihan. Survey Penduduk Antar Sensus pada Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2015 yakni sebesar (111/100.000 kelahiran hidup), sementara itu AKI menurun pada tahun 2017 yaitu sebesar (107/100.000 kelahiran hidup). Tujuan penelitian ini ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Di Bpm Bunda Kota Bukittinggi Tahun 2020. Jenis Penelitian ini Quasi Eksperimen dengan teknik pengambilan sampel Purposive Sampling. Menggunakan metode Pretest-Posttest tanpa kelompok control. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin Di BPM Bunda Kota Bukittinggi Tahun 2020. Populasi dari penelitian ini yaitu seluruh ibu bersalin di BPM Bunda pada bulan januari 2020, dengan jumlah sampel sebanyak 10 orang ibu bersalin primifara kala I. Analisis data menggunakan analisa Univariat dan Bivariat. Penelitian yang telah di lakukan terhadap 10 orang ibu bersalin Primifara Kala I Di BPM Bunda di ketahui ada pengaruh aromaterapi bitter orange Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I. berdasarkan hasil Uji Paired Simple T-Test di dapatkan nilai $p=0,000$ ($p < 0,005$). Sehingga H_a di terima artinya ada pengaruh aromaterapi bitter orange Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I di BPM Bunda Kota Bukittinggi Tahun 2020. Setelah di lakukan penelitian maka dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh aromaterapi bitter orange Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I. Untuk itu

diharapkan kepada instansi kesehatan untuk melakukan penerapan asuhan sayang ibu untuk lebih baik dan efektif khususnya bagi ibu bersalin.

Keywords: Persalinan, Nyeri, Aromaterapi Bitter Orange

PENDAHULUAN

Rasa sakit dan nyeri pada persalinan pada dasarnya di sebabkan karena kontraksi kuat selama menjelang persalinan dan hal tersebut merupakan hal yang dia alami. Setiap wanita mempunyai rasa nyeri yang berbeda-beda. Rasa nyeri dapat terjadi karena adanya faktor fisik atau fisiologi yang lain atau bisa juga yang muncul karena emosi atau perasaan. Hal ini laen adanya faktor sugesti negative yang termasuk dalam pikiran alam bawah sadar, yang mana pikiran bawah sadar tidak bisa membedakan antara kenyataan dan imajinasi. Ketegangan dan ketakutan yang di rasa oleh ibu menyebabkan rasa nyeri pada persalinan, sehingga memperlambat proses persalinan (Mustika, 2012).

Salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan dan kecemasan yaitu dengan aromaterapi. Aromaterapi adalah terapi nonfarmakologi yang menggunakan minyak sari murni. Aromaterapi bitter orange merupakan sebuah terapi non farmakologi untuk mengurangi atau menringankan rasa sakit pada ibu yang melahirkan kala I (Kumalasari,2012).

Aroma *therapy* adalah pengobatan atau pencegahan penyakit dengan menggunakan minyak *esensial*. penggunaan lain disebut termasuk nyeri dan pengurangan kecemasan, peningkatan energi dan memori jangka pendek, relaksasi, pencegahan rambut rontok dan menguragi gatal – gatal yang di *induksi*. Dua mekanisme dasar ditawarkan untuk menjelaskan efek yang di klaim. Salah satunya adalah pengaru aromaterapi pada otak, terutama sistem limbik melalui sistem penciuman, Yang lainnya adalah efek

farmakologis langsung dari miyak *esensial*. Sementara pengetahuan yang tepat tentang sinergi yang tepat antara tubuh dan minyak aromatik sering diklaim oleh aroma terapis, tetapi membantu tubuh untuk menemukan cara alami untuk meningkatkan respon imun (Nagare, Dkk, 2013).

