

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Kasus

1. Persalinan

a. Definisi Persalinan

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang telah cukup bulan atau dapat hidup di luar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain, dengan bantuan atau dengan kekuatan sendiri (Sari & Sanjaya, 2020).

Persalinan yaitu saat yang dinanti-nantikan ibu hamil, dan beberapa wanita, persalinan juga diliputi rasa cemas dan takut terhadap rasa nyeri saat persalinan (Hetia *et al.*, 2017).

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 (Sagita dan Martina, 2019).

b. Sebab Mulainya Persalinan

Beberapa teori yang menyebabkan mulainya persalinan (Fitriana & Nurwiandani, 2020), yaitu :

a. Penurunan Kadar *Progesteron*

Hormon *estrogen* dapat meninggikan kerentanan otot rahim, sedangkan hormon *progesteron* dapat menimbulkan relaksasi otot-otot rahim. Selama masa kehamilan terdapat keseimbangan antara kadar *progesteron* dan *estrogen* di dalam darah. Namun, pada akhir kehamilan kadar *progesteron* menurun Sehingga timbul his. Hal inilah yang menandakan sebab-sebab mulainya persalinan.

b. Teori *Oxytocin*

Pada akhir usia kehamilan kadar *oxytocin* bertambah sehingga menimbulkan kontraksi otot-otot rahim.

c. Keregangan Otot-otot

Seperti halnya dengan kandung kencing dan lambung bila dindingnya teregang oleh karena isinya bertambah maka terjadi kontraksi untuk mengeluarkan yang ada di dalamnya. Demikian pula dengan rahim, maka dengan majunya kehamilan atau bertambahnya ukuran perut semakin tegang pula otot-otot rahim dan akan menjadi semakin rentan.

d. Pengaruh Janin

Hypofise dan kelenjar kelenjar suprarenal janin rupa-rupanya juga memegang peranan karena *anensephalus* kehamilan sering lebih lama dari biasanya.

e. Teori *Prostaglandin*

Prostaglandin yang dihasilkan oleh desidua diduga menjadi salah satu sebab permulaan persalinan. Hasil dari percobaan menunjukkan bahwa prostaglandin F2 dan E2 yang diberikan secara intravena dan extra Amil menimbulkan kontraksi *myometrium* pada setiap umur kehamilan. Hal ini juga didukung dengan adanya kadar prostaglandin yang tinggi, baik dalam air ketuban maupun darah perifer pada ibu-ibu hamil sebelum melahirkan atau selama persalinan. Penyebab terjadinya proses persalinan masih tetap belum bisa dipastikan besar kemungkinan semua faktor bekerjasama sehingga memicu persalinan menjadi multifaktor.

c. Tanda dan Gejala Persalinan

Adapun tanda dan gejala persalinan, yaitu :

a. Tanda-tanda Persalinan sudah dekat

- 1) *Lightening* merupakan beberapa minggu sebelum persalinan, calon ibu merasa bahwa keadaannya menjadi lebih enteng. Ia merasa kurang sesak, tetapi sebaliknya ia merasa bahwa berjalan sedikit lebih sukar, dan sering diganggu oleh perasaan nyeri pada anggota bawah.

- 2) *Pollakisuria* adalah pada akhir bulan ke-IX, berdasarkan hasil pemeriksaan didapatkan epigastrium kendor, fundus uteri lebih rendah daripada kedudukannya, dan kepala janin sudah mulai masuk kedalam pintu atas panggul. Keadaan ini menyebabkan kandung kencing tertekan sehingga merangsang ibu untuk sering kencing yang disebut *pollakisuria*.
- 3) Fase *labor* adalah masa 3 atau 4 minggu sebelum persalinan, calon ibu diganggu oleh his pendahuluan yang sebetulnya hanya merupakan peningkatan dari kontraksi *Braxton Hicks*.

His pendahuluan ini bersifat:

- a) Nyeri yang hanya terasa di perut bagian bawah.
 - b) Tidur tidak teratur.
 - c) Lamanya his pendek, tidak bertambah kuat dengan majunya waktu dan bila dibawa Jalan malah sering berkurang.
 - d) Tidak ada pengaruh pada pendaftaran atau pembukaan serviks.
- 4) Perubahan Serviks adalah pada akhir bulan ke-IX hasil pemeriksaan serviks menunjukkan bahwa serviks tadinya tertutup, panjang dan kurang lunak. Namun kondisinya berubah menjadi lebih lembut, beberapa menunjukkan telah terjadi pembukaan dan penipisan. Perubahan ini berbeda untuk masing-masing ibu. Misalnya, pada multipara sudah terjadi pembukaan 2 cm namun pada primipara sebagian besar masih dalam keadaan tertutup.
 - 5) Energi *spurt* adalah beberapa ibu akan mengalami peningkatan energi kira-kira selama 24-28 jam sebelum persalinan dimulai. Setelah beberapa hari sebelumnya merasa kelelahan fisik karena tuanya kehamilan maka ibu mendapati suatu hari sebelum persalinan dengan energi yang penuh. Peningkatan energi ibu ini tampak dari aktivitas yang dilakukannya seperti membersihkan

rumah, mengepel, mencuci perabot rumah, dan pekerjaan rumah lainnya sehingga ibu akan kehabisan tenaga menjelang kelahiran bayi, persalinan menjadi panjang dan sulit.

6) *Gastrointestinal Upsets* adalah beberapa ibu mungkin akan mengalami tanda-tanda seperti diare, obstipasi, mual dan muntah karena efek penurunan hormon terhadap sistem pencernaan (Fitriana & Nurwiandani, 2020).

b. Tanda Awal Persalinan

1) Timbulnya HIS Persalinan

- a) Nyeri yang melingkar di punggung memancar keperut bagian depan.
- b) Makin lama makin pendek intervalnya dan makin kuat intensitasnya.
- c) Kalau dibawa berjalan bertambah kuat.
- d) Pengalaman dan atau pembukaan serviks

2) *Bloody Show* (keluar lendir disertai darah dari jalan lahir)

Bloody Show merupakan lendir disertai darah dari jalan lahir dengan pendataran dan pembukaan, lendir dari *canalis cervicalis* keluar disertai dengan sedikit darah. Perdarahan sedikit disebabkan karena lepasnya selaput janin pada bagian bawah segmen rahim hingga beberapa capillair daerah terputus.

3) *Premature Rupture of Membrane*

Premature Rupture of Membrane adalah keluarnya cairan banyak dengan sekonyong-konyong dari jalan lahir. Hal ini terjadi akibat ketuban pecah atau selaput janin robek. Ketuban biasanya pecah kalau pembukaan lengkap atau hampir lengkap dan dalam hal ini keluarnya cairan merupakan tanda yang lambat sekali. Kadang-kadang ketuban pecah pada pembukaan kecil, malahan kadang-

kadang selaput janin robek sebelum persalinan. Walaupun demikian persalinan diharapkan akan dimulai dalam 24 jam setelah air ketuban keluar (Fitriana & Nurwiandani, 2020).

d. Faktor yang mempengaruhi Persalinan, yaitu:

- a. *Passage* (jalan lahir)
- b. *Power* (kekuatan)
- c. *Passenger* (janin)
- d. Psikologi
- e. Penolong

e. Tahapan Persalinan

Beberapa tahapan persalinan, yaitu :

a. Kala I

Kala I persalinan dimulai sejak terjadinya kontraksi uterus dan pembukaan *cervix* sehingga mencapai pembukaan lengkap (10 cm). Persalinan kala I berlangsung 18- 24 jam dan terbagi menjadi dua fase yaitu fase laten dan fase aktif.

1) Fase Laten persalinan

- a) Dimulai sejak awal kontraksi yang menyebabkan penipisan dan pembukaan *cervix*.
- b) Pembukaan *cervix* kurang dari 4 cm.
- c) Biasanya berlangsung dibawah 8 jam.

2) Fase Aktif persalinan

- a) Fase aktif terbagi menjadi 3 fase yaitu akselerasi, dilatasi maksimal, dan deselerasi.
- b) Frekuensi dan lama kontraksi uterus umumnya meningkat, kontraksi dianggap adekuat/memadai jika terjadi 3 kali atau lebih dalam waktu 10 menit dan berlangsung selama 40 detik atau lebih.
- c) *Cervix* membuka dari 4 ke 10 cm biasanya dengan

kecepatan 1 cm atau lebih perjam hingga permukaan lengkap (10 cm).

d) Terjadi penurunan bagian terendah janin (Syaripudin & Nurhaeni, 2019).

b. Kala II

Persalinan kala II dimulai dengan pembukaan lengkap dari serviks dan berakhir dengan lahirnya bayi. Proses ini berlangsung 2 jam pada primi dan 1 jam pada multi. (Syaripudin & Nurhaeni, 2019).

Gejala utama kala II adalah sebagai berikut:

- a) Bisa semakin kuat, dengan interval 2 sampai 3 menit, dengan durasi 50 sampai 100 detik.
- b) Menjelang akhir kala I, ketuban pecah yang ditandai dengan pengeluaran cairan secara mendadak.
- c) Ketuban pecah pada pembukaan mendekati lengkap diikuti keinginan mengejan akibat tertekanya pleksus frankenhauser.
- d) Kedua kekuatan his dan mengejan lebih mendorong kepala bayi sehingga terjadi: Kepala membuka pintu, Subocciput bertindak sebagai hipomoglion, kemudian secara berturut turut lahir ubun- ubun besar, dahi, hidung dan muka, serta kepala seluruhnya.
- e) Kepala lahir seluruhnya dan diikuti oleh putar paksi luar, yaitu penyesuaian kepala dan punggung.
- f) Setelah putar paksi luar berlangsung, maka persalinan bayi ditolong dengan cara:
 - 1) Kepala dipegang pada os occiput dan di bawah dagu, kemudian ditarik dengan menggunakan cunam ke bawah untuk untuk melahirkan bahu depan dan ke atas untuk melahirkan bahu belakang.

- 2) Setelah kedua bahu lahir, ketiak dikait untuk melahirkan sisa badan bayi.
- 3) Bayi lahir diikuti oleh sisa air ketuban.
- g) Lamanya kala II untuk primigravida 1,5-2 jam dan multigravida 0,5-1 jam

c. Kala III

Kala III persalinan dimulainya setelah lahirnya bayi dan berakhirnya dengan lahirnya plasenta dan selaput ketuban, berlangsung tidak lebih 30 menit.

Proses pelepasan plasenta dapat diperkirakan dengan memperhatikan tanda-tanda dibawah ini:

- a. Uterus menjadi bundar
- b. Uterus terdorong ke atas karena plasenta dilepas ke segmen bawah rahim.
- c. Tali pusat bertambah panjang
- d. Terjadi semburan darah secara tiba-tiba

d. Kala IV

Dimulainya setelah lahirnya plasenta dan berakhir dua jam setelah itu, paling kritis karena proses perdarahan berlangsung, masa 1 jam setelah plasenta lahir, pemantauan 15 menit pada jam pertama setelah kelahiran plasenta, 30 menit pada jam kedua setelah persalinan, jika kondisi ibu tidak stabil maka perlu dipantau lebih sering (Syaripudin & Nurhaeni, 2019).

2. Nyeri Persalinan

a. Definisi Nyeri Persalinan

Nyeri akibat kontraksi pada saat proses persalinan merupakan hal yang wajar dan fisiologis, pada saat persalinan umumnya ibu akan merasa takut sehingga dapat mengakibatkan stres (Azizah *et al.*, 2020).

Pada proses persalinan, peregangan dan pelebaran mulut rahim terjadi sebagai akibat dari kontraksi otot-otot rahim untuk mendorong bayi keluar sehingga ibu akan mengalami nyeri yang dapat mengganggu kenyamanan ibu (Yunarsih dan Rahayu, 2018).

b. Penyebab Nyeri Persalinan

Nyeri persalinan disebabkan karena kontraksi uterus melalui sekresi kadar katekolamin dan kortisol yang meningkat, sehingga menyebabkan terjadinya penurunan aliran darah uterus dan penurunan aktivitas uterus yang mengakibatkan persalinan lama (Hetia *et al.*, 2017).

Nyeri persalinan saat kelahiran merupakan bagian dari respon fisiologis yang normal terhadap beberapa faktor. Selama Kala I persalinan, nyeri yang terjadi pada kala I terutama disebabkan oleh dilatasi *cervix* dan distensi segmen uterus bawah. Pada awal kala I, fase laten kontraksi pendek dan lemah, 5 sampai 10 menit atau lebih dan berlangsung selama 20 sampai 30 detik. Wanita mungkin tidak mengalami ketidaknyamanan yang bermakna dan mungkin dapat berjalan ke sekeliling secara nyaman diantara waktu saat kontraksi. Pada awal kala I, sensasi biasanya berlokasi di punggung bagian bawah, tetapi seiring dengan waktu nyeri yang menjalar di sekelilingnya seperti korset/ikat pinggang, sampai ke bagian anterior abdomen. Interval kontraksi makin memendek, setiap 3 sampai 5 menit menjadi lebih kuat dan lebih lama (Syaripudin & Nurhaeni, 2019).

c. Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Persalinan

Secara umum terdapat dua faktor yang mempengaruhi nyeri persalinan, yaitu :

1) Faktor Fisik

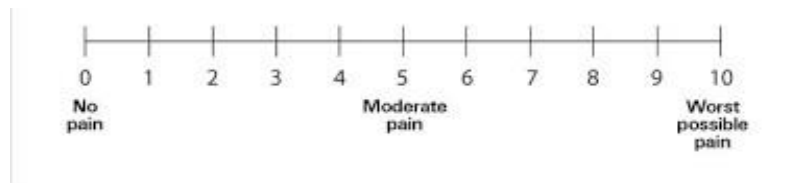
Umur, paritas, besar janin, intensitas dan lama persalinan, pembukaan *cervix*, posisi janin, karakteristik panggul, dan tindakan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan.

2) Faktor Psikologis

Sosial budaya setempat, tingkat kecemasan dan ketakutan, tingkat pengetahuan dan pendidikan, pengalaman nyeri sebelumnya, persiapan persalinan, dan sistem pendukung (Biswan *et al.*, 2017).

d. Skala Ukur Nyeri Persalinan

a. Skala Intensitas Nyeri Numerik



Gambar 2. 1 Skala Intensitas Nyeri Numerik

e. Penanganan Nyeri Persalinan

Salah satu penanganan nyeri persalinan yaitu dengan pemberian farmakologi dan non farmakologi, penanganan nyeri farmakologi dengan pemberian obat yang terdiri dari analgetika golongan non narkotika, analgetika golongan narkotika sedangkan non farmakologi salah satu alternatif untuk mengurangi nyeri persalinan salah satunya dengan pemberian minyak esensial aromaterapi (Suharti, 2018).

Terapi non farmakologi yang umum digunakan untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu teknik relaksasi dan pernapasan, *effleurage* dan tekanan sakrum, *jet hidroterapi*, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), dan teknik lain seperti hipnoterapi, *massage*, *acupressure*, aromaterapi, yoga dan sentuhan terapeutik (Rahmita *et al.*,

2018). Metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri yaitu teknik relaksasi, imajinasi, pergerakan dan perubahan posisi, umpan balik biologis , abdominal *lifting*, *effleurage*, hidroterapi, hipnoterapi, homeopati, terapi *counter pressure*, terapi musik, akupresur, akupuntur dan aromaterapi (Utami dan Fitriahadi, 2019).

f. Metode pengurangan rasa nyeri

a. Metode Farmakologi

1) Analgesia narkotik (*Mereperidine, Nalbuphine, Butorphanol, Morfm Sulfate Fentanyln*)

Efektif untuk menurunkan nyeri berat, nyeri persisten, dan nyeri rekurent. Meperidin merupakan obat narkotik yang sering digunakan. Analgesi narkotik bermanfaat terutama saat persalinan berlangsung sangat cepat dari yang diperkirakan dan bayi lahir saat efek narkotik berada di puncak.

2) Analgesia regional (*Epidural, spinal dan kombinasinya*)

Analgesia regional merupakan pilihan yang dapat digunakan untuk wanita yang memiliki masalah pernafasan berat, atau menderita penyakit hati, ginjal atau penyakit metabolik. Keuntungannya adalah pemberiannya dan tidak terjadi hipoksia janin bila tekanan darah dipertahankan dalam keadaan normal

3) Anestesia lokal (*infiltrasi lokal dengan injeksi lidochaine pada perineum dan blok syaraf pudendal*)

Bermanfaat pada persalinan kala II, pada episiotomy dan pada persalinan. Blok syaraf pudendal tidak menghilangkan nyeri yang berasal dari kontraksi rahim, tetapi dapat menghilangkan rasa nyeri di klitoris, labia mayora, labia monora dan perineum

4) Anesthesia umum (*Thiopental intravena*)

Anesthesia umum jarang digunakan untuk indikasi melahirkan pervaginam bila tanpa komplikasi. Anesthesia ini digunakan jika ada kontraindikasi bila pasien menolak terhadap analgesia atau

Aromaterapi (Syaripudin & Nurhaeni, 2019).

b. Metode Non-Farmakologi

1) Metode panas dingin

Metode panas dingin memang tidak menghilangkan seluruh nyeri namun memberikan rasa nyaman. Botol air panas yang dibungkus handuk dan dicelupkan ke air dingin mengurangi pegal di punggung dan kram jika ditempel di punggung. Menaruh handuk dingin diwajah juga bisa mengurangi ketegangan (Sari *et al.*, 2018).

2) Gerakan

Terus gerak agar sirkulasi darah meningkat, nyeri punggung berkurang, dan perhatian teralih dari rasa nyeri. Berbagai posisi persalinan, gunakan bantal untuk menyangga sampai diperoleh posisi paling nyaman (Sari *et al.*, 2018).

3) Pijat

Pijatan pada bahu, leher, wajah, dan punggung bisa meredakan ketegangan otot serta memberi rasa *relax*. Sirkulasi darah juga menjadi lancar sehingga nyeri berkurang (Sari *et al.*, 2018).

4) Teknik bernafas yang benar

Metode ini menggunakan teknik bernapas yang benar selama kontraksi. Konsentrasi pada nafas bisa mengalihkan ibu dari nyeri, membuat otot-otot *relax* serta ketegangan mengendur. Tindakan ini sebaiknya dilakukan oleh ahli/dibantu dengan terapis (Sari *et al.*, 2018).

5) Akupuntur

Dalam filosofi Cina, rasa nyeri terjadi akibat ketidakseimbangan aliran energi dalam tubuh. Keseimbangan dikendalikan dengan menusukkan jarum- jarum kecil menggunakan tekanan jari tangan ke titik tertentu di tubuh. Banyak wanita hamil yang merasakan manfaatnya untuk mengatasi keluhan selama hamil, seperti mual atau sakit kepala. Metode ini kemudian dipakai

untuk meringankan nyeri persalinan (Sari *et al.*, 2018).

6) *Refleksiologi*

Menekan titik di kaki mengurangi nyeri. Pijatan lembut di kaki membuat rasa nyaman. Pikiran dari rasa nyeri akan teralihkan kepada pijatan tersebut (Sari *et al.*, 2018).

7) *Hypnobirthing*

Hipnotis saat menghadapi persalinan dapat memberi sugesti lewat relaksasi pikiran ibu. Dengan dibimbing terapis hipnotis, ibu akan dapat mengontrol pikiran, rasa nyeri pun akan hilang (Sari *et al.*, 2018).

8) *Aromaterapi*

Menghirup aroma minyak esensial dