

EFEKTIFITAS PEMBERIAN AROMA TERAPI LEMON DAN PIJAT ENDORPHIN (ENDORPHINE MASSAGE) TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE

Utami, Nadia Putri¹⁾, Nurhayati¹⁾, Oktavianis³⁾

Universitas Fort De Kock Bukittinggi

email: np361324@gmail.com

Abstrak

Wanita di Indonesia mengalami nyeri persalinan dengan rata-rata skala nyeri persalinan mencapai 6 dari 10. Durasi nyeri persalinan rata-rata 6-8 jam, dan dapat dipengaruhi oleh faktor fisik, psikologis, dan sosial budaya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas pemberian aromaterapi lemon dan endorphine massage terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. Jenis penelitian ini quasi eksperimen dengan desain two group pretest and posttest. Penelitian ini dilakukan bulan September 2023-Februari 2024. Populasi penelitian seluruh ibu bersalin di wilayah kerja puskesmas Rawang, sampel 20 orang, masing-masing kelompok 10 sampel dengan purposive sampling. Uji analisa data univariat dan bivariat menggunakan paired t-test, Shapiro –Wilk dan Wilcoxon t-test. Hasil penelitian rata-rata nyeri persalinan pada aromaterapi lemon (pretest) sebelum 7.50 dengan standar deviasi 1.080. Rata-rata nyeri persalinan (posttest) 4.60 dengan standar deviasi 1.578 dengan menggunakan uji paired t-test untuk aromaterapi lemon didapatkan nilai p value = 0,000 ($p \leq 0,05$). Rata-rata nyeri persalinan pada endorphine massage (pretest) sebelum adalah 7.80 dengan standar deviasi 0.919. Rata-rata nyeri persalinan (posttest) adalah 4.50 dengan standar deviasi 0.823 dengan menggunakan uji wilcoxon test untuk endorphine massage didapatkan nilai p value = 0,004 ($p \leq 0,05$). Disimpulkan bahwa terdapat efektivitas pemberian aromaterapi lemon dan endorphine massage terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif. Sehingga disarankan pada tenaga kesehatan menganjurkan terapi nonfarmakologi khususnya pemberian aromaterapi lemon dan endorphine massage dalam mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif.

Abstract

Women in Indonesia experience labor pain with an average labor pain scale reaching 6 out of 10. The average duration of labor pain is 6-8 hours and can be influenced by physical, psychological, and socio-cultural factors. This study aimed to determine the effectiveness of providing lemon aromatherapy and endorphine massage in reducing labor pain during the first active phase. This type of research is quasi-experimental with a two-group pretest and posttest design. This research was conducted in September 2023-February 2024. The research population was all mothers giving birth in the Rawang Health Center working area, a sample of 20 people, 10 samples in each group using purposive sampling. Univariate and bivariate data analysis tests used the paired t-test, Shapiro-Wilk t-test, and Wilcoxon test. The research results mean delivery pain in lemon aromatherapy (pretest) before 7.50 with a standard deviation of 1.080. The average labor pain (posttest) was 4.60 with a standard deviation of 1.578. Using the paired t-test for lemon aromatherapy, the p-value = 0.000 ($p \leq 0.05$). The average pain delivery in endorphine massage (pretest) before was 7.80 with a standard deviation of 0.919. The average labor pain (posttest) was 4.50 with a standard deviation of 0.823. Using the Wilcoxon test for endorphin massage, the p-value = 0.004 ($p \leq 0.05$). It was concluded that there was effectiveness in giving lemon aromatherapy and endorphins massage for labor pain during the first active phase. So it is recommended for health workers to provide non-pharmacological therapy, especially lemon aromatherapy and endorphine massage to reduce labor pain during the first active phase.