Bidan Praktek Swasta”B” Melayani kehamilan dan persalianan. Berdasarkan Survey awal ada 31 orang ibu yang bersalin pada Desember 2019 dengan metode wawancara dan observasi terhadap 11 orang ibu bersalin menyatakan tidak tahan merasakan nyeri persalianan di bagian perut, pinggang, punggung dan menjalar ketulang belakang. Ibu mengalami sesak nafas dan menghindari berbicara dengan orang lain ketika persalinan. Oleh karena itu rasa nyeri yang hebat menyebabkan perubahan fisiologi pada tubuh ibu seperti tekanan drah menjadi naik, denyut jantung meningkat, laju pernafasan meningkat, kehilangan banyak cairan tubuh, dan kelelahan yang sangat berat. Untuk mengatasi rasa nyeri persalianan kala 1 tersebut ibu miring kiri, berjalan, berjongkok. Namun dengan metode tersebut belum dapat mengurangi nyeri yang di rasakan oleh ibu pada saat persalinan.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ Pengaruh Aromaterapi *Bitter Orange* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Persalianan Kala 1 Ibu Bersalin di Bidan Praktek Swasta “B” Kota Bukittinggi Tahun 2020”

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan *Pre test-post test* tanpa kelompok kontrol. Dimana

penelitian ini di Bidan Praktek Swasta pada bulan Januari 2020. seluruh perkiraan ibu bersalin pada bulan Januari 2020 wilayah kerja puskesmas Muara Labuh yaitu sebanyak 10 persalinan. Teknik sampel dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 10 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan lembar observasi. Data yang sudah dikumpulkan akan diolah dan dianalisa secara komputerisasi dengan Uji Paired Simpel *T-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Rata – Rata Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Sebelum (Pretest) Pemberian Aromaterapi Bitter Orange

Tabel
Rata-rata Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Sebelum (Pretest) Pemberian Aromaterapi Bitter Orange di BPM

Variabel	Mean	SD	Min-Max	N
Pretest	6,50	0,527	6-7	10

Berdasarkan tabel 5.1 diatas di ketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I sebelum (Pretest) pemberian aromaterapi *Bitter Orange* adalah 6,50 dengan Standart Deviasi 0,527. Nilai persalianan kala I terendah adalah 6 dan nilai tertinggi adalah 7

Menurut asumsi peneliti, pemberian aromaterapi *bitter orange* efektif untuk mengurangi nyeri persalinan kala 1 di BPM Bunda. Nyeri Persalinan dan kelahiran merupakan kombinasi antara nyeri fisik akibat kontraksi myometrium di sertai rengangan segmen bawah rahim,

menyatu dengan kondisi psikologis ibu selama persalinan. Penyebab nyeri persalinan adalah karena timbulnya ketegangan mental akibat rasa takut. Aromaterapi *bitter orange* mudah di dapat dan mudah cara pengolahanya, karena bitter orange mengandung zat limonene yang dapat membuat ibu bersalin tersebut merasakan rileks dalam menghadapi persalinannya.

b. Rata-rata Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Sesudah (Postest) Pemberian Aromaterapi Bitter Orange

Tabel
Rata-rata Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Sesudah (Postest) Pemberian Aromaterapi Bitter Orange di BPM

Variabel	Mean	SD	Min-Max	N
Postest	5,70	0,483	5-6	10

Berdasarkan tabel diatas di ketahui bahwa rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I Sesudah (Postest) pemberian aromaterapi *Bitter Orange* adalah 5,70 dengan Standar Deviasi 0,483. Nyeri persalinan kala I terendah adalah 5 dan nilai tertinggi adalah 6.

