

Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lemon Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang Tahun 2022

Dina Kamariah¹, Kamelia Sinaga², Imran Saputra Surbakti³, Asnita Sinaga⁴, Agustina susilawati tumangger⁵

¹⁻⁵ STIKes Mitra Husada Medan, Indonesia

Email: dinakamariah05@gmail.com¹, kameliasinaga.02@gmail.com²,
Imranmitrahusada31@gmail.com³, asnitasinaga61@gmail.com⁴
agustinasw23@gmail.com⁵

Alamat: Jl. Pintu Air IV Jl. Ps. VIII No.Kel, Kwala Bekala, Kec. Medan Johor, Kota Medan, Sumatera Utara 20142

Korespondensi penulis: kameliasinaga.02@gmail.com

Abstract Lemon aromatherapy is a type of aromatherapy that can be used to treat pain and anxiety. One of the substances contained in lemon is linalool which is useful for stabilizing the nervous system so that it can have a calming effect on anyone who inhales it. To explore the effects of using lemon aromatherapy in reducing pain in the first stage of labor at the Nurridha Pratama Clinic, Tanjung Selamat Village, Sei Tuan District, Deli Serdang Regency in 2022. The type of quantitative research with a research design using Quasy Experiment with a One Group Pre and Post Test Design. This research was conducted at the Nurridha Pratama Clinic, Tanjung Selamat Village, Sei Tuan District, Deli Serdang Regency in 2022. The population in this study was 15 people, then the sample was part of all the objects studied and was considered to represent the entire population (Notoatmodjo, 2015). The number of samples used was 15 people using the purposive sampling technique. The Data Analysis Technique used calculations with the Paired T Test. The data normality test uses the Shapiro-Wilk value, as a testing criterion, if the significant value is > 0.05 then it can be said that the collected data is normally distributed. The results of the statistical test obtained a significant value with P Value (0.000) $< \alpha$ (0.05) so that H_0 is rejected. So it can be concluded that there is an effect of lemon aromatherapy on reducing labor pain in the first stage at the Nurridha Pratama Clinic, Tanjung Selamat Village, Sei Tuan District, Deli Serdang Regency in 2022.

Keywords: *Effect, Lemon Aromatherapy, Labor Pain*

Abstrak Aromaterapi lemon merupakan jenis aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri dan cemas. Zat yang terkandung dalam lemon salah satunya adalah linalool yang berguna untuk menstabilkan system saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi siapapun yang menghirupnya. Untuk menelusuri efek penggunaan aromaterapi lemon dalam mengurangi nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Nurridha, Desa Tanjung Selamat, Kecamatan Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang pada tahun 2022. Jenis penelitian *Kuantitatif* dengan desain penelitian menggunakan *Quasy Experiment* dengan rancangan *One Group Pre and Post Test Design*. Penelitian ini dilakukan di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang Tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 15 orang, kemudian Sampel adalah sebagian dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2015). Jumlah sampel yang di gunakan 15 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik Analisis Data menggunakan perhitungan dengan uji *Paired T Test*. Uji normalitas data menggunakan nilai Shapiro-Wilk, sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikan $>$ dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa data yang telah terkumpul berdistribusi normal. Hasil uji statistika didapatkan nilai yang signifikan dengan P Value (0,000) $<$ α (0,05) sehingga H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan ada pengaruh aromaterapi lemon terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang Tahun 2022.

Kata Kunci : Pengaruh, Aroma Terapi Lemon, Nyeri Persalinan

1. PENDAHULUAN

Tingkat kematian dan kesakitan ibu di Indonesia masih tergolong tinggi, bahkan menjadi yang tertinggi di kawasan ASEAN. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2016, Angka Kematian Ibu (AKI) tercatat sebesar 359 kematian per 100.000 kelahiran hidup, sedangkan Angka Kematian Bayi (AKB) mencapai 32 per 1.000 kelahiran hidup (BPS, 2018). Capaian tersebut masih jauh dari target Sustainable Development Goals (SDGs) yang menetapkan AKI harus berada di bawah 70 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030. Target nasional melalui RPJMN 2015–2019 sendiri menargetkan AKI sebesar 306 per 100.000 kelahiran hidup pada 2019 (BAPPENAS, 2017).