Keywords : Lemon Aromatherapy, Endorphine Massage, Labor Pain

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan suatu proses alamiah yang akan dilalui oleh setiap ibu hamil yang ditandai dengan terjadinya pengeluaran hasil konsepsi berupa bayi dan plasenta pada rahim ibu. Pada proses ini terjadi peregangan dan pelebaran mulut rahim sebagai akibat dari kontraksi otot-otot rahim untuk mendorong bayi keluar. Bersamaan dengan setiap kontraksi, kandungan kemih, rektum tulang belakang dan tulang pubic menerima tekanan kuat dari rahim, hal inilah yang menyebabkan nyeri pada persalinan, saat yang paling melelahkan dan berat dan kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri pada saat persalinan adalah kala I fase aktif. Dalam fase ini kebanyakan ibu merasakan sakit yang hebat karena kegiatan rahim mulai aktif. Pada fase ini kontraksi semakin lama semakin kuat dan semakin sering. Salah satu tugas dari seorang bidan adalah mengkaji keadaan nyeri di antaranya penyebab nyeri, kualitas nyeri, lokasi nyeri, seberapa jauh mengganggu kehidupan dan waktu atau durasi nyeri serta menentukan diagnosa, perencanaan, implementasi dan evaluasi. (Andriyana, 2019)

Ibu yang akan melahirkan mengalami rasa nyeri dan ketidaknyamanan akibat kontraksi rahim yang melalui proses persalinan. Selama persalinan, mayoritas wanita akan mengalami nyeri. Setiap manusia akan mempersepsikan rasa sakit secara berbeda atas stimulus yang sama tergantung dalam ambang rasa sakit mereka selama persalinan. Saraf sensorik berperan atas sensasi nyeri yang tidak menyenangkan. Ketidaknyamanan, rasa takut dan rasa nyeri merupakan masalah bagi ibu bersalin. Hal tersebut merupakan tantangan terbesar dalam persalinan dan jika tidak diatasi akan berdampak pada terhambatnya kemajuan persalinan. Ibu bersalin yang sulit beradaptasi dengan rasa nyeri persalinan dapat menyebabkan perpanjangan kala I dan kesejahteraan janin terganggu, tidak ada kemajuan persalinan atau kemajuan persalinan yang lambat merupakan salah satu komplikasi persalinan yang

mengkhawatirkan, rumit, dan tidak terduga. (Rodiyah, 2019.)

Nyeri persalinan merupakan sumber yang paling signifikan dari ketidaknyamanan saat melahirkan, sehingga dapat menghasilkan tingkat rasa sakit yang sering melebihi batas ketahanan fisik. Selama persalinan itu sendiri, ada variabel lain yang membuat persepsi nyeri yang dirasakan setiap wanita adalah unik, yaitu frekuensi kontraksi, ukuran dan posisi bayi, lama persalinan, kebebasan bergerak, derajat kelelahan maupun kecemasan, merasa sendiri versus mendapat dukungan dan besarnya rasa percaya diri dan kesiapan. (Abdul, 2017)

Dampak resiko dalam proses persalinan yang menyebabkan angka kematian ibu yaitu perdarahan, hipertensi, abortus, dan partus lama. Menurut data World Health Organization (WHO), angka kematian ibu di dunia pada tahun 2023 adalah 339 per 100.000 kelahiran hidup atau diperkirakan jumlah kematian ibu adalah 303.000 kematian dengan jumlah tertinggi berada di negara berkembang yaitu sebesar 302.000 kematian. Angka kematian ibu di negara berkembang 20 kali lebih tinggi dibandingkan angka kematian ibu di negara maju yaitu 239 per 100.000 kelahiran hidup sedangkan di negara maju hanya 12 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2023. (World Health Organization, 2023).

Angka Kematian Ibu di Indonesia termasuk tinggi diantara negara-negara ASEAN. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2020, AKI di Indonesia mencapai 346/100.000 kelahiran hidup. Penyebab terbesar AKI selama tahun 2010-2013 disebabkan oleh perdarahan (35,1 %), hipertensi (26,9%), infeksi (7,3%), abortus (4,7%), dan partus lama (1,8%). (SDKI, 2020.)

Nyeri dalam persalinan merupakan suatu hal yang fisiologis, rasa nyeri ini disebabkan karena adanya kontraksi dan peregangan segmen bawah rahim dan serviks. Rasa nyeri yang dialami selama persalinan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya

faktor usia dan paritas, aktivitas fisik, kondisi psikologis, budaya, pengalaman dan pengetahuan tentang persalinan sebelumnya. (Andriyana, 2019)

Terapi non farmakologis yang dapat diterapkan untuk mengatasi penurunan nyeri salah satunya adalah dengan menggunakan aroma terapi lemon dan endorphine massage yang diberikan pada pasien untuk mengurangi nyeri. Aroma terapi lemon dan endorphine massage selain murah juga mudah digunakan dan non invasive juga dapat mengurangi nyeri pada persalinan. Terapi ini masih belum banyak digunakan serta dijelaskan pada penelitian-penelitian untuk mengatasi nyeri pada persalinan kala I fase aktif.

