

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER DAN MUROTAL TERHADAP TINGKAT NYERI PADA IBU BERSALIN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MEKAR BARU

Bunga Tiara Carolin¹, Jenny Anna Siauta², Indah Meilani Wuryandari³

^{1,2,3}Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional
Jl. Harsono RM No.1 Ragunan, Jakarta Selatan 12550

e-mail : bunga.tiara@civitas.unas.ac.id

Artikel Diterima : 16 April 2021, Direvisi : 13 September 2021, Diterbitkan : 30 September 2021

ABSTRAK

Latar belakang: Persentase persalinan di fasilitas pelayanan kesehatan telah mencapai 82,7% pada tahun 2018. Salah satu permasalahan saat proses persalinan adalah nyeri persalinan. Nyeri persalinan merupakan bentuk dari rasa tidak menyenangkan karena adanya kontraksi otot Rahim. Terdapat metode untuk mengatasi nyeri persalinan diantaranya dengan aromaterapi lavender dan murotal. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender dengan murotal terhadap tingkat nyeri pada ibu bersalin. **Metodologi:** Penelitian ini menggunakan *Quasy Eksperiment* dengan *control grup pre-test-post-test design*. Sampel dalam penelitian ini ibu bersalin primigravida berjumlah 30 responden yang terdiri dari 15 responden aromaterapi lavender 15 responden murotal. Data dianalisis menggunakan *paired t-test* dan *independen t-test*. **Hasil:** Hasil analisis univariat intensitas nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender *mean* 6,27 dan sesudah *mean* 5,33. Intensitas nyeri sebelum diberikan murotal *mean* 6,67 dan sesudah *mean* 4,27. Hasil analisis bivariat nilai *mean* pada intensitas nyeri sesudah diberikan aromaterapi lavender sebesar 5,33 dan nilai *mean* pada intensitas nyeri sesudah diberikan murotal sebesar 4,27 dengan tingkat signifikansi 0,016. **Simpulan dan Saran:** Murotal lebih efektif menurunkan skala nyeri persalinan kala 1 fase aktif dibandingkan dengan aromaterapi lavender. Diharapkan kepada pelayanan kesehatan agar dapat mengaplikasikan metode murotal sebagai metode asuhan untuk ibu bersalin yang mengalami nyeri sehingga ibu bersalin dapat menjalankan proses persalinan dalam keadaan nyaman.

Kata Kunci: aromaterapi lavender, ibu bersalin, murotal, nyeri

ABSTRACT

Background: Percentage of deliveries in health care facilities reached 82.79% of the target 79% or 104.79% in 2018. There are many methods to deal with labor pain. Some of them with lavender and murotal aromatherapy. One of the problems during the delivery process is labor pain. There are many methods to deal with labor pain. Some of them with lavender and murotal aromatherapy. **Objectives:** Knowing the effect of lavender aromatherapy with murotal on the level of pain in first stage primigravida maternity in the area of Puskesmas Mekar Baru Tangerang. **Methodology:** This pre-post experimental research design used a control group design pre-test-post-test design. The sample totaling 30 respondents consisting of 15 experimental respondents 15 control respondents. with purposive sampling technique. The data were analyzed using a paired t-test and independent t test. **Results:** The results of univariate analysis of pain intensity before lavender aromatherapy were given a mean of 6.27 and after a mean of 5.33. The mean pain intensity before being given murotal was 6.67 and after mean was 4.27. The results of bivariate analysis, the mean value of the pain intensity after being given lavender aromatherapy was 5.33 and the mean value of the pain intensity after being given the murotal was 4.27 with a significance level of 0.016. **Conclusion and Suggestion:** Murotal is more effective in reducing the scale of labor pain during the 1 active phase compared to lavender aromatherapy. It is hoped that health services can apply the murotal method and lavender aromatherapy as a method of care for mothers who are experiencing pain so that mothers who give birth can carry out the labor process in a comfortable state.

Keywords : lavender aromatherapy, maternity, murotal, pain

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses fisiologis atau proses pengeluaran hasil konsepsi yang dapat hidup dari dalam uterus ke dunia luar, sehingga memungkinkan ibu untuk dapat melahirkan janinnya melalui jalan lahir. Pada ibu primipara biasanya merasakan nyeri lebih hebat dibandingkan dengan ibu multipara. WHO memperkirakan setiap tahun terjadi 210 juta kehamilan di seluruh dunia, dan 20 juta perempuan mengalami kesakitan saat persalinan. Salah satu yang mempengaruhi proses persalinan adalah faktor psikologis yaitu berupa kecemasan. Nyeri persalinan muncul karena adanya kontraksi rahim yang menyebabkan dilatasi dan penipisan serviks dan iskemia rahim yang diakibatkan kontraksi arteri miometrium (WHO, 2018).

