**Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Nyeri Persalinan: *Systematic Literature Review***

Friskha Irnanda Herdiani Yuana1\*, Lisa Trina Arlym2, Yocki Yuanti.

1Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, STIKes Mitra Ria Husada Jakarta, Jakarta, Indonesia

2 Program Studi Sarjana Profesi Bidan, STIKes Mitra Ria Husada Jakarta, Jakarta, Indonesia

\*Email Korespondensi : [*fihyuana@gmail.com*](mailto:fihyuana@gmail.com) */085778853667*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Submitted :* | *Accepted:* | *Published:* |

***Abstract***

*Childbirth is an emotional experience that includes physiological and psychological mechanisms experienced by pregnant women. Most labor pain is the experience most often complained of. The purpose of this study was to determine the effect of rose aromatherapy on labor pain. This research method used Systematic Literature Review. Search articles using Google Scholar, PubMed, ProQuest, GARUDA databases from 2017-2022 and the selection process using PRISMA diagrams. The results showed that three articles showed that rose aromatherapy could reduce pain during labor. From these 3 articles using rose aromatherapy can reduce the frequency of labor pain. The frequency of use is 3-4 drops mixed with 20-40 ml of water and turned on for 10-15 minutes in the first stage of the active phase of labor. The conclusion of this study was that rose aromatherapy has an effect on reducing labor pain for women in labor, especially in the first stage. Rose aromatherapy can reduce the frequency of labor pain if it is carried out according to the frequency of use of at least 4 drops mixed with 40 ml of water and turned on for 15 minutes in the first stage of the active phase of labor.*

***Keywords:****Aromatherapy rose, Labor pain*

**Abstrak**

Persalinan merupakan pengalaman emosional yang mencakup mekanisme fisiologis dan psikologis yang dialami oleh wanita hamil. Sebagian besar nyeri persalinan merupakan pengalaman yang paling sering dikeluhkan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh aromaterapi mawar terhadap nyeri persalinan. Metode penelitian ini menggunakan *Systematic Literature Review.* Pencarian artikel menggunakan *database Google Scholar, PubMed, ProQuest,* GARUDAdari tahun 2017-2022 dan proses seleksi menggunakan diagram PRISMA. Hasil penelitian didapatkan tiga artikel yang menunjukkan bahwa aromaterapi mawar dapat mengurangi rasa nyeri pada saat persalinan. Dari 3 artikel tersebut dengan menggunakan aromaterapi mawar dapat menurunkan frekuensi nyeri persalinan. Frekuensi pemakaian 3-4 tetes dicampurkan dengan 20-40 ml air dan dinyalakan selama 10-15 menit pada kala I fase aktif persalinan. Kesimpulan penelitian ini adalah aromaterapi mawar berpengaruh dalam mengurangi nyeri persalinan ibu bersalin khususnya pada kala I. Aromaterapi mawar dapat menurunkan frekuensi nyeri persalinan apabila dilakukan sesuai dengan frekuensi pemakaian minimal 4 tetes dicampurkan dengan 40 ml air dan dinyalakan selama 15 menit pada kala I fase aktif persalinan.

**Kata Kunci:**Aromaterapi Mawar, Nyeri Persalinan

**PENDAHULUAN**

Menurut Hetia, dkk (2017) Persalinan yaitu saat yang dinanti-nantikan ibu hamil, dan beberapa wanita. Persalinan juga diliputi rasa cemas, dan takut terhadap rasa nyeri saat persalinan. Menurut Juniartati dan Widyawati (2018), Persalinan merupakan suatu proses alamiah yang akan dihadapi setiap ibu hamil, dimana terjadi pengeluaran hasil konsepsi berupa bayi dan plasenta dari rahim ibu. Sedangkan menurut Sagita dan Martina (2019) mengatakan persalinan normal merupakan proses pengeluaran janin atau hasil konsepsi dari rahim dan kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan presentasi belakang kepala yang berlangsung 18 jam, tanpa ada komplikasi baik pada ibu maupun janin.