Aroma terapi lemon adalah jenis aroma terapi yang aman untuk kehamilan dan melahirkan. Aromaterapi lemon memiliki kandungan yang dapat membunuh bakteri meningokokus (*meningococcus*), bakteri tipus, memiliki efek anti jamur dan efektif untuk menetralkan bau yang tidak menyenangkan, serta menghasilkan efek anti cemas, anti depresi, anti stres, dan untuk mengangkat dan memfokuskan pikiran. (Apryanti, 2020)

Endorphine massage adalah sebuah terapi sentuhan atau pijatan yang dapat diberikan mudali dari ibu hamil usia 36 minggu. Pijatan yang diberikan dapat merangsang tubuh untuk mengeluarkan senyawa endorphine, sebagai Pereda rasa sakit sehingga berfungsi untuk menciptakan rasa nyaman yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah sehingga dapat meningkatkan kondisi rileks. (Apryanti, 2020)

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Yohana Putri Apryanti Efektifitas Kombinasi *Endorphine Massage* Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I tahun 2020 diketahui jumlah skala nyeri pada ibu bersalin pada kelompok intervensi sesudah diberikan perlakuan diperoleh rata-rata 9,20. Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh rata-rata 21,8 dengan $p=0,001$ ($p<0,05$) Dari

hasil penelitian ini menunjukkan intensitas nyeri pada kelompok intervensi lebih menurun dibandingkan dengan intervensi nyeri pada kelompok kontrol. (Apryanti, 2020)

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Lensi Natalia Tambunan Efektifitas Kombinasi Pijat Endorphin Dan Aroma Terapi *Rose* Terhadap Pengurangan Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya Model Kontrol Manajemen Laktasi Di Upt Puskesmas Pahandut Kota Palangkaraya tahun 2021 diketahui bahwa nilai mean rank Nyeri pada ibu bersalin tidak diberikan pijat Endorphine dan *Aromatherapy rose* lebih besar dibandingkan dengan nyeri pada ibu bersalin yang diberikan pijat endorphine dan *aromatherapy rose* dengan $p=0,00$ dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan nyeri persalinan pada kala I tanpa pijat endorphine dan *aromatherapy rose* dengan diberikan pijat endorphin dan pemberian *aromatherapy rose*. (Natalia Tambunan, 2021)

Merujuk pada data AKI di Indonesia yang masih tinggi maka penulis merasa perlu dilakukan penelitian ilmiah sebagai salah satu usaha mengatasi masalah rasa nyeri pada Ibu Bersalin. Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 18 September 2023 di Puskesmas Rawang 16 dari 20 ibu mengalami nyeri berat persalinan. Sebagian besar ibu bersalin di puskesmas Rawang belum mengetahui pemberian aromaterapi lemon dan endorphine massage untuk mengurangi nyeri persalinan sehingga peneliti merasa perlu dilakukan penelitian ilmiah tentang Efektifitas Pemberian Aroma Terapi Lemon Dan Endorphine Massage Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di PMB B Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2023.

METODE PENELITIAN

Jenis dan desain penelitian

Jenis penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* dengan desain *Two Group Pretest and Posttest* yaitu dengan membandingkan antara kedua kelompok yang diberikan pretest berupa pengukuran penurunan nyeri persalinan kala I untuk mencari perbedaan awal antara kelompok intervensi pemberian aroma terapi lemon dan endorphine massage. Kemudian kedua kelompok diberikan perlakuan berupa pemberian aromaterapi lemon dan endorphine massage. Setelah itu dilakukan pengukuran skala nyeri pada kedua kelompok. Hasil dari kedua pengukuran kelompok tersebut dibandingkan dan di analisis (*Daftar Pustaka*, n.d.-a)

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan November s.d Februari 2024 di PMB B Wilayah Kerja Puskesmas Rawang.

Populasi dan Sampel

Populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti (Notoatmojo, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin kala I fase aktif di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang selama 3 bulan terakhir, terhitung dari juli tahun 2023 yang sebanyak 40 pasien .

Sampel penelitian merupakan sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2017). Besar sampel pada penelitian ini adalah 20 sampel dengan masing-masing kelompok 10 sampel yang ditentukan berdasarkan kriteria sampel minimal. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu memilih sampel berdasarkan kriteria spesifik yang ditetapkan oleh peneliti. Peneliti mengambil sampel yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu sampel untuk kelompok intervensi pemberian aromaterapi lemon dan sampel untuk kelompok intervensi pemberian

endorphine massage sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut :

Kriteria inklusi :

1. Ibu hamil trimester III
2. Ibu bersalin kala I normal (fase aktif) primigravida dan multigravida
3. Kehamilan tunggal dan presentasi kepala

Kriteria eksklusi :

1. Terjadi komplikasi atau masalah pada ibu selama intervensi berlangsung.
2. Ketidaknyamanan pasien dan menolak dilanjutkan intervensi.
3. Alergi terhadap aroma terapi dan riwayat asma
4. Ibu yang mengalami kehamilan yang tidak diinginkan (gangguan psikologi).

Teknik Pengolahan Data

Menurut (Notoatmodjo,2017) , ada beberapa cara teknik pengolahan data, yaitu sebagai berikut :

1. Pemeriksaan Data (*Editing*)

Pada proses ini dilakukan pemeriksaan untuk melihat kelengkapan data yang diperoleh pada lembar observasi. Tujuan dari editing adalah untuk mengurangi kesalahan atau kekurangan yang ada didalam data.

2. Pengkodean Data (*Coding*)

Setelah semua data di edit atau disunting selanjutnya dilakukan pengkodean atau *coding* yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.

Coding yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk lembar data responden, yaitu :

- a. Kelompok dengan intervensi pemberian aroma terapi lemon diberi *coding* 1
- b. Kelompok dengan intervensi pemberian endorphine massage diberi *coding* 2
- c. Nyeri persalinan

Skala 0 : Tidak nyeri

Skala 1-3 : nyeri ringan

Skala 4-6 : nyeri sedang

Skala 7-9 : nyeri berat terkontrol

Skala 10 : nyeri berat tidak terkontrol

3. Memasukkan Data (*Entry*)

Merupakan kegiatan memasukkan semua data yang telah diberikan kode ke dalam program atau software computer. Software computer ini bermacam-macam, masing-masing mempunyai kelebihan dan kekurangan. Dalam penelitian ini menggunakan SPSS (Notoatmodjo, 2017).

4. Pembersihan Data (*Cleaning*)

Merupakan kegiatan pembersihan data yang telah di entri ke dalam master table apakah ada ditemukan kesalahan dalam memasukkan data sehingga data siap dianalisis .

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisa Univariat

1. Rata-rata aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri persalinan kala I Fase aktif

Tabel 1
Rata-rata Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Pemberian Aroma Terapi Lemon

Variabel	Mean	Median	Standar Deviasi	Min-Maks
Sebelum pemberian Aromaterapi lemon	7.50	7.50	1.080	6-9
Sesudah pemberian Aromaterapi lemon	4.60	4.00	1.578	2-7

Berdasarkan hasil dari univariat menunjukkan bahwa dari 10 responden diketahui bahwa intensitas rata-rata nyeri sebelum pemberian aromaterapi lemon 7.50 dengan intensitas terendah 6 dengan kategori nyeri sedang dan intensitas nyeri tertinggi 9 dengan kategori nyeri berat terkontrol pada standar Deviasi sebesar 1.080 Sedangkan diketahui bahwa intensitas rata-rata nyeri sesudah pemberian aromaterapi lemon 4.60 dengan intensitas terendah 2 dengan kategori nyeri ringan dan intensitas tertinggi 7 dengan kategori nyeri berat terkontrol dengan standar deviasi sebesar 1.578.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Laurena, Matdan Lenny (2019) Dimana hasil penelitiannya adalah terdapat efektifitas aromaterapi lemon terhadap nyeri persalinan. Penelitian Nailul (2017) Dimana hasil penelitian yang dilakukan yaitu ada pengaruh aromaterapi lemon terhadap nyeri persalinan.

Menurut asumsi peneliti, aromaterapi lemon yang diberikan pada ibu bersalin sangat berpengaruh, dengan memberikan aromaterapi lemon rasa nyeri yang dialami ibu selama proses persalinan akan turun. Ini dikarenakan kandungan minyak lemon limonene yang mempunyai efektivitas untuk membuat ibu bersalin relaksasi. Dimana limonene ini merupakan senyawa utama yang berperan aktif pada efek anti cemas (relaksasi) pada lemon. Selama proses penelitian ini berlangsung ibu yang sebelumnya belum diberikan aromaterapi lemon rata-rata mengalami nyeri berat terkontrol dengan intensitas 7.50 sedangkan setelah diberikan aromaterapi lemon mengalami nyeri sedang dengan intensitas 4.60. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan aromaterapi lemon sebagian besar mengalami perubahan.

2. Rata-rata pemberian Endorphine Massage terhadap penurunan nyeri persalinan kala I Fase Aktif

Tabel 2
Rata-rata Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Pemberian Endorphine Massage

Variabel	Mean	Median	Standar Deviasi	Min-Maks
Sebelum pemberian Endorphine Massage	7.50	8.00	0.919	6-9
Sesudah pemberian Endorphine Massage	4.60	4.50	.823	4-7

Berdasarkan hasil dari univariat menunjukkan bahwa dari 10 Responden diketahui bahwa intensitas rata-rata nyeri sebelum pemberian endorphine massage adalah 7.80 dengan intensitas terendah 6 dengan kategori nyeri sedang dan intensitas nyeri tertinggi 9 dengan kategori nyeri berat terkontrol. Pada standar Deviasi sebesar 0.919 Sedangkan diketahui bahwa intensitas rata-rata nyeri sesudah pemberian Endorphine Massage 4.70 dengan intensitas terendah 4 dengan kategori nyeri sedang dan intensita tertinggi 7 dengan kategori nyeri berat terkontrol. Dengan standar deviasi sebesar 0.823 yang artinya Endorphine Massage memiliki pengaruh yang efektif terhadap penurunan skala nyeri persalinan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Nurkhasanah (2021) yang menyatakan bahwa intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan endorphine massage menunjukkan ada perbedaan intensitas nyeri persalinan sebelum dan sesudah pemberian endorphine massage dengan p value 0,000 yang artinya $p < 0,05$.

Menurut asumsi peneliti bahwa responden yang diberikan *endorphin massage* sebagian besar mengalami penurunan skala nyeri. Keadaan responden sebelum dilakukan *endorphin massage* mengalami nyeri yang berat terkontrol dengan intensitas 7.80, sedangkan setelah diberikan *endorphine massage* mengalami nyeri sedang dengan intensitas 4.70. Nyeri yang dirasakan tampak dari raut wajah responden yang menyeringai karena menahan sakit. Setelah diberikan *endorphin massage* responden Sebagian besar mengalami perubahan nyeri., pijatan-pijatan halus yang dilakukan *endorphin massage* dilakukan pada bagian-bagian tubuh yang dapat merangsang hormone endorphine sehingga meningkatkan hormone endorphine dapat menghambat pengiriman pesan nyeri. Teknik *endorphin massage* membuat responden merasa lebih nyaman dan rileks walaupun tidak sepenuhnya menurunkan nyeri yang dirasakan secara drastis dikarenakan tidak dilakukannya endorphine secara skin to skin sebab responden merasa tidak nyaman apabila

dilakukannya massage tanpa perantara pakaian. Penggunaan metode endorphin massage sebagai penurunan intensitas nyeri persalinan dengan partus pervaginam di Puskesmas Rawang.

B. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dilakukan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Hasil uji normalitas data dalam penelitian adalah :

Table 5.6

Uji Normalitas Data Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I fase aktif

	Shapiro-Wilk
	P-value
Pre Test Aromaterapi Lemon	0.258
Post Test Aromaterapi Lemon	0.325

Berdasarkan tabel 5.6 diperoleh kemaknaan sig. pada pretest adalah p value = 0.258 artinya > 0.05 dan pada posttest p value = 0.325 artinya p value > 0.05 maka dapat disimpulkan distribusi data pada pretest dan posttest adalah normal sehingga uji hipotesis yang digunakan yaitu uji parametrik.

Table 5.7

Uji Normalitas Data Endorphine massage Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I fase aktif

	Shapiro-Wilk
	P-value
Pre Test Endorphine massage	0.149
Post Test Endorphine massage	0.008

Berdasarkan tabel 5.7 diperoleh kemaknaan sig. pada pretest adalah p value = 0.149 artinya < 0.05 dan pada posttest p value = 0.008 artinya p value < 0.05 maka dapat disimpulkan distribusi data pada pretest dan posttest tidak distribusi normal sehingga uji hipotesis yang digunakan yaitu uji nonparametrik dengan uji Wilcoxon test.

C. Analisa Bivariat

a. Diketahui perbedaan pengaruh pemberian aromaterapi lemon dan pijat endorphine (endorphine massage) terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB B wilayah kerja Puskesmas Rawang Tahun 2023.

Table 3
Uji Paired t-test

Aromaterapi Lemon	Mean	SD	p-value
Pre – Post	2900	0.876	0.000

Tabel 4
Uji Wilcoxon Test

Endorphine Massage	Z	p-value
Pre – Post	-2.850	0.004

Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji paired t- test untuk aromaterapi lemon di dapatkan nilai nilai probabilitas (signifikansi) = 0.000 sehingga $\alpha < 0,05$, artinya hipotesis diterima. Oleh karena itu dapat disimpulkan secara statistik ada perbedaan yang bermakna antara nyeri kala I fase aktif sebelum mendapatkan aromaterapi lemon dengan setelah mendapatkan aromaterapi lemon. Dengan kata lain terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan fisiologis kala I fase aktif.

Berdasarkan hasil dari uji Wilcoxon diperoleh nilai probabilitas (signifikansi) = 0.004 sehingga $\alpha < 0,05$, artinya hipotesis diterima.

Oleh karena itu dapat disimpulkan secara statistik ada perbedaan yang bermakna antara nyeri kala I fase aktif sebelum mendapatkan endorphine massage dengan setelah mendapatkan endorphine massage. Dengan kata lain terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian endorphine massage terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan fisiologis kala I fase aktif.

Pasien dikatakan dalam tahap persalinan kala I, jika sudah terjadi pembukaan serviks dan kontraksi terjadi teratur minimal 2 kali dalam 10 menit selama 40 detik. Pada kala I serviks membuka sampai terjadi pembukaan 10 cm, disebut juga kala pembukaan. Secara klinis partus dimulai bila timbul his dan wanita tersebut mengeluarkan lendir yang bersemu darah (bloody show). Lendir yang bersemu darah ini berasal dari lendir kanalis servikalis karena serviks mulai membuka atau mendatar. Sedangkan darahnya berasal dari pembuluh-pembuluh kapiler yang berada di sekitar kanalis servikalis itu pecah karena pergeseran-pergeseran ketika serviks membuka. (Amelia, 2019)

Nyeri dalam persalinan merupakan suatu hal yang fisiologis, rasa nyeri ini disebabkan karena adanya kontraksi dan peregangan segmen bawah rahim dan serviks. Rasa nyeri yang dialami selama persalinan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor usia dan paritas, aktivitas fisik, kondisi psikologis, budaya, pengalaman dan pengetahuan tentang persalinan sebelumnya (Andriyana, 2019).

Untuk kejadian tersebut diperlukan berbagai macam terapi farmakologi dan non farmakologi. Untuk terapi non farmakologi Aromaterapi adalah salah satu Teknik pengobatan atau keperawatan menggunakan bau-bauan yang menggunakan essential oil. Prinsip utama aromaterapi yaitu pemanfaatan bau dari tumbuhan atau bunga untuk mengubah kondisi perasaan, psikologi, status spiritual dan kondisi fisik seseorang melalui hubungan pikiran dan tubuh pasien (Cholifah & Eka N, 2019). Massage adalah terapi manual yang melibatkan berbagai teknik untuk memanipulasi jaringan lunak tubuh. Teknik ini termasuk sentuhan, tekanan, gerakan, dan

getaran. Pijat dapat dilakukan dengan tangan, jari, siku, lengan, kaki. Endorphine massage adalah sebuah terapi sentuhan atau pijatan yang dapat diberikan mudali dari bersalin. Pijatan yang diberikan dapat merangsang tubuh untuk mengeluarkan senyawa endorphine, sebagai Pereda rasa sakit sehingga berfungsi untuk menciptakan rasa nyaman yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah sehingga dapat meningkatkan kondisi rileks (Apryanti & Astuti, 2020)

Penelitian ini sejalan dengan Lensi Natalia Tambunan Efektifitas Kombinasi Pijat Endorphin Dan Aroma Terapi Rose Terhadap Pengurangan Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya Model Kontrol Manajemen Laktasi Di Upt Puskesmas Pahandut Kota Palangkaraya tahun 2021 diketahui bahwa nilai mean rank Nyeri pada ibu bersalin tidak diberikan pijat Endorphine dan *Aromatherapy* rose lebih besar dibandingkan dengan nyeri pada ibu bersalin yang diberikan pijat endorphine dan *aromatherapy* rose dengan $p=0,00$ dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan nyeri persalinan pada kala I tanpa pijat endorphine dan *aromatherapy* rose dengan diberikan pijat endorphin dan pemberian *aromatherapy* rose.

Menurut asumsi peneliti bahwa terdapat perbedaan efektifitas aromaterapi lemon dan endorphine massage terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif, Dimana p value masing-masing kelompok intervensi p value 0,000 dan p value 0,004 ($p<0,05$). Adapun perbedaannya yaitu pada kelompok aromaterapi didapatkan 2,900 dengan standar deviasi 0,876 adapun pada kelompok endorphine massage didapatkan -2,850 dengan p -value 0,004, dengan ini pada kelompok aromaterapi lemon dan endorphine massage terdapat perbedaan efektifitas. Maka dari itu, aromaterapi lemon merupakan obat non farmakologi tanpa efek samping yang paling efektif yang dapat menurunkan nyeri persalinan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis ucapkan kepada Universitas Fotr De Kock Bukittinggi dan

pihak-pihak terkait yang telah memfasilitasi dan membantu berjalannya penelitian ini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Efektivitas Aromaterapi Lemon dan Pijat endorphine Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di PMB B Wilayaj Kerja Puskesmas Rawang Tahun 2023 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rata-rata nyeri pada kelompok aromaterapi lemon (*pretest*) sebelum adalah 7,50 dengan standar deviasi 1.080
2. Rata-rata nyeri pada kelompok aromaterapi lemon (*posttest*) sebelum adalah 4,60 dengan standar deviasi 1.578
3. Rata-rata nyeri pada kelompok *endorphine massage* (*pretest*) sebelum adalah 7,80 dengan standar deviasi 0,919
4. Rata-rata nyeri pada kelompok *endorphine massage* (*posttest*) sebelum adalah 4,70 dengan standar deviasi 0.823
5. Terdapat perbedaan efektifitas pemberian aromaterpi lemon dan endorphine massage terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB B wilayah kerja puskesmas Rawang tahun 2023, di dapatkan hasil nilai p value = 0,000 ($p\leq 0,05$) pada kelompok aromaterapi lemon dan didapatkan hasil p value = 0,004 ($p\leq 0,05$).

REFERENSI

- Abdul Rahman, S., Handayani, A., Mallongi, A., Biostatistik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin, B., Kebidanan Minasa Upa Makassar, A., Tinggi Ilmu Kesehatan Mega Rezky Makassar, S., & Kesehatan Lingkungan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin, B. (2017). PENURUNAN NYERI PERSALINAN DENGAN KOMPRES HANGAT DAN MASSAGE EFFLEURAGE Decrease of Labor Pain with Warm Compress and Effleurage Massage. In JURNAL MKMI (Vol. 13, Issue 2).
- Ahmad, M. (2023). PENATALAKSANAAN NYERI PERSALINAN NON

FARMAKOLOGI.

- Amalia Yunia Rahmawati. (2020). Persalinan. July, 1–23.
- Amelia. (2019). *Konsep Dasar Persalinan*.
- ANDRIYANA. (2019). 15. BAB I. <https://repository.stikes-alinsyirah.ac.id/handle/123456789/236>
- Apriyanti, Y. P., & Astuti, S. C. D. (2020). Efektivitas Kombinasi Endorphine Massage Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I. Kebidanan Dan Keperawatan, 8, 7–14.
- Ayudita. (2023). Buku Ajar Kebidanan Manajemen Nyeri dan Persalinan kala I-IV S1 KEBIDANAN.
- Cholifah, S., & Raden, A. (n.d.). PENGARUH AROMATERAPI INHALASI LEMON TERHADAP PENURUNAN NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF.
- Jahriani, N. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Persalinan Normal Di Klinik Harapan Bunda Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2021. Jurnal GENTLE BIRTH, 5(1), 1–7.
- Koirullisa. (2019). PENGARUH AROMATERAPI CITRUS AURANTIUM DENGAN SLOW DEEP BREATHING PADA PRE OPERASI SECTIO CAESAREA TERHADAP KECEMASAN DENGAN SPINAL ANESTESI DI RS PKU MUHAMMADIYAH BANTUL.
- Listiawati, E. (2019). Aplikasi Aromaterapi Inhalasi Lemon Untuk Mengatasi Nyeri Akut Pada Persalinan Kala I Fase Aktif. 9, 4–11.
- Maternity, D., Ariska, P., & Yulia Sari, D. (2017). Inhalasi Lemon Mengurangi Mual Muntah Pada ibu Hamil INHALASI LEMON MENGURANGI MUAL MUNTAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER SATU: Vol. II (Issue 3).
- N Pratiwi. (2018). BAB II TINJAUAN PUSTAKA. <http://repository.unimus.ac.id>
- Na, A., Hayu Lestari, R., & Wibowo Stikes Pemkab Jomban, H. (n.d.). ASUHAN KEBIDANAN PADA IBU BERSALIN KALA I FASE AKTIF DENGAN KOMPRES PANAS GUNA MENGURANGI RASA NYERI (Midwifery Care At Maternity Mother Kala I Active Phase With Hot Compresses To Reduce Pain).
- Nanda, Y., Ardhi, H., Indra, M., Slamet, P., Rizki, J., Anis, B. M., Anugrah, Z., & Warthadi, N. (n.d.). CARA CEPAT KUASAI MASSAGE KEBUGARAN BERBASIS APLIKASI ANDROID.
- Pande. (n.d.). 1929081002-ABSTRAK. 2021.
- Pinem. (2018). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN IBU DALAM MEMILIH PENOLONG PERSALINAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MOMPANG KECAMATAN PANYABUNGAN UTARA KABUPATEN MANDAILING NATAL TAHUN 2018.
- Pratiwi, F., & Subarnas, A. (n.d.). REVIEW ARTIKEL : AROMATERAPI SEBAGAI MEDIA RELAKSASI (Vol. 18).
- PROFIL KESEHATAN INDONESIA TAHUN 2020
- Putri. (2019). PENGARUH KOMBINASI ENDORPHINE MASSAGE DAN TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN PRE ANESTESI DI RSUD KABUPATEN TEMANGGUNG.
- Restu. (2018). PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN PROSES PERSALINAN PADA IBU BERSALIN KALA I DI RSUD dr. R. GOETENG TAROENADIBRATA PURBALINGGA.
- Rodiyah, D., Putri, A., Rachmawati, B., Studi, P., Program, K., Stikes, S., & Pertiwi Indonesia, B. (2021). Pengaruh Pijat Endorphin Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di PMB Sri Budhi Rahayu S,ST Depok. 1–8.
- Tambunan, L. N., & Aprilianti, D. (2021). Efektifitas Kombinasi Pijat Endorphin dan Aroma Terapi Rose Puskesmas Pahandut Kota Palangka Raya Model Kontrol Palangkaraya. Jurnal Surya Medika, 6(2), 70–74.
- World Health Organization. (2023). World health statistics 2023: monitoring health for the sdgs, sustainable development goals. In The Milbank

Memorial Fund quarterly (Vol. 27, Issue 2).

Yuriatin, F., Maulidiyah, U., Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan Rumah Sakit Islam Pontianak Koresponden, S., Medikal Bedah, K., & Yarsi Pontianak, Stik. (n.d.). PENGARUH PEMBERIAN AROMA TERAPI LEMON (CYTRUS) TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENORE.

Yulianingrum Esti. (2018). PENGARUH KOMPRES HANGAT DAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN AS SALAFIYAH DAN PONDOK PESANTREN ASH SHOLIAH SLEMAN.