Nyeri yang berlebihan akan menimbulkan rasa cemas yang dapat memicu produksi hormon progstatglandin yang dapat menyebabkan stress dan mempengaruhi kemampuan tubuh menahan rasa nyeri (Maryunani, 2016). Pada tahun 2018 presentase persalinan di fasilitas pelayanan kesehatan tercapai 82,79% dari target 79% atau 104,79% (Kemenkes, 2018). Menurut Profil Kesehatan Indonesia (2019) mendapatkan persentase pertolongan pada persalinan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan di Indonesia mendapatkan jumlah yang cenderung menurun di dibandingkan pada tahun 2015 yaitu 88,55% kelahiran pada tahun 2015 dan di tahun 2019 terjadi penurunan lagi menjadi 86,7 %.

Di Wilayah Provinsi Banten persalinan di tolong oleh tenaga kesehatan sebesar 97,8 % pada tahun 2019 (Kemenkes, 2019). Angka ini jauh meningkat dibandingkan Tahun 2019 sebesar 89,44 % (Dinkes Prov Banten, 2019). Cakupan persalinan di fasilitas kesehatan meningkat setiap tahun, pada tahun 2018 mencapai 92% dan telah melampaui target Renstra tahun 2018

sebesar 77% (Dinkes Kota Tangerang, 2018). Sementara di Puskesmas Mekar Baru cakupan persalinan tahun 2019 mencapai 400 persalinan (Puskesmas Mekar Baru, 2019).

Pada persalinan kala I, nyeri yang dirasakan bersifat viseral yang ditimbulkan dari kontraksi uterus dan dilatasi serviks yang dipersyarafi oleh serabut aferen simpatis dan ditransmisikan ke medula spinalis pada segmen Thorakal 10 – Lumbal 1 melalui serabut saraf delta dan serabut syaraf C yang berasal dari dinding lateral dan fundus uteri. Nyeri akan bertambah dengan adanya kontraksi isometrik pada uterus yang melawan hambatan oleh leher rahim/uterus dan perineum. Artikel Jepang mengatakan bahwa 77.8% wanita di Prancis mengalami nyeri persalinan, 61% untuk di Inggris, 26% di Norwegia sedangkan di negara Jepang angka nyeri persalinan hanya 5.2% (Maryunani, 2016).

Terdapat banyak metode untuk mengatasi nyeri persalinan. Cara untuk mengatasi nyeri persalinan, yaitu dengan metode farmakologis dan nonfarmakologis. Farmakologis seperti pemberian berbagai suntikan untuk menghilangkan nyeri, sedangkan non farmakologis mengurangi nyeri tanpa menggunakan obat-obatan diantaranya seperti pendamping persalinan, perubahan posisi, sentuhan / massage, kompres hangat dingin, aromaterapi, teknik pernapasan Lamaze, hipnotis, akupuntur, music dan lain – lain (Zakiyah, 2015). Pemberian metode farmakologis, nyeri persalinan akan berkurang secara fisiologis, namun kondisi psikologis dan emosional ibu akan terabaikan (Makvandi, 2016). Untuk metode non-farmakologis bersifat efektif tanpa efek samping yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya.

Banyak penelitian mengemukakan bahwa terapi komplementer khususnya

aromaterapi dengan minyak esensial mampu untuk memberikan kenyamanan dan mencegah terjadi infeksi. Aromaterapi berupa minyak esensial lavender merupakan salah satu terapi komplementer yang mampu mengatasi nyeri dan infeksi karena sebagai analgetik anti inflamasi, dan antimikroba (Mutohharoh, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Turlina & Fadhilah (2017) didapatkan hasil ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri persalinan kala I. Dalam penelitian Makvandi (2016) mengatakan bahwa Aromaterapi dengan lavender memperbaiki status kegelisahan selama persalinan dan mengurangi sekresi kortisol dari kelenjar adrenal dan meningkatkan sekresiserotonin.

Penelitian yang dilakukan oleh Susilarini *et al* (2017) didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I fase aktif. Selain itu Terapi musik religi dipercaya dapat menenangkan fisik, psikis dan spiritual yang pada akhirnya dapat menurunkan kala nyeri persalinan.

Karyati *et al.* (2015) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan skala nyeri antara kelompok yang mendapat terapi musik religi dengan yang tidak mendapatkannya. Terapi berupa suara dapat mengatur hormon-hormon yang berhubungan dengan stres antara lain ACTH, prolaktin dan hormon pertumbuhan serta dapat meningkatkan kadar endorpin sehingga dapat mengurangi nyeri (Campbell, 2002 dalam Rosiana *et al.*, 2017).

Terapi murotal Al-Qur'an dapat mempercepat penyembuhan, hal ini telah dibuktikan oleh beberapa ahli seperti yang dilakukan Ahmad Al Khadi direktur utama Islamic Medicine Institute for Education and Research di Florida, Amerika Serikat, dengan hasil penelitian menunjukkan 97% bahwa mendengarkan ayat suci Al-Qur'an memiliki pengaruh

mendatangkan ketenangan dan menurunkan ketegangan urat saraf reflektif (Remolda (2009) dalam Yana *et al.*, 2015). Terapi bacaan AlQur'an terbukti mengaktifkan selsel tubuh dengan mengubah getaran suara menjadi gelombang yang ditangkap oleh tubuh, menurunkan stimuli reseptor nyeri dan otak teransang mengeluarkan analgesik opioid natural endogen untuk memblokode nociceptor nyeri. (Harefa (2010) dalam dalam Yana *et al.*, 2015).

Puskesmas Mekar Baru adalah salah satu fasilitas kesehatan untuk persalinan. Berdasarkan Pra Survey Puskesmas Mekar Baru dari 20 ibu bersalin primigravida 15 orang diantaranya tidak bisa mengatasi nyeri persalinannya di Kala I. Dari hasil uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh aromaterapi lavender dan murotal terhadap tingkat nyeri kala I pada ibu bersalin di puskesmas mekar baru.

METODE

Penelitian ini menggunakan *quasi experiment* dengan *pre post test control group design*. kelompok aromaterapi lavender sebagai kelompok intervensi sedangkan murotal sebagai kelompok kontrol. Populasi penelitian yaitu seluruh pasien ibu bersalin primigravida pada bulan April – Juni sebanyak 86 orang di wilayah kerja Puskesmas Mekar Baru. Jumlah anggota sampel yang di ambil dari masing-masing kelompok aromaterapi lavender dan murotal yaitu 15 orang, sehingga total sampel yang digunakan sebanyak 30 orang. Nyeri persalinan kala I dikur menggunakan lembar observasi NRS (*Numeric Rating Scale*). Kriteria Inklusi pada kelompok aromaterapi lavender: pasien yang akan bersalin primigravida kala I fase aktif; pasien yang berumur 15 - 35 tahun; pembukaan serviks $\geq 4 - 8$ cm; Ibu yang merasa nyeri pada skala ≥ 4 ; pasien yang tidak memiliki riwayat alergi terhadap aromaterapi lavender; pasien yang bersedia menjadi responden.

Kelompok Murotal Al-Quran : pasien yang akan bersalin primigravida kala I fase aktif; pasien berumur 15 - 35 tahun.; pembukaan serviks $\geq 4 - 8$ cm.; ibu yang merasa nyeri pada skala ≥ 4 ; pasien yang beragama islam; pasien yang bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi: pasien yang tidak sadar; pasien yang menjalani operasi cyto; pasien yang memiliki alergi terhadap aromaterapi lavender.

Variabel aromaterapi menggunakan lilin aromaterapi lavender yang dinyalakan dan diletakkan diruangan selama 10 menit. Sedangkan murotal menggunakan audio diperdengarkan selama 15 menit. Hasil penelitian ini telah dilakukan uji normalitas yang hasilnya data berdistribusi normal sehingga analisis data menggunakan *paired t-test* dan *independent t-test*.

HASIL PENELITIAN

1. Hasil univariat

Tabel 1.

Rata- rata intensitas nyeri pada ibu bersalin sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender dan murotal (n=15)

Kelompok	Mean	Selisih mean	Std. Deviasi	Min	Max
Lavender					
Sebelum	6,27	0,94	1,534	4	8
Sesudah	5,33		1,345	3	7
Murotal					
Sebelum	6,67	2,40	0,976	5	8
Sesudah	5,33		1,345	3	7

2. Hasil Bivariat

Tabel 2.

Perbedaan dalam kelompok intensitas nyeri pada ibu bersalin sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender dan murotal

Kelompok	Mean	Std. Deviasi	p-value
Lavender			
Sebelum	6,27	1,534	0,000
Sesudah	5,33	1,345	
Murotal			
Sebelum	6,67	0,976	0,001
Sesudah	4,27	0,884	

Tabel 3.

Perbandingan antar kelompok Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Sebelum dan Sesudah diberikan Aromaterapi Lavender dan Murotal

Kelompok	Mean	St-Error	Standar Deviasi	p-value
Pretest				
Aromaterapi	6,27	0,409	1,534	0,628
Murotal	6,67	0,409	0,976	
Posttest				
Aromaterapi	5,33	0,416	1,710	0,016
Murotal	4,27	0,416	0,884	

PEMBAHASAN

a) Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Sebelum dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa intensitas nyeri ibu bersalin primigravida kala I sebelum diberikan aromaterapi lavender rata-rata nyeri berat terkontrol, sesudah diberikan aromaterapi lavender terjadi penurunan rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin primigravida kala I menjadi nyeri sedang. Berdasarkan hasil penelitian intensitas nyeri berat terkontrol sebesar 8 responden (53,3%). Setelah diberikan aromaterapi lavender didapatkan ibu hamil dengan intensitas nyeri sedang sebesar 10 responden (66,7%). Berdasarkan hasil uji beda terdapat penurunan intensitas nyeri

pada ibu bersalin primigravida kala I sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender.