Angka kematian ibu yang tinggi secara nasional juga tercermin di tingkat daerah, termasuk di Sumatera Utara. Data dari Profil Kesehatan Sumatera Utara 2012 menunjukkan penurunan AKI dari 328 pada tahun 2010 menjadi 106 per 100.000 kelahiran hidup pada 2012, namun angka ini belum sepenuhnya merepresentasikan kondisi di masyarakat (Dinkes Sumut, 2018).

Menurut WHO, sekitar 99% kematian ibu terjadi akibat masalah saat persalinan. Untuk menekan angka ini, dibutuhkan layanan kesehatan maternal dan neonatal yang berkualitas. Program Making Pregnancy Safer (MPS) digagas pemerintah sebagai upaya peningkatan layanan tersebut, termasuk dalam penanganan komplikasi, persalinan oleh tenaga kesehatan, dan pencegahan kehamilan yang tidak diinginkan (Kemenkes RI, 2017).

Persalinan merupakan momen yang penuh tekanan, terutama bagi ibu yang pertama kali melahirkan (primigravida). Ketakutan yang dirasakan memicu otak untuk menyiapkan tubuh menghadapi rasa sakit, sehingga nyeri yang timbul terasa lebih intens. Pada primigravida, proses ini bisa berlangsung 12–14 jam. Rasa nyeri yang ekstrem ini, menurut Wall dan Malzack, harus dikelola secara efektif karena stres dapat berdampak negatif pada ibu dan janin (Danuatmaja, 2016).

Labor dan Meguire menyebutkan bahwa kontraksi uterus yang terus meningkat selama persalinan menyebabkan nyeri berat, yang umumnya dirasakan oleh 90% ibu melahirkan dan dapat hilang total dalam waktu tiga bulan. Data tahun 2014 mencatat bahwa tempat persalinan ibu di Indonesia beragam, dari rumah sakit (21,4%) hingga di rumah sendiri (29,6%) (Kemenkes RI, 2017).

Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017 mencatat tren peningkatan persalinan yang ditangani tenaga kesehatan dari tahun 2005–2015. Namun, terjadi penurunan dari 90,88% pada

2013 menjadi 88,55% pada 2015. Pemerintah mendorong setiap persalinan ditangani oleh tenaga profesional guna menekan AKI.

Nyeri persalinan pada kala I biasanya bersifat viseral, akibat kontraksi uterus, sedangkan kala II lebih terasa di area perineum akibat tekanan kepala janin. Wanita nullipara cenderung mengalami nyeri sensoris lebih besar di awal persalinan, sedangkan multipara cenderung merasakannya lebih pada akhir kala I dan kala II (Lawrence dkk, 2016).

Nyeri dalam persalinan adalah hal alami yang disebabkan oleh kontraksi rahim dan pembukaan serviks. Puncak nyeri biasanya terjadi saat pembukaan mencapai 10 cm. Jika nyeri tidak dikelola dengan baik, bisa menyebabkan gangguan sirkulasi darah ke plasenta yang berdampak buruk bagi janin (Potter dan Perry, 2019; Hermawati, 2018).

Kecemasan, ketegangan, dan rasa takut yang berlebihan bisa memicu produksi katekolamin, yang berpotensi memperpanjang persalinan dan menghambat aliran darah ke plasenta. Ini dapat meningkatkan risiko trauma pada bayi (Astuti, 2018).

Manajemen nyeri dalam persalinan dapat dilakukan dengan pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Pendekatan farmakologis seperti analgesik atau epidural seringkali memberikan efek samping bagi ibu dan bayi, seperti gangguan pernapasan pada bayi atau mual pada ibu (Wong, 2017).

Oleh karena itu, pendekatan nonfarmakologis kini menjadi alternatif yang banyak dikembangkan karena memberikan efek relaksasi, mengurangi ketegangan otot, serta meningkatkan kenyamanan dan kontrol ibu selama proses persalinan. Teknik seperti relaksasi, pernapasan, perubahan posisi, pijat, hidroterapi, dan aromaterapi menjadi pilihan populer (Astuti, 2016; Arifin, 2018).

Bidan berperan penting dalam membantu ibu memilih metode manajemen nyeri yang sesuai dan aman tanpa membahayakan ibu, bayi, atau proses persalinan itu sendiri. Meskipun terapi farmakologis lebih efektif secara cepat, namun berisiko efek samping. Bidan juga harus menjadi edukator bagi ibu dalam memilih metode yang diinginkan (Jimenez, 2016).

Salah satu metode nonfarmakologis yang efektif adalah aromaterapi, karena aroma dapat merangsang sistem sensorik dan memengaruhi area otak yang mengatur emosi dan stres. Aromaterapi lemon khususnya, mengandung linalool yang membantu menstabilkan sistem saraf dan memberikan efek tenang (Shinobi, 2018; Wong, 2016).

Komponen limonen dalam lemon juga berfungsi sebagai analgesik alami yang bekerja dengan menghambat prostaglandin, sehingga mengurangi rasa nyeri dan kecemasan selama

persalinan. Kecemasan yang tinggi dapat memperlama proses persalinan dan berpotensi membahayakan janin.

Survei awal di Klinik Pratama Nurridah pada tahun 2022 menunjukkan bahwa masih banyak ibu inpartu yang mengalami nyeri hebat saat bersalin. Dari lima ibu yang diwawancarai, tiga di antaranya mengaku takut melahirkan secara normal. Berdasarkan temuan tersebut, peneliti tertarik untuk mengeksplorasi pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Nurridah, Desa Tanjung Selamat, Kecamatan Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang tahun 2022.

2. TUJUAN PENELITIAN

Untuk menelusuri efek penggunaan aromaterapi lemon dalam mengurangi nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Nurridha, Desa Tanjung Selamat, Kecamatan Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang pada tahun 2022.

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian *Kuantitatif* dengan desain penelitian menggunakan *Quasy Experiment* dengan rancangan *One Group Pre and Post Test Design*. Penelitian ini dilakukan di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang Tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 15 orang, kemudian Sampel adalah sebagian dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2015). Jumlah sampel yang di gunakan 15 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

4. HASIL

4.1. Analisis Univeriat

Analisis univariat menunjukkan hasil analisis terhadap distribusi frekuensi dari setiap variabel yang diteliti untuk mengetahui gambaran terhadap variabel yang diteliti di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang Tahun 202

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Ibu

No	Umur Ibu	Jumlah	
		F	%
1	19-25	5	33.3%

2	26-32	10	66.7%
Total		15	100%

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 15 responden diperoleh bahwa Mayoritas umur ibu 19-25 tahun sebanyak 10 orang (66.7%), dan Minoritas umur ibu 26-32 tahun sebanyak sebanyak 5 orang (33.3%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan Responden	Jumlah	
		F	%
1	SD	3	20.0%
2	SMP	5	33.3%
3	SMA	7	46.7%
Total		15	100%

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 15 responden diperoleh bahwa Mayoritas ibu berpendidikan SMA sebanyak 7 orang (46.7%), Ibu berpendidikan SMP sebanyak 5 orang (33.3%) dan Ibu berpendidikan SD sebanyak 3 orang (20.0%).

Table 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Paritas

No	Paritas	Jumlah	
		F	%
1	Primipara	9	60.0%
2	Multipara	6	40.0%
Total		15	100%

Berdasarkan Tabel 4.2.3 dapat diketahui bahwa dari 15 responden diperoleh bahwa

Mayoritas ibu primipara sebanyak 9 orang (60.0%), dan Minoritas ibu multipara sebanyak 6 orang (40.0%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Pemberian Aromaterapi Lemon

No	Intensitas Nyeri	Pre-Test	
		F	%
1	Nyeri Ringan	0	0%
2	Nyeri Sedang	6	40.0%
3	Nyeri Berat	9	60.0%
Total		15	100%

Berdasarkan Tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 15 responden diperoleh intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu sebelum diberikan aromaterapi lemon bahwa ibu mengalami nyeri ringan sebanyak 0 orang (0%), nyeri sedang sebanyak 6 orang (40.0%) dan nyeri berat sebanyak 9 orang (60.0%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Intensitas Nyeri Sesudah Dilakukan Pemberian Aromaterapi Lemon

No	Intensitas Nyeri	Post-Test	
		F	%
1	Nyeri Ringan	9	60.0%
2	Nyeri Sedang	5	33.3%
3	Nyeri Berat	1	6.6%
Total		15	100%

Berdasarkan Tabel 5 dapat diketahui bahwa dari 15 responden diperoleh intensitas nyeri persalinan kala I pada ibu sesudah diberikan aromaterapi lemon bahwa Mayoritas ibu mengalami nyeri ringan sebanyak 9 orang (60.0%), nyeri sedang sebanyak 5 orang (33.3%) dan Minoritas nyeri berat sebanyak 1 orang (6.6%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Rata-Rata Intensitas Nyeri Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pemberian Aromaterapi Lemon

	N	Min	Max	Mean	Std.
Pre-Test	15	4.0	8.0	6.60	1,24
Post-Test	15	1.0	8.0	3,73	2.05

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari lembar pre-test dan post-test Aromaterapi Lemon dari 15 responden sebelum diberikan aromaterapi lemon diketahui rata-ratanya adalah 6,60 (SD:1,24) (Min:4) (Max:8). Sedangkan rata-rata frekuensi setelah diberikan aromaterapi lemon adalah 3,73 (SD: 2,05) (Min: 1) (Max:8).

4.2. Analisis Bivariat

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah sebaran data pada sebuah kelompok data atau variabel, apakah sebaran data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Uji ini digunakan sebagai persyaratan dalam analisis *Paired T Test*. Uji normalitas data menggunakan nilai Shapiro-Wilk, sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikan > dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa data yang telah terkumpul berdistribusi normal.

Tabel 7 Uji Normalitas Pre-Test Dan Post-Test Aromaterapi Lemon Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I

	Kolmorow-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig	Statistic	df	Sig
Pre-test	226	15	0,037	0,896	15	0,082
Post-test	240	15	0,020	0,921	15	0,197

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa terdapat pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I yang dialami oleh ibu

inpartu.

Tabel 8 Perbandingan Rata-Rata Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I

	Mean	SD	SE	P Value	N
Pre-Test	6,60	1,242	0,320	0,000	15
Post-Test	3,73	2,052	0,529	0,000	15

Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa rata-rata sebelum diberikan aromaterapi lemon adalah 6,60 sedangkan setelah diberikan aromaterapi lemon adalah 3,73. Hasil uji statistika didapatkan nilai yang signifikan dengan *P Value* (0,000) < α (0,05) sehingga H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan ada pengaruh aromaterapi lemon terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang Tahun 2022.

5. Pembahasan

Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Sebelum diberi Aromaterapi Lemon

Berdasarkan hasil penelitian, tingkat nyeri persalinan pada kala I seperti pada tabel 4.2.4 dapat diketahui bahwa, tingkat nyeri persalinan sebelum diberi aromaterapi lemon adalah tingkat nyeri berat (60,0%).

Ibu primipara mengalami persalinan yang lebih panjang sehingga mereka merasa letih. Hal ini menyebabkan peningkatan nyeri. Rasa nyeri yang terjadi selama kala I juga disebabkan oleh kontraksi uterus yang terus meningkat untuk mencapai pembukaan serviks yang lengkap. Semakin bertambahnya volume dan kontraksi uterus maka rasa nyeri juga akan semakin meningkat.

Peningkatan nyeri tersebut dikarenakan pada kala I persalinan telah mencapai kontraksi uterus dengan frekuensi, intensitas dan durasi yang cukup untuk menghasilkan pendataran dan dilatasi serviks yang progresif maka nyeri persalinan juga semakin meningkat (Cunningham, 2017),

Beberapa responden juga terlihat khawatir, cemas dan takut pada proses persalinan

yang sedang dijalani. Rasa cemas dan rasa takut dapat memperberat persepsi nyeri selama persalinan. Nyeri dan cemas menyebabkan otot menjadi spatik kaku dan menyebabkan jalan lahir menjadi kaku, sempit dan kurang relaksasi. Nyeri dan ketakutan juga dapat menimbulkan stres. Terjadinya reaksi stres yang kuat dan berkelanjutan akan berdampak negatif terhadap ibu dan janinnya (Bobak, 2018).

Nyeri merupakan sesuatu yang kompleks, sehingga banyak faktor yang mempengaruhinya. Salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan adalah usia. Pada penelitian ini sebagian besar usia responden antara 19-25 tahun (66,7%) (Tabel 4.2.1). Usia mempunyai hubungan pengalaman terhadap suatu masalah kesehatan atau penyakit dan pengambilan keputusan. Seseorang yang berusia lebih tua akan mampu merespon terhadap stressor yang dihadapi dari pada seseorang yang berusia lebih muda. Setiap orang memiliki cara yang berbeda dalam mengatasi dan menginterpretasikan nyeri. Cara seseorang berespon terhadap nyeri adalah akibat dari banyak kejadian nyeri selama rentang hidupnya (Potter & Perry, 2017).

Tingkat pendidikan berpengaruh dalam memberikan respon terhadap segala sesuatu yang datang dari luar, dimana seseorang dengan pendidikan tinggi akan memberikan respon lebih rasional daripada yang berpendidikan menengah atau rendah. Sebagian besar responden dalam penelitian ini mempunyai tingkat pendidikan akhir SMA (46.7%) (Tabel 4.2.2). Tingkat pendidikan mempengaruhi persepsi seseorang dalam merasakan nyeri pada proses modulasi. Proses itu yang menyebabkan persepsi nyeri menjadi subyektif dan ditentukan oleh makna atau arti suatu input nyeri. Orang yang memiliki pendidikan tinggi diasumsikan lebih mudah menyerap informasi. Pengetahuan tentang pengelolaan nyeri dapat diperoleh dari pengalaman klien sendiri atau dari sumber lain. (Harsono, 2018).

Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Sesudah diberi Aroma Terapi Lemon

Berdasarkan hasil penelitian ini tingkat nyeri persalinan kala I seperti pada table 4.2.5 dapat diketahui bahwa tingkat nyeri persalinan setelah diberi aromaterapi lemon adalah tingkat nyeri ringan (rata-rata 3,73). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan nyeri persalinan pada kala I.

Pengalaman klinis menyatakan bahwa zat yang terkandung dalam lemon (linalool & limonen) berguna untuk menstabilkan system saraf sehingga dapat menimbulkan efek tenang bagi siapapun yang menghirupnya. Limonen yang terkandung dalam lemon memiliki efektivitas sebagai anastesi, analgetik dan obat penenang dengan cara kerjanya mencegah aktivitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit. Limonen adalah komponen utama dalam senyawa

kimia jeruk yang dapat menghambat sistem kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi nyeri yang dapat menjadi anastesi yang efektif dalam pengurangan kecemasan selama proses persalinan (Wong, 2016).

Efektifitas Aroma Terapi Lemon Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I

Berdasarkan data hasil penelitian tingkat nyeri persalinan kala I seperti tampak pada Tabel 4.2.2 dapat diketahui bahwa tingkat nyeri sesudah diberikan aromaterapi lemon 3,73 lebih rendah, apabila dibandingkan dengan sebelum diberikan aromaterapi lemon.