Menurut asumsi peneliti, penggunaan aromaterapi *bitter orange* untuk mengurangi tingkat nyeri pada ibu bersalin kala 1 cukup efektif. *Bitter orange* atau *citrus aurantium* minyak yang biasa digunakan dalam aromaterapi. *Bitter orange* (*C. Aurantium*) terdiri dari minyak esensial yang disebut dengan neroli. Ada 10 lebih komponen dari citrus aurantium minyak, yang sebagian besar monoterpens berikut: limonene, linalool, linalyl asetat, geranyl asetat, geraniol, nerol, neryl acetate. Minyak ini memiliki efek menjadi ressure, anti-septik, anti- spasmodik dan obat

penenang ringan. Limonele di temukan di *bitter orange* minyak mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktifitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit. Meskipun aromaterapi menggunakan herbal lain telah menunjukkan efek pada metode pengurangan nyeri persalinan. Dan juga merangsang sistem saraf pusat, meningkatkan mood, menurunkan tekanan darah, sebagai obat penenang analgesic ini juga dibuktikan dengan hasil penelitian kepada 10 responden, diantara 10 responden tersebut hanya 2 responden yang masih mengalami nyeri atau tidak ada pengaruh setelah pemberian aromaterapi bitter orange, sedangkan 8 responden lainnya sangat efektif untuk penurunan tingkat nyeri kala 1 persalinan.

2. Analisis Bivariat

Tabel

Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I di BPM

	N	Mean	SD	P Value
Nyeri persalinan sebelum di beri aromaterapi <i>bitter orange</i>	10	6,50	0,527	0,000
Nyeri persalinan sesudah di beri aromaterapi <i>bitter orange</i>	10	5,70	0,483	

Berdasarkan Tabel 5.3 diketahui hasil rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I sebelum (Pretest) pemberian aromaterapi

Bitter Orange adalah 6,50 dengan Standart Deviasi 0,527. Dan tingkat nyeri persalinan kala I Sesudah (Postest) pemberian aromaterapi *Bitter Orange* adalah 5,70 dengan Standar Deviasi 0,483.

Dari hasil analisis di dapatkan hasil penelitian menggunakan Uji Paired Simpel T-test diperoleh nilai P value 0,005 sehingga dapat di simpulkan bahwa ada Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Penurunan Tingkat nyeri Persalinan Kala I.

Menurut asumsi peneliti, bahwa ada perbandingan sensasi nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi *bitter orange* untuk mengurangi nyeri pada persalinan kala I. *Bitter orange* atau *citrus aurantium* minyak yang biasa digunakan dalam aromaterapi. *Bitter orange* (*C. Aurantium*) terdiri dari minyak esensial yang disebut dengan neroli. Ada 10 lebih komponen dari citrus aurantium minyak, yang sebagian besar monoterpenes berikut: limonene, linalool, linalyl asetat, geranyl asetat, geraniol, nerol, neryl acetate.

Minyak ini memiliki efek menjadi resorptive, anti-septik, anti- spasmodik dan obat penenang ringan. Limonele di temukan di *bitter orange* minyak mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktifitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit. Meskipun aromaterapi menggunakan herbal lain telah menunjukkan efek pada metode pengurangan nyeri persalinan. Dan juga merangsang sistem saraf pusat, meningkatkan mood, menurunkan tekanan darah, sebagai obat penenang analgesic.

Hasil olah statistic yang di dapatkan nilai lebih keci dari 0,05 dan hasil observasi dari 10 responden yang diberikan aromaterapi bitter orange, 8 diantaranya efektif untuk mengurangi nyeri persalinan kala Iserta terdapat kesamaan teori yang di ambil dengan apa yang di temukan peneliti, sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh pemberian aromaterapi *bitter*

orange terhadap penurunan tingkat nyeri persalinan kala. Oleh karena itu jika melakukan persalinan melakukan pemberian aromaterapi saat nyeri kala I. sehingga ibu merasa nyaman dan rileks, selain itu, untuk penerapan asuhan sayang ibu lebih baik lagi dilakukan oleh tenaga kesehatan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Pengaruh Aromaterapi *Bitter Orange* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Persalinaan Kala 1 Ibu Bersalin di BPM dapat disimpulkan bahwa :

1. Rata –rata tingkat nyeri persalinan kala I sebelum (*Pretest*) di berikan aromaterapi *bitter orange* adalah 6,50.
2. Pengaruh penuruna tingkat nyeri persalinan kala I sesudah (*Postest*) di berikan aromaterapi *bitter orange* adalah 5,70.
3. Ada pengaruh pemberian aromaterapi *bitter orange* terhadap tingkat penurunan nyeri persalinan kal I di BPM Bunda Kota Bukittinggi Tahun 2019 dengan hasil *P-Value* 0,000

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih pada segenap jajaran BPM atas dukungan dalam penelitian ini, serta responden yang telah ikut berpartisipasi dalam melakukan penelitian ini. Selanjutnya, terima kasih kepada Institusi dan rekan-rekan yang telah memberi saran dan masukan atas penelitian ini dan dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

REFERENSI

Bobak, Lowdermik, & Jensen. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 1 Jakarta : EGC.

- Eka Puspita Sari dkk,2014 Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care). CV.Trans Info Media. Jakarta Timur
- Helen Farrer, 2001, Eka Puspita Sari dkk, 2014 Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care). CV.Trans Info Media. Jakarta Timur
- Kiney, 2008, Wiji A, 2015 Pengaruh Aromaterapi Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri dan Kecemasan fase aktif kal I. The 2 University Research Coloquinm 2015.
- Koensoemardiyah 2009, Koensoemardiyah.(2009) *A-Z Aromaterapi untuk Kesehatan, Kebugaran, dan kecantikan*. Yogyakarta:ANDI.
- Kumalasari EP, 2012 Studi tentang manfaat aromatherapy (Lavender) Terhadap Penurunan tingkat nyeri persalinaan ibu bersalin kala I fase aktif di bidan praktek swasta.
- Nagare, dkk, 2016. Aromatherapy; Art or science. International Jurnal Of Biomedical Reseach.
- Manuaba, 1998, Eka Puspita Sari dkk, 2014 Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care). CV.Trans Info Media. Jakarta Timur
- Maryuni,2010, Wiji A, 2015 Pengaruh Aromaterapi Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri dan Kecemasan fase aktif kal I. The 2 University Research Coloquinm 2015.
- Mustika, N. 2012, Pengaruh Metode Relaksasi Terhadap Pengurangan Rasa Sakit Selama Persalinan. (Online), ([Http:// nonanda631. Blogspot.com/2012/11/pengaruh-metode-relaksasi-terhadap.html](http://nonanda631.blogspot.com/2012/11/pengaruh-metode-relaksasi-terhadap.html)).
- Perez, C., (2003). Clinical Aromatherapy Part I: An Introduction Into Nursing Practice. *Clinical Journal Of Oncology Nursing*. Volume 7,

Number 5. [accessed 16 November 2013].

Perry dan Potter. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik*. Edisi 4. Alih Bahasa Renata Komalasari. Jakarta: EGC.

Prawihardjo, Eka Puspita Sari dkk, 2014 *Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care)*. CV.Trans Info Media. Jakarta Timur

Reeder, Martin Griffin, K, 2011 *Keperawatan Maternitas*, Jakarta.

Schats, 1986, Yanti, 2009 *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan*. Pustaka Rihama. Yogyakarta

Wahyuningsih, Marni. 2014. *Efektifitas Aromaterapi Lavender (Lavandula Angustifolia) dan Massage Efflurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Primigravida Di BPS Utami Dan Ruang Ponok RSUD Karanganyar*. Skripsi. Surakarta : Stikes Kusuma Husada.

Wiji A, 2015 *Pengaruh Aromaterapi Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri dan Kecemasan fase aktif kal I*. The 2 University Research Coloquim 2015.

WHO (World Health Organization), Eka Puspita Sari dkk,2014 *Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal Care)*. CV.Trans Info Media. Jakarta Timur

Yanti,2009 *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan*. Pustaka Rihama. Yogyakarta

Yuliantum, 2008, Wiji A, 2015 *Pengaruh Aromaterapi Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri dan Kecemasan fase aktif kal I*. The 2 University Research Coloquim 2015