Menurut Andarmoyo dan Suharti (2015) bahwa nyeri persalinan sebagai kontraksi miometrium, merupakan proses fisiologis dengan intensitas yang berbeda pada masing-masing individu. Intensitas nyeri sebanding dengan kekuatan kontraksi dan tekanan yang terjadi pada saat persalinan. Nyeri persalinan dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu usia, jenis kelamin, kebudayaan, makna nyeri, ansietas, kelelahan, pengalaman sebelumnya, gaya coping, dukungan keluarga dan sosial.

Indrayani & Djami (2016) menjelaskan bahwa minyak esensial tertentu dapat mempengaruhi tonus otot, meningkatkan kontraksi, mengurangi nyeri, mengurangi ketegangan, mengurangi ketakutan dan kecemasan serta meningkatkan perasaan nyaman. Balkam (2014) menjelaskan aromaterapi memberikan efek keharuman yang menguntungkan baik melalui metode inhalasi. Penghisapan aroma harum dapat menyebabkan perubahan psikologis dan fisiologis manusia. Aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang-gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks. Menurut Widyastuti (2013) pada saat menghirup aromaterapi lavender dapat merangsang tubuh melepaskan senyawa endorphin yang dapat menghilangkan sakit secara alamiah sehingga lebih nyaman.

Rosalina (2018) sebelum dilakukan tindakan aromatherapi lavender, skala nyeri responden memiliki rata-rata $8,50 \pm 0$, sedangkan setelah dilakukan tindakan aromaterapi lavender, skala nyeri yang dialami responden terlihat telah terjadi penurunan yaitu rata-rata $6,11 \pm 1,23$. Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* disimpulkan ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengurangan skala rasa nyeri pada

persalinan kala I di wilayah Puskesmas Klego I Boyolali. Hal ini disebabkan oleh anoksia miometrium di mana terjadi kontraksi otot selama periode anoksia relatif menyebabkan rasa nyeri. Kalau relaksasi uterus antara saat-saat terjadi kontraksi tidak cukup untuk memungkinkan oksigenasi yang adekuat, maka beratnya rasa nyeri semakin bertambah. Penghisapan aroma harum dapat menyebabkan perubahan psikologis dan fisiologis manusia. Aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang-gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks.

Hasil yang sama didapatkan oleh Hetia *et al* (2017) dalam penelitiannya rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin sebelum diberikan aromaterapi lavender diperoleh 7,07 (nyeri berat). Sedangkan rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin sesudah diberikan aromaterapi lavender diperoleh 5,53 (nyeri sedang). Terlihat mean perbedaan antara pengukuran sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender adalah 1,533. Hasil uji statistic dapat disimpulkan ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap pengurangan rasa nyeri persalinan kala I fase aktif.

Peneliti berasumsi bahwa rasa nyeri ini bisa dipengaruhi oleh arti nyeri yang dirasakan seseorang. Adanya perubahan nyeri setelah menggunakan aromaterapi lavender karena ibu akan merasa tenang, nyaman, rileks, puas dan akan lebih dekat dengan petugas kesehatan yang melayani, karena keduanya dapat dilakukan secara bersamaan sehingga secara tidak langsung hal ini bisa mengurangi tingkat nyeri yang dirasakan. Hal tersebut dikarenakan aromaterapi lavender dapat menimbulkan efek sedatif atau rasa tenang dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit. Sewaktu menarik nafas rangsangan bau disampaikan ke otak yang bertanggung jawab terhadap emosi

kemudian mengeluarkan serotonin yang membuat perubahan fisiologis pada tubuh, pikiran dan jiwa dan menghasilkan efek menenangkan pada tubuh sehingga mengurangi rasa sakit pada ibu hamil primigravida kala I fase aktif.

b) Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Sebelum dan Sesudah Pemberian Murotal

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa intensitas nyeri ibu bersalin primigravida kala I sebelum diberikan murotal rata-rata intensitas nyeri berat terkontrol, sesudah diberikan murotal terjadi penurunan rata-rata intensitas nyeri pada ibu bersalin primigravida kala I menjadi nyeri sedang. Jika dilihat berdasarkan kategori dengan intensitas nyeri berat terkontrol sebesar 9 responden (60,0%). Setelah diberikan murotal didapatkan ibu hamil dengan intensitas nyeri sedang sebesar 12 responden (80,0%). Berdasarkan hasil uji beda terdapat penurunan intensitas nyeri ibu bersalin primigravida kala I sebelum dan sesudah diberikan murotal di Wilayah Kerja Puskesmas Mekar Baru Tangerang.

Pendapat Hartanti *et al* (2015), menyatakan bahwa rasa takut dan cemas yang berlebihan akan mempengaruhi rasa nyeri. Setiap ibu mempunyai cara menyikapi rasa nyeri persalinan masing-masing, karena ambang batas rangsang nyeri setiap orang berlainan dan sangat subyektif. Ada yang merasa tidak sakit hanya perutnya yang terasa kencang. Ada pula yang merasa tidak tahan mengalami rasa nyeri. Beragam respon itu merupakan suatu mekanisme proteksi diri dari rasa nyeri yang dirasakan.

Menurut Orirodan (2017) Murotal merupakan salah satu musik yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya. Heru (2008) dalam Yolanda *et al.* (2015) menyatakan bahwa lantunan Al-Qur'an dapat menurunkan hormon- hormon stress, mengaktifkan

hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Laju pernafasan yang lebih dalam atau lebih lambat tersebut sangat baik menimbulkan ketenangan, kendali emosi, pemikiran yang lebih dalam dan metabolisme yang lebih baik. Prinsip dari timbulnya respon relaksasi, yaitu terjadi keseimbangan antara sistem saraf simpatis dan sistem saraf parasimpatis. Al-Hafidz (2014) menambahkan bahwa pemberian terapi murotal pada ibu bersalin mengantarkan keadaan otak ibu pada gelombang Alpha, merupakan keadaan energi otak pada frekuensi 8 Hz – 15 Hz. Keadaan ini ditandai dengan sikap relaks dan tenang sehingga dapat menghilangkan rasa nyeri pada ibu bersalin.

Sesuai dengan hasil penelitian Alyensi *et al.* (2018) menunjukkan bahwa ada perbedaan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan terapi *murotal quran* dengan rata-rata penurunan nyeri sebesar 1.95. Murotal Quran merupakan salah satu pilihan suara yang dapat didengarkan ibu bersalin untuk mengurangi nyeri persalinan.

Hasil sama didapatkan oleh Turlina *et al.* (2017) ditemukan adanya pengaruh pemberian terapi murotal Al Qur'an terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh pemberian terapi murotal Al-Qur'an, tingkatan nyeri menjadi berkurang dengan sering dan efektifnya pengendalian nyeri interventif sehingga ibu bersalin tidak berfokus penuh pada nyeri yang dirasakannya dan persepsi nyeri dapat berkurang.

Peneliti berasumsi rasa pada ibu bersalin kala I persalinan primivara nyeri tersebut berasal dari mekanisme fisiologis persalinan yang diiringi rasa cemas,

sehingga dengan adanya rasa cemas, nyeri yang dirasakan oleh ibu bersalin menjadi semakin meningkat. Upaya menghindari rasa takut, cemas dan stress selama proses persalinan salah satunya dilakukan penenangan jiwa ibu bersalin agar lebih rileks dalam menghadapi rasa nyeri selama proses persalinan berlangsung. Penenangan jiwa ibu bersalin dapat dilakukan dengan cara mendengarkan bacaan Al-Qur'an secara murotal karena bacaan Al-Qur'an secara murotal mempunyai irama yang konstan, teratur dan tidak ada perubahan irama yang mendadak, serta nadanya rendah sehingga mempunyai efek relaksasi dan dapat menurunkan kecemasan.

Memberikan terapi murotal selama kala I persalinan akan memberikan kenyamanan dan menurunkan kecemasan ibu dalam menghadapi persalinan, karena telah terbukti dalam berbagai penelitian bahwa efek suara Al-Quran tidak hanya membantu meringankan nyeri persalinan, namun juga memberikan efek yang positif terhadap tanda-tanda vital ibu serta janin sehingga persalinan dapat berjalan dengan lancar. Saat ibu bersalin memfokuskan perhatiannya terhadap nyeri yang dirasakan, hal tersebut akan mempengaruhi persepsi nyeri sehingga nyeri yang dirasakan akan meningkat. Mendengarkan Murotal akan memberikan stimulus kepada indra pendengar sehingga ibu akan terfokus kepada suara yang didengarkan dan membuat ibu mampu merelaksasikan diri sehingga rasa nyeri pada kala I fase aktif akan berkurang.

c) Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender dan Murotal terhadap Intensitas Nyeri pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan analisis bivariat dapat diketahui bahwa perhitungan selisih nilai rata-rata pada intensitas nyeri sesudah diberikan aromaterapi lavender dan pada intensitas nyeri sesudah diberikan

murotal, maka didapatkan hasil bahwa murotal lebih efektif terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin primigravida kala I di Puskesmas Mekar Baru. Hasil uji *T-Test Independent* diketahui nilai signifikansi sebesar 0,016, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender dan murotal terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin primigravida kala I di wilayah kerja Puskesmas Mekar Baru Tangerang.

Lowdermilk (2016) menjelaskan rasa cemas dan rasa takut yang dialami oleh ibu selama proses persalinan dapat memperberat persepsi. Nyeri dan cemas menyebabkan otot menjadi spastik kaku dan menyebabkan jalan lahir menjadi kaku, sempit dan kurang relaksasi. Adanya pikiran-pikiran seperti melahirkan yang akan selalu diikuti dengan nyeri kemudian akan menyebabkan peningkatan kerja sistem syaraf simpatik. Keadaan seperti ini menjadikan sistem endokrin, terdiri dari kelenjar-kelenjar, seperti adrenal, tiroid dan pituitary (pusat pengendalian kelenjar), melepaskan pengeluaran hormon masing-masing ke aliran darah dalam rangka mempersiapkan badan pada situasi darurat. Akibatnya, sistem syaraf otonom mengaktifkan kelenjar adrenal yang mempengaruhi sistem pada hormon epinefrin.

Medforth *et al* (2017) menjelaskan bahwa dalam minyak esensial dalam persalinan dapat meningkatkan strategi koping pada ibu bersalin. Peran utama minyak esensial selama persalinan dan melahirkan adalah membantu meredakan nyeri, stres dan ansietas, membantu memfungsikan uterus secara efisien dan mencegah kelelahan. Menurut Widayani (2016) minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek menenangkan dengan kandungan linaloolnya lavender adalah aromaterapi yang banyak digunakan saat ini, baik saat

inhalasi atau dengan pemijatan kulit. Aromaterapi yang digunakan melalui inhalasi atau dihirup akan masuk ke dalam system limbic atau struktur bagian dalam dari otak, sistem ini sebagai pusat nyeri, senang, marah, takut, depresi dan berbagai emosi lainnya. Indra penciuman memiliki peran yang sangat penting dalam kemampuan kita untuk bertahan hidup dan meningkatkan kualitas hidup. Bau-bauan juga dapat memberikan efek relaksasi. Tubuh dikatakan dalam keadaan relaksasi apabila otot-otot di tubuh kita tidak dalam keadaan tegang, keadaan relaksasi adalah dapat dicapai dengan menurunkan tingkat stress, baik stress fisik maupun psikis, serta siklus tidur yang cukup dan teratur.

Begitu juga dengan murotal Al-Qur'an, karena murotal merupakan salah satu musik dengan intensitas 50 desibel yang membawa pengaruh positif bagi pendengarnya (Wijaya, 2016). Menurut Smith dalam Upoyo, Ropi, & Sitoru (2012) menerangkan bahwa intensitas suara yang rendah merupakan intensitas suara kurang dari 60 desibel sehingga menimbulkan kenyamanan dan tidak nyeri. Wahida (2015) menjelaskan bahwa mendengarkan murotal Al-Qur'an membawa subjek lebih dekat dengan Allah serta menuntun subjek untuk mengingat dan menyerahkan segala permasalahan yang dimiliki kepada Allah.

Campbell (2002) dalam Handayani (2014) mengatakan bahwa terapi berupa suara dapat mengatur hormon-hormon yang berhubungan dengan stres antara lain ACTH, prolaktin dan hormone pertumbuhan serta dapat meningkatkan kadar endorpin sehingga dapat mengurangi nyeri. Endorfin merupakan bahan neuroregulator jenis neuro modulator yang terlibat dalam sistem analgesia, banyak ditemukan di hipotalamus dan area system analgesia (sistem limbic dan medula spinalis). Sifat analgesia ini menjadikan endorfin sebagai opioid endogen. Endorfin dianggap dapat menimbulkan hambatan

prasinaptik dan hambatan post sinaptik pada serabut nyeri (nosiseptor) yang bersinap di kornu dorsalis. Serabut ini diduga mencapai inhibisi melalui penghambatan neurotransmitter nyeri.

Peneliti belum menemukan penelitian yang sama dengan yang peneliti lakukan, akan tetapi ditemukan sedikit kesamaan pada hasil penelitian Mutohharoh (2017) yang menyatakan bahwa murotal Al Qur'an lebih efektif menurunkan skala nyeri persalinan kala I fase aktif dibandingkan dengan terapi *massage effleurage* punggung dan terapi nafas dalam. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan endorphin alami, meningkatkan perasaan rileks dan mengalihkan perhatian dari rasa cemas, takut, tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah, memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi dan aktifitas gelombang otak.

Menurut asumsi peneliti, terjadinya perbedaan rasa nyeri pada ibu hamil primigravida kala I fase aktif disebabkan oleh bagaimana responden tersebut menanggapi rasa nyeri yang dialaminya dan hal ini berhubungan dengan kondisi psikologis responden. Nyeri persalinan unik dan berbeda pada setiap individu karena nyeri tidak hanya dikaitkan dengan kondisi fisik semata, tetapi berkaitan juga dengan kondisi psikologis ibu pada saat persalinan. Kondisi psikologis yang dimaksud adalah rasa takut dan cemas yang berlebihan yang akan menimbulkan atau bahkan memperparah nyeri akibat kondisi fisik.

Adanya penurunan tingkat nyeri pada ibu primigravida kala I fase aktif setelah penerapan murotal Al-Qur'an, hal ini disebabkan oleh karena dengan mendengarkan bacaan ayat-ayat Al-Qur'an, seorang muslim baik yang berbahasa Arab maupun bukan, dapat merasakan perubahan fisiologis yang sangat besar seperti penurunan depresi dan kesedihan serta memperoleh

ketenangan jiwa. bacaan Al-Quran yang dilantunkan dengan tempo lambat, lembut dan penuh penghayatan dapat menimbulkan respon relaksasi bagi pendengarnya. Faktor lain yang dapat menimbulkan respon relaksasi adalah keyakinan bahwa Al-Qur'an kitab suci yang mengandung firman Allah yang merupakan pedoman hidup bagi manusia. Mendengarkan murotal Al-Qur'an membawa subjek lebih dekat dengan Allah serta menuntun subjek untuk mengingat dan menyerahkan segala permasalahan yang dimiliki kepada Allah.

Hal tersebut membuktikan bahwa Alqur'an memiliki pengaruh yang kuat terhadap kesehatan, terutama dalam menimbulkan perasaan rileks dan memberi kenyamanan. Jika perasaan seseorang dalam keadaan rileks dan nyaman, diharapkan intensitas nyeri dapat berkurang. Terapi bacaan Al-Qur'an terbukti mengaktifkan sel-sel tubuh dengan mengubah getaran suara menjadi gelombang yang ditangkap oleh tubuh, menurunkan stimulasi reseptor nyeri dan otak terangsang mengeluarkan analgesik alami yang ada didalam tubuh untuk memblokir nyeri.

Murotal Quran merupakan salah satu pilihan suara yang dapat didengarkan ibu bersalin untuk mengurangi nyeri persalinan. Mendengarkan murotal quran akan memberikan stimulus kepada indra pendengar sehingga ibu akan terfokus kepada suara yang didengarkan dan membuat ibu mampu merelaksasikan diri. Hal ini memberikan efek hipnosis yang akan membantu memudahkan ibu dalam menghadapi persalinan. Suara Al-Quran dapat mengurangi kecemasan menghadapi persalinan, membantu ibu lebih rileks dan meningkatkan semangat dalam menghadapi persalinan karena fokus pada suara yang diperdengarkan. Metode ini dilakukan agar tubuh ibu mengalami relaksasi. Selain dengan murotal Al-Qur'an, aroma terapi lavender juga efektif dalam mengurangi rasa sakit.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa aroma terapi lavender menurunkan rasa sakit pada ibu primigravida kala I fase aktif dengan cara dihirup oleh hidung yang selanjutnya disalurkan ke otak serta bagian badan yang lain sehingga menimbulkan rasa rileks, akan tetapi tidak langsung mengurangi rasa sakit dengan cepat, disamping itu aroma tersebut tidak semua orang menyukainya sehingga proses keberhasilan penurunan tingkat nyerinya berkurang sedikit dibandingkan dengan murotal Al-Qur'an.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di wilayah Puskesmas Mekar Baru Tangerang, maka penulis membuat kesimpulan sebagai berikut: Intensitas nyeri ibu bersalin primigravida kala I sebelum diberikan aromaterapi lavender rata-rata 6,27 dan sesudah diberikan aromaterapi lavender rata-rata 5,33. Intensitas nyeri ibu bersalin primigravida kala I sebelum diberikan murotal rata-rata 6,67 dan sesudah diberikan murotal rata-rata 4,27. Terdapat perbedaan pengaruh aromaterapi lavender dan murotal terhadap intensitas nyeri pada ibu bersalin primigravida kala I di wilayah kerja Puskesmas Mekar Baru dengan tingkat signifikan 0,016. Diharapkan kepada pelayanan kesehatan agar dapat mengaplikasikan metode murotal sebagai metode asuhan untuk ibu bersalin yang mengalami nyeri sehingga ibu bersalin dapat menjalankan proses persalinan dalam keadaan nyaman.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Hafidz. (2014). *Bimbingan Praktis Menghafal Al-Qur'an*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Alyensi F & Arifin H. (2018). Pengaruh Terapi Murotal Qur'an Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Bidan Praktik Mandiri