Hasil perhitungan dengan uji *Paired T Test*. Uji normalitas data menggunakan nilai Shapiro-Wilk, sebagai kriteria pengujian, jika nilai signifikan $>$ dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa data yang telah terkumpul berdistribusi normal. Hasil uji statistika didapatkan nilai yang signifikan dengan *P Value* (0,000) $<$ α (0,05) sehingga H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan ada pengaruh aromaterapi lemon terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang Tahun 2022.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat nyeri persalinan kala I sesudah diberi aromaterapi lemon lebih rendah apabila dibandingkan sebelum diberi aromaterapi lemon. Hal ini terjadi karena aromaterapi lemon dapat membantu membangkitkan semangat dan menyegarkan. Aromaterapi mempunyai beberapa molekul yang dilepaskan ke udara sebagai uap air. Ketika uap air yang mengandung komponen kimia tersebut dihirup, akan diserap tubuh melalui hidung dan paru-paru yang kemudian masuk ke aliran darah. Bersamaan saat dihirup, uap air akan berjalan segera ke sistem limbic otak yang bertanggung jawab dalam sistem integrasi dan ekspresi perasaan, belajar, ingatan, emosi, serta rangsangan fisik. Aromaterapi lemon sangat efektif dan bermanfaat saat dihirup atau digunakan pada bagian luar, karena indra penciuman berhubungan dekat dengan emosi manusia. Saat aromaterapi lemon dihirup, tubuh akan memberikan respon psikologis.

Aromaterapi dapat mempengaruhi system limbic di otak yang merupakan pusat emosi, suasana hati atau *mood*, dan memori untuk menghasilkan bahan neurohormon endorphin dan encephalin, yang bersifat sebagai penghilang rasa sakit dan serotonin yang berefek menghilangkan ketegangan atau stres serta kecemasan menghadapi persalinan (Perez, 2017). Sebuah studi yang dilakukan oleh Lee & Ming Ho (2016) di 87 rumah bersalin di New Zealand, bahwa sebanyak 60% dari rumah bersalin yang diteliti menggunakan aromaterapi untuk mengurangi rasa nyeri selama persalinan. Hal ini diperkuat oleh Moesley (2017) bahwa penggunaan aromaterapi di unit maternitas dapat menambah kepuasan ibu saat melahirkan dan proses persalinan menjadi lebih efektif.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Siti Cholifah

Tahun 2015 dalam jurnal yang berjudul Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Lemon terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. Dijelaskan bahwa nilai median dan rentang dari skor intensitas nyeri persalinan kala I setelah perlakuan menjadi lebih rendah dibandingkan sebelum perlakuan, sebelum diberi perlakuan rentang skor pada nyeri persalinan yaitu 3,00 dan sesudah diberi perlakuan rentang skor pada nyeri persalinan yaitu 2,00. Berdasarkan hasil uji statistik nilai $p < 0,05$ sehingga terdapat perbedaan skor pada kelompok responden sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Oleh karena itu dapat diasumsikan bahwa pemberian aromaterapi lemon berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan kala I.

Selain itu, menurut penelitian yang dilakukan oleh Ayni Dewi Sri (2016) yang berjudul Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Ibu Primipara, di BPM Ny. Sri Sulami Kota Malang. Sarjana Thesis, Universitas Brawijaya. Dijelaskan bahwa terdapat penurunan nyeri persalinan kala I sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberi perlakuan. Subjek penelitian berada dalam 3 kelompok; control ($n=6$), pemberian selama 5 menit ($n=6$), dan pemberian selama 15 menit ($n=6$). Penilaian nyeri persalinan menggunakan Visual Analog Scale (VAS). Hasil uji One – Way Anova menunjukkan bahwa $p\ value < 0,05$ hanya muncul pada pemberian aromaterapi lemon selama 5 menit yang berarti pemberian aromaterapi lemon selama 5 menit signifikan dalam penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primipara.

6. KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Dari hasil pembahasan pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang Tahun 2022 maka dapat diambil kesimpulan bahwa dari hasil statistik,

1. Rata-rata intensitas nyeri persalinan kala I sebelum diberikan aromaterapi lemon pada ibu inpartu kala I adalah 6,60 yang artinya ibu mengalami nyeri sedang.
2. Rata-rata intensitas nyeri persalinan kala I sesudah diberikan aromaterapi lemon pada ibu inpartu kala I adalah 3,73 yang artinya ibu mengalami nyeri ringan.
3. Ada pengaruh Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I setelah ibu diberikan Aromaterapi Lemon di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang Tahun 2022 ditunjukkan dengan hasil uji *t dependent* diperoleh $p\text{-value } 0,000 <$

0,05 yang artinya ada pengaruh Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I setelah dilakukan pemberian Aromaterapi Lemon.

6.2 Saran

Dengan dilakukannya penelitian ini dapat diketahui bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I. Maka metode ini dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri persalinan kala I. Adapun saran dari peneliti yaitu :

1. Pemberian aromaterapi lemon pada ibu dengan nyeri persalinan kala I dapat diterapkan di Klinik Pratama Nurridha Desa Tanjung Selamat Kec. Sei Tuan Kab. Deli Serdang karena intensitas nyeri yang dirasakan pasien dapat berkurang dan dapat membuat pasien menjadi lebih rileks.
2. Bagi pelayanan kesehatan agar lebih meningkatkan penatalaksanaan penanganan nyeri persalinan kala I secara non-farmakologis yaitu dengan pemberian aromaterapi lemon.
3. Bagi penelitian selanjutnya perlu dilakukan penelitian dengan sampel yang lebih banyak sehingga dapat mewakili seluruh ibu inpartu yang mengalami nyeri persalinan kala I.
4. Bagi institusi dapat digunakan untuk menambah wawasan dan informasi tentang pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I.
5. Bagi masyarakat khususnya ibu yang akan bersalin, yang hendak mencari informasi selengkapnya mengenai cara mengatasi nyeri persalinan dengan menggunakan aromaterapi lemon, sehingga ibu dan keluarga dapat mengatasinya dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisnah, et al., (2018) *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Buckle, J. (2017) Literature Review: *Should Nursing take Aromatherapy more seriously british Journal of Nursing*. Vol 2 No. 1
- Depkes RI, 2016 *Profil Kesehatan Indonesia*. Indonesia : Departemen Kesehatan Indonesia
- Risanto, O., (2018) *Obstetri Fisiologi*. Yogyakarta : Pustaka Cendekia.
- Rukiyah et al., (2019) *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*, Jakarta : CV. Trans Info Medika,
- Salmah et al., (2016) *Asuhan Kebidanan Pada Antenatal*, Jakarta : EGC.
- Saifuddin (2016), *Pelayanan Kesehatan Maternal & Neonatal*, Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sharma., (2019), *Panduan Terapi Aman Selama Kehamilan*, Surabaya: PT. ISFI Penerbitan.
- Poerwadi (2017) *Herbal dan Keperawatan Komplementer*, Yogyakarta : Nuha Medika.

- Rachmi, (2018) *Obat-obatan Penting, Khasiat, Penggunaan, dan Efek Sampingnya*, Jakarta : Gramedia.
- Risanto, O.,(2018) *Obstetri Fisiologi*, Yogyakarta : Pustaka Cendekia
- Tamsuri, (2016), *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*, Jakarta : EGC.
- Wahyuningsih, (2016). *Efektivitas Aromaterapi Lavender (Lavandula Angustifolia) dan Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida* di BPS Utami dan Ruang Poned RSUD Karanganyar.
- Wiknjosastro, 2010. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirihardjo
- Wong, (2018). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Volume. 3*. Jakarta : EGC