Beberapa teori yang menyebabkan mulainya persalinan, yaitu penurunan kadar *progesterone,* teori *oxytocin,* keregangan otot-otot, pengaruh janin dan teori *prostaglandin*. Adapun tanda dan gejala persalinan, yaitu: *lightening,* fase *labor,* perubahan *cervix,* energi *sport* dan *gastrointestinal upsets* faktor yang mempengaruhi persalinan, yaitu: *passage* (jalan lahir, *power* (kekuatan), *passanger* (janin), psikologi dan penolong

Nyeri akibat kontraksi pada saat proses persalinan merupakan hal yang wajar dan fisiologis, pada saat persalinan umumnya ibu akan merasa takut sehingga dapat mengakibatkan stress. Nyeri persalinan merupakan kontraksi uterus yang disebabkan dilatasi dan penipisan *cervix* serta iskemia rahim (penurunan aliran darah sehingga oksigen local mengalami deficit) akibat kontraksi arteri myometrium.

Pada saat terjadi kontraksi maka mulut rahim akan melebar sehingga mendorong bayi keluar, tulang pubis menerima tekanan yang kuat dari rahim, hal inilah yang menyebabkan nyeri saat persalinan.Nyeri disebabkan karena adanya peregangan perineum dan vulva, tekanan uterus vertical saat kontraksi dan penekanan bagian terendah janin secara progresif dan *fleksus lumbosacral*, kandung kemih, dan struktur *sensitive* panggul yang lain.

Secara umum terdapat 2 faktor yang mempengaruhi persalinan, yaitu faktor fisik seperti umur, paritas, besar janin, intensitas, dan lama persalinan, pembukaan *cervix*, posisi janin, karakteristik panggul, dan tindakan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan. Dan faktor psikologis seperti social budaya setempat, tingkat kecemasan dan ketakutan, tingkat pengetahuan dan pendidikan, pengalaman nyeri sebelumnya, persiapan persalinan, dan system pendukung.

Ada beberapa aspek yang berkaitan dengan nyeri pada persalinan bisa mempengaruhi proses persalinan. Pengaruh utamanya terjadi karena terpicunya *system* simpatis dimana terjadi peningkatan kadar plasma dari *katekolamin*, terutama *epinefrin*.Terapi non farmakologi yang umum digunakan untuk mengurangi rasa nyeri persalinan yaitu teknik relaksasi dan pernapasan, *effleurage* dan tekanan sacrum, *jet hidroterapi, Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), dan teknik lain seperti hipnoterapi, *massage*, *acupressure*, aromaterapi, yoga dan sentuhan terapeutik. Metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri yaitu teknik relaksasi, imajinasi, pergerakan dan perubahan posisi, umpan balik biologis, abdominal *lifiing*, *effleurage*, hidroterapi, hipnoterapi, homeopati, terapi *counter pressure*, terapi musik, akupresur, akupuntur dan aromaterapi.

Aromaterapi merupakan sebagian dari sekian banyak metode pengobatan alami yang digunakan sejak berabad-abad. Aromaterapi berasal dari kata aroma yang berarti harum atau wangi, dan terapi dapat diartikan sebagai cara pengobatan atau penyembuhan. Sehingga aromaterapi diartikan sebagai satu cara perawatan tubuh dan penyembuhan penyakit dengan menggunakan minyak esensial.28 Aromaterapi juga dipercaya sebagai terapi komplementer untuk menurunkan intensitas nyeri, yaitu dengan aromaterapi dengan minyak esensial.

Aromaterapi masuk ke rongga hidung melalui penghirupan akan langsung bekerja lebih cepat karena molekul-molekul minyak esensial yang mudah menguap, *hipoatalamus* aroma tersebut diolah dan dikonversikan oleh tubuh menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi neurokimia berupa zat *endorphin* dan *serotonin* sehingga berpengaruh langsung pada organ penciuman dan dipersepsikan oleh otak untuk memberikan reaksi yang membuat perubahan fisiologis pada tubuh, pikiran, jiwa, dan menghasilkan efek menenangkan pada tubuh.

Bunga mawar berkhasiat sebagai cell rejuvenator yang membuat sel muda kembali, antiseptic, dan anti radang sehingga sering di gunakan dalam krim dan lotion untuk memperbaiki kondisi kulit. Baunya merupakan anti depresan, sedative dan meringankan stress. Minyak atsiri bunga mawar yang digunakan melalui inhalasi dapat bermanfaat meningkatkan kewaspadaan, meningkatkan daya ingat, meningkatkan kecepatan dalam berhitung serta melegakan otot dan pikiran.

Aromaterapi yang tepat dan menenangkan dapat mengurangi rasa sakit atau nyeri saat persalinan. Jenis aromaterapi yang aman digunakan untuk kehamilan dan persalinan salah satunya yaitu aromaterapi mawar.

Nyeri digambarkan dengan diterimanya rangsang nyeri oleh saraf sensorik. Nyeri persalinan merupakan jenis nyeri dengan reseptor serabut saraf tipe delta C yaitu saraf dengan penerimaan lambat dan nyeri terasa berkelanjutan. Impuls nyeri ini akan diteruskan melalui *tractus ascendens* yang dikenal dengan *tractus spinotalamicus lateralis* (jaras penerimaan nyeri), yang selanjutnya dibawa ke *sinaps columna grisea posterior*. Didalam sinaps tersebut dilepaskan neurotransmitter substansi P. Impuls saraf selanjutnya memasuki *medulla spinalis*, *medulla oblongata, pons, korteks serebri* maka nyeri akan terapresiasi serta dimulainya reaksi emosional. Reaksi emosional ini diatur oleh sistem limbik. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi mawar terhadap nyeri persalinan.

**METODE PENELITIAN**

Metode pengumpulan data adalah studi pustaka. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yaitu data yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Pencarian literatur dilakukan pada bulan februari 2017 - februari 2022.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*literature review*), kajian sistematik yang dilakukan mengikuti langkah-langkah yang diuraikan oleh o’brien dan mc guckin (2016), yaitu pertimbangan sebelum dilakukan kajian, meliputi penyelidikan apakah kajian serupa sudah pernah dilaksanakan atau belum, penilaian kualitas metodologi dokumen yang akan dipilih untuk dikaji, serta identifikasi dan minimisasi bias. Dan penetapan metode pencarian yang mencakup 9 langkah yaitu: definisi kata tekstual, penetapan sinonim kata tekstual, pengendalian ejaan dan penggalan, identifikasi *database* yang relevan*,* pengujian pencarian, penetapan kata kunci luas atau sempit, pemeriksaan ejaan, kombinasi logis pencarian, penyesuaian sintaks strategi pencarian dengan *database* spesifik*.*

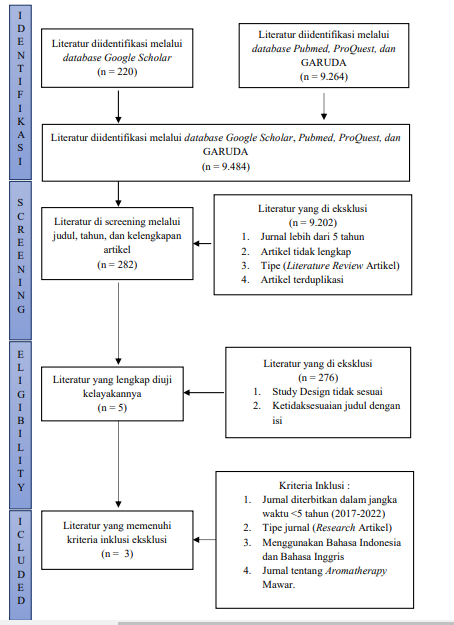
Pelaksanaan kajian yang mencakup 10 langkah yaitu pengembangan kriteria inklusi dan eksklusi, pencarian sistematik pada berbagai *database,* impor hasil pencarian pada bibliografi tunggal, dokumentasi pencaria penghapusan duplikasi secara hirarkis, pengorganisasian relevansi hasil pencarian, pencarian artikel lain, termasuk kebijakan dan buku dengan cara pencarian lain, penilaian sistematik terhadap artikel yang relevan, periksa validasi dan penyimpulan.

Sumber data sekunder yang didapat berupa artikel jurnal baik nasional maupun internasional. Pencarian *Literature Review* ini menggunakan *database* yaitu *Google Schoolar* ([https://scholar.google.com](https://scholar.google.com/)), *Pubmed* ([https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/)), *ProQuest* ([https://www.proquest.com](https://www.proquest.com/)), dan GARUDA (Garba Rujukan Digital) ([https://garuda.kemdikbud.go.id](https://garuda.kemdikbud.go.id/)).Peneliti menggunakan beberapa kata kunci untuk memperoleh artikel penelitian yang sesuai dengan judul atau tema penelitian. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel atau jurnal menggunakan *keywords aromatherapy rose, labor pain.*

Teknik analisa data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah mengidentifikasi perbedaan (contrast) yaitu teknik melakukan review dengan cara menemukan perbedaan diantara beberapa literatur dan diambil kesimpulannya. Teknik mengidentifikasi perbedaan tersebut dilakukan dengan dengan membandingkan ada tidaknya pengaruh aromaterapi dalam mengurangi nyeri pada persalinan. Pengolahan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah *editing* dan *entry*. *Editing* adalah melakukan pemeriksaan atau menelaah literatur-literatur yang diteliti. *Entry* adalah kegiatan memasukkan data dari literatur ke dalam perangkat lunak komputer dengan bantuan Ms. Wor

**HASIL**

Pencarian dan proses seleksi literatur dalam penelitian ini digambarkan dalam bentuk Flow Diagram Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-analyses (PRISMA), sebagai berikut:



**Gambar 1**. Bagan Prisma

Sumber: Data Primer 2022

Pada tahap awal artikel yang dikumpulkan berjumlah 9.484 artikel yang diperoleh dari database Google Scholar, PubMed, ProQuest, Science Direct dan GARUDA (Garba Rujukan Digital) kemudian diseleksi berdasarkan relevansi judul, tahun dan kelengkapan artikel menghasilkan 282 artikel, seleksi berdasarkan kesesuaian judul dengan isi menghasilkan 5 artikel, sehingga hasil akhir yang didapatkan sebanyak 3 artikel yang layak dianalisis.

**Karakteristik Studi**

Tiga artikel memenuhi kriteria inklusi (Bagan Diagram PRISMA) dengan pembahasan berdasarkan topik systematic literature review yaitu pengaruh aromatherapy mawar terhadap nyeri persalinan. Dalam artikel tersebut keseluruhan menggunakan study design penelitian quasy experimental. Studi yang sesuai dengan tinjauan sistematis ini keseluruhan dilakukan di Indonesia.

Responden dalam penelitian ini adalah ibu bersalin yang melaukan inhalasi *aromatherapy* mawar. Untuk karakteristik responden, dari 3 artikel terdapat 93 responden ibu bersalin. Uji statistik yang dilakukan dalam artikel menggunakan *Wilcoxon Test* dan *Mann Whitney Test*

**Tabel 1.** Identifikassi Artikel Penelitian Systematic Literature Review

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Penulis** | **Lokasi** | **Metode Penelitian** | **Teknik Sampling** | **Sampel** | **Analisis** |
| 1 | Sholehah, dkk | Bandung | Quasi Experiment | Accidental Sampling | Ibu bersalin kala I | *Wilcoxon Test* |
| 2 | Sofia dan Jeane | Palangka Raya | Quasi Experiment | Purposive Sampling | Ibu bersalin kala I | *Mann Whitney Test* |
| 3 | Lestari, dkk | Palembang | Quasi Experiment | Total Sampling | Ibu bersalin kala I | *Wilcoxon Test* |

Sumber: Data primer 2022

Dari Tabel di atas dapat kita lihat bahwa terdapat 3 artikel penelitian *systematic Literature Review* yang emiliki sampel ibu bersalin kala I dengan jenis analisis data yang berbeda, namun 2 dari 3 ertikel menggunkan jenis analisis data *wilcoxom test.*

**Tabel 2.** Quality Assesment

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Penulis** | **Judul Penelitian** | **Q1** | **Q2** | **Q3** | **Q4** | **Hasil** |
| 1 | Sholehah, dkk | Pengaruh Aromaterapi Minyak Atsiri Mawar Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase  Aktif di Puskesmas Pangalengan Kabupaten Bandung | Y | Y | Y | Y | Tanda centang, Wingdings font, kode karakter 252 desimal. |
| 2 | Sofia dan Jeane | *The Rose Essential To Reduce Labor Pain In Active*  *Phase Labor* | Y | Y | Y | Y | Tanda centang, Wingdings font, kode karakter 252 desimal. |
| 3 | Lestari, dkk | *Rose Aromatherapy Against Labor Pain Time I* | Y | Y | Y | Y | Tanda centang, Wingdings font, kode karakter 252 desimal. |

Sumber: Data Primer 2022

**Tabel 3**. Ekstraksi Data

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Penulis** | **Pengaruh *Aromatherapy***  **Mawar** | **Frekuensi Pemakaian** | **Instrumen** | **Hasil** | **Kesimpulan** |
| 1 | Sholehah, dkk (2020) | Sebelum intervensi didapatkan rata-rata nilai 5,43 dan setelah diberikan intervensi rata-rata nilai menjadi 4,50. Sehingga  mengalami penurunan sebesar 0,93. | 4 tetes dituangkan dalam tungku aromaterapi yang telah diberi air sebanyak 10 cc | *Numeric Rating Scale* dan *Wong Baker Faces Pain Rating Scale* | Hasil uji statistik didapatkan nilai P = 0,0001 menunjukan nilai P<0,05 | Terdapat pengaruh aromaterapi minyak atsiri bunga mawar terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif. |
| 2 | Mawaddah dan Iko (2020) | Sebelum intervensi sebagian besar mengalami intensitas nyeri sedang dan hebat (76,5%) sedangkan setelah intervensi menjadi (35,3%). Sehingga mengalami penurunan  sebesar 41,2%. | 3 tetes dicampurkan dengan 40 ml air dan dinyalakan selama 20 menit | Lembar skala nyeri FLACC | Hasil uji statistik menunjukan  *P-Value= 0,006* (p<0,05). | Terdapat pengaruh yang menunjukan bahwa pemberian essensial oil mawar sangat efektif untuk mengurangi skala nyeri ibu bersalin pada kala I |
| 3 | Lestari, dkk (2021) | Sebelum intervensi nyeri berat (80%) sedangkan setelah intervensi nyeri berat menjadi (13,3%). Sehingga mengalami  penurunan sebesar 66,7%. | 4 tetes dituangkan dalam tungku aromaterapi dengan 20 ml | Numeric Rating Scale (NRS) | Hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* = 0,001 (*p- value<0,05)* | Terdapat pengaruh aromaterapi mawar terhadap nyeri persalinan kala I. |

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel analisis data bahwa frekuensi pemakaian aromaterapi mawar yaitu 4 tetes dituangkan dalam tungku aromaterapi yang telah diberi air sebanyak 10 cc (Sholehah, dkk. 2020), 3 tetes dicampurkan dengan 40 ml air dan dinyalakan selama 20 menit (Mwaddah dan Iko, 2020), 4 tetes dituangkan dalam tungku aromaterapi dengan 20 ml (Lestari, dkk. 2021).

Selanjutnya terlihat bahwa instrument yang digunakan yaitu 2 artikel menggukan *Numeric Rating Scale* (Sholehah, dkk. 2020, Lestari, dkk. 2021) dan 1 artikel menggunakan Lembar Skala Nyeri FLACC (Mawaddah dan Iko, 2020).

Sedangkan analisis yang digunakan yaitu 66,6% menggukan *Wilcoxon Test* (Sholehah, dkk. 2020, Lestari, dkk. 2021) dan 33,3% menggunakan *Mann Whitney Test*.Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sholehah, dkk (2020) di Bandung bahwa aromaterapi mawar berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I dengan penurunan yang sebelumnya dengan skor 5,43 menjadi 4,50. Penelitian ini mengguanakan sebanyak 4 tetes minyak atsiri mawar yang dituangkan dalam tungku aromaterapi yang telah diberi air sebanyak 10 cc dan menggunakan instrument *Numeric Rating Scale (NRS).*17

Sedangkan penelitian yang dilakukan Mawaddah dan Iko (2020) di Palangka Raya menyatakan bahwa terdapat pengurangan nyeri yang dirasakan ibu inpartu yaitu sebelum diberikan terdapat skor 41,2 pada nyeri hebat dan sesudah diberikan essensial oil mawar menjadi 5,9. Terdapat penurunan sebesar 35,3% dengan 3 tetes essensial oil mawar dicampurkan dengan 40 ml air dan menggunakan instrumen *Face, Legs, Activity, Cry, Consolability (FLACC)*.

Berdasarkan dari tiga artikel yang telah dianalisis, penulis berasumsi bahwa ibu bersalin yang mengalami nyeri pada saat persalinan tidak mengalami penurunan nyeri total pada saat diberikan aromaterapi mawar dikarenakan terapi ini merupakan salah satu bentuk pencegahan dan terapi herbal, walaupun demikian aromaterpi mawar tetap dapat mengurangi atau menurunkan skala nyeri pada ibu bersalin kala 1.

**PEMBAHASAN**

# Pengaruh Aromaterapi Mawar Sehingga Dapat Mengurangi Nyeri Pada Ibu Bersalin

Berdasarkan hasil analisis pada semua artikel yang telah penulis lakukan diketahui bahwa semua artikel mengalami penurunan skor nyeri pada persalinan kala I.

Pada penelitian Lestari, dkk. (2021) sebelum dilakukan intervensi ibu mengalami nyeri berat sebanyak 12 orang (80%) dan nyeri sedang sebanyak 3 orang (20%), metode pengumpulan data yang dilakukan adalah *Numeric Rating Scale (NRS).* Setelah diberikan aromaterapi mawar responden yang mengalami nyeri ringan menjadi 2 orang (13,3%), nyeri sedang 11 orang (73,3%) dan nyeri berat 2 orang (13,3%) dan analisis yang dipakai di penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon.*40

Dari semua artikel yang dianalisis, ibu bersalin mengalami nyeri pada kala I, hal ini sesuai dengan teori Suharti (2018) nyeri persalinan merupakan kontraksi uterus yang disebabkan dilatasi dan penipisan *cervix* serta iskemia rahim (penurunan aliran darah sehingga oksigen local mengalami deficit) akibat kontraksi arteri myometrium.23 Dan setelah dilakukan penelitian aromaterapi mawar ibu bersalin mengalami penurunan nyeri persalinan, hal ini terdapat kesesuaian dengan penelitian Chen, dkk (2019) di Taiwan, yang menunjukkan hasil bahwa aromaterapi mawar berpengaruh terhadap intensitas nyeri persalinan fase aktif primipara. Dalam penelitiannya dijelaskan bahwa penurunan intensitas nyeri dikarenakan responden mendapat manfaat dari aromaterapi bunga mawar yang berfungsi memberikan ketenangan dan mengurangi kecematan.43 Hal ini didukung oleh penelitian Vidyarani, dkk (2019) di India, bahwa terdapat pengaruh pemberian aromaterapi mawar terhadap intensitas nyeri persalinan. Lebih lanjut dalam penelitiannya dijelaskan bahwa secara klinis aromaterapi melalui inhalasi dapat memberikan efek keharuman yang menguntungkan salah satunya dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan.44 Diperkuat oleh penelitian Utami dan Nurul (2019) yang telah membuktikan bahwa metode paling efektif untuk mengurangi intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan normal primigravida adalah dengan memberikan 20 menit aromaterapi rose.45

Aromaterapi yang tepat dan menenangkan dapat mengurangi rasa sakit atau nyeri saat persalinan. Jenis aromaterapi yang aman digunakan untuk kehamilan dan persalinan salah satunya yaitu aromaterapi mawar.33 Bunga mawar bersifat anti depresan sehingga dapat membuat jiwa menjadi tenang.41 Aromaterapi mawar secara inhalasi akan mempengaruhi reaksi emosi terhadap nyeri melalui manipulasi sistem limbik yang diatur untuk menghasilkan perasaan rileks, senang dan tenang.42 Buckle (2014) menambahkan bahwa relaksasi telah menunjukkan perubahan persepsi klien terhadap nyeri.10

# Frekuensi Pemberian Aromaterapi Mawar Sehingga Dapat Mengurangi Nyeri Pada Ibu Bersalin

Frekuensi pemberian aromaterapi mawar yang efektif mengurangi nyeri persalinan kala I berdasarkan analisis penulis yaitu 4 tetes dalam kurang lebih 20 ml air. Hal ini mengalami kesesuaian dengan penelitian Hamdamian, dkk (2017) bahwa peserta akan menerima minyak aromaterapi mawar secara inhalasi sebanyak 4 tetes. Hal ini menunjukan aromaterapi mawar mengurangi rasa sakit selama persalinan. Pengaruh aromaterapi mawar terhadap penurunan nyeri persalinan kala I dikarenakan stimulasi neurotransmitter yang menyebabkan penurunan rasa sakit dan peningkatan relaksasi dan juga 2-feniletil alcohol ditemukan di bunga mawar terbukti menjadi penghambat sinyal nyeri.16

Aromaterapi mawar berkhasiat untuk mengurangi stress, melancarkan sirkulasi darah, meredakan nyeri, mengurangi bengkak, menyingkirkan zat racun dari tubuh, mengobati infeksi virus atau bakteri, luka bakar, tekanan darah tinggi, gangguan pernafasan, insomnia (sukar tidur), gangguan pencernaan dan penyakit lainnya, wangi yang dihasilkan aromaterapi akan menstimulasi thalamus untuk mengeluarkan enkefalin yang berfungsi sebagai rasa sakit alami. Penelitian di Inggris aroma mawar mempunyai efek yang paling besar untuk mengurangi kecemasan yang bisa mengalihkan rasa sakit dibandingan dengan aromaterapi bunga lainnya.46

**SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa *aromatherapy* mawar mempunyai pengaruh dalam mengurangi nyeri persalinan ibu bersalin khususnya pada kala I. *Aromtherapy* mawar dapat menurunkan frekuensi nyeri persalinan apabila dilakukan sesuai dengan frekuensi pemakaian minimal 3 tetes dicampurkan dengan 40 ml air dan dinyalakan selama 20 menit dan untuk mengukur penurunan frekuensi nyeri pada ibu bersalin bisa menggunakan instrumen Numeric *Rating Scale, Wong Baker Faces Pain Rating Scale,* dan lembar skala nyeri FLACC.

**SARAN**

Aromaterapi mawar dapat dijadikan sebagai salah satu upaya penurunan nyeri persalinan yang dapat digunakan oleh ibu hamil dan tenaga kesehatan.

**DAFTAR PUSTAKA**

Ari Kurniarum. Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2016. 1–168 p.

Azizah N, Rosyidah R, Destiana E. Murotal Al-Qur’an Surat Arrahman dan Inhalasi Aromaterapi Lavender (Lavendula Augustfolia) dalam Nyeri Persalinan kala 1 Fase Aktif. J Midpro. 2020;12(1):10–7.

Azizah N. sktp-04-11-2020 10\_34\_30- 214392. 2020;

Biswan M., Novita H. & M. Efek Metode Non Farmakologik terhadap Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I. J Kesehat. 2017;VIII (2):282–8.

G. S. Aromatherapy for Health Professionals. Elsevier, editor. Vol. 3rd Ed. Philladelphia: Churchill Livingstone; 2016. 97–99 p.

Hetia EN, M.Ridwan, Herlina. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Aktif. J Kesehat Metro Sai Wawa. 2017;X(1):5–10.

Jaelani. Aroma Terapi. Jakarta: Pustaka Populer Obor; 2017.

J B. Aromaterapi. Bandung: Effhar Offset; 2015. 47–49 p.

Juniartati E, Widyawati MN. Literature Review : Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. J Kebidanan. 2018;8(2):112.

Koensoemardiyah. Aromaterapi untuk Kesehatan. Yogyakarta: Lily Publisher; 2015. 55–59 p.

Maryunani A. Nyeri Dalam Persalinan. Jakarta: TIM; 2015

Rosalinna. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap pengurangan Rasa Nyeri pada Persalinan Kala I di Wilayah Puskesmas Klego I Boyolali. J Publ Kebidanan. 2018;9 (1):1–10.

Sagita YD, Martina. Pemberian Aromaterapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. J Wellnes [Internet]. 2020;2(February):309–13. Available from: https://wellnes.journalpress.id/wellnes

Suharti. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri pada Persalinan Kala I Fase Latent di BPM Ny. Riens Kediri tahun 2014. 2018;

Susilarini S, Winarsih S, Idhayanti RI. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. J Kebidanan. 2017;6(12):47.

Utami I, Fitriahadi E. Buku Ajar Asuhan Persalinan & Managemen Nyeri Persalinan. Univ Aisyiyiah Yogyakarta. 2019;284 hlm.