- (BPM) Ernita Kota Pekanbaru. *Jurnal Kebidanan Vol. 8 No. 1 p-ISSN.2089-7669 e-ISSN. 2621-2870*. Poltekkes Kemenkes Riau.
- Andarmoyo, S., Suharti. (2015). *Persalinan Tanpa Nyeri Berlebihan*. Yogyakarta: Ar- Ruzz Media.
- Balkam, J. (2014). *Aromaterapi*. Jilid Pertama. Edisi Kedua, Semarang: Dahara Prize.
- Dinkes Prov Banten. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2019*. Banten: Dinkes Prov Banten.
- Handayani. (2014). Pengaruh Terapi Murotal Al-Qur'an untuk Penurunan Nyeri Persalinan dan Kecemasan pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 5 No. 2*. Akademi Kebidanan YLPP Purwokerto.
- Hartati, Walin, & Widayanti, E. D. (2015). Pengaruh Teknik Relaksasi Front Efflurage terhadap Nyeri Dismenorea. *Jurnal Riset Kesehatan, Vol 4 (3)*, 793-797.
- Hetia EN, Ridwan M, Herlina. (2017). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Aktif. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai Volume X No 1*. Politeknik Kesehatan Tajungkarang.
- Indriyani, Djami M. (2016). *Asuhan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Trans Info Media.
- Karyati, S., & Hidayah, N. (2015). Aplikasi terapi musik religi sebagai upaya menurunkan skala nyeri persalinan di kabupaten Kudus tahun 2015. *The 2nd University Research Coloquium. ISSN 2407-9189*.
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Kemenkes RI. Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lowdermilk, D. L., Perry, S. E. & Cashion, K. (2016). *Keperawatan Maternitas Edisi 8*. Singapura: Elsevier.
- Makvandi. (2016). *A Review of Randomized Clinical Trials on The Effect of Aromatherapy with Lavender on Labor Pain Relief. MedCrave. 1(3): 14- 19*.
- Maryunani A. (2016). *Nyeri Dalam Persalinan*. Jakarta: Trans Info Media. Medforth, Janet, Battersby. (2017). *Dari Bidan Untuk Bidan*. Jakarta: EGC.
- Mutohharoh N. (2017). Efektifitas Antara Terapi Murotal Al Quran dengan Massage Effleurage Punggung Terhadap Skala Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif di RSUD Dr. Soedirman Kebumen. *Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong*.
- Oriordan, RNL (1b). (2017). *Seni Penyembuhan Sufi dengan Pendekatan Kepada Tuhan*. Bekasi: Gugus Press.
- Puskesmas Mekar Baru. (2019). *Cakupan persalinan Tahun 2019*. Tangerang: Tidak diterbitkan.
- Rosalinan. (2018). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala I di Wilayah Puskesmas
- Rosiana, A., Suwanto, T., & Rozaq, M.A. (2017). Efektivitas pemberian terapi musik religi nasyid "demi masa" dengan penurunan tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan regional anestesi sub arachnoid blok di rsu pku muhammadiyah gubug. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Vol.8 No.2 (2017) 11-18*.
- Susilarini, Winarsih S, Idhayanti RI. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan Vol. 6 No.12 ISSN.2089-7669. Hal. 47-54*.
- Turlina L, Nurhayati HS. (2017). Pengaruh Terapi Murrotal Al Qur'an terhadap Penurunan Intensitas Nyeri

- Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia, Vol. 1 No. 1*. Stikes Muhammadiyah Lamongan.
- Upoyo, A.S., Ropi, H., Sitorus., (2012). Stimulasi murotal Al-Qur'an terhadap nilai glasgow coma scale pada pasien stroke iskemik. *Thesis*. Magister Keperawatan Universitas Padjajaran.
- Wahida, S., Nooryanto, M., Andarini, S. (2015). Terapi Murotal Al-Qur'an Surat Arrahman Meningkatkan Beta Endorphin Dan Menurunkan Intensitas Nyeri Bersalin. *Jurnal Kedokteran Brawijaya, Vol. 28, No. 3*. Universitas Brawijaya Malang.
- Widayani, W. (2016). *Aromaterapi Lavender dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Perineumpada Ibu Post Partum*. Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia ISSN 2354-7642.
- Wijaya. (2016). *Bimbingan Praktis Menghafal Al-Qur'an*. Jakarta: Bumi Askara.
- World Health Organization (WHO). (2018). *Maternal Mortality in 2018*. Geneva: Departement of Reproductive Health and Research WHO.
- Yana R, Utami S, Safri. (2015). Efektivitas Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *JOM Vol. 2 No. 2. Hal 1372- 1380*.
- Yolanda D, Widyanti Y. (2015). Pengaruh Terapi Murotal Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Pada Primigravida. *Naskah Publikasi*. STIKes Yarsi Sumbar Bukittinggi.
- Zakiah, A. (2015). *Nyeri: Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. Jakarta: Salemba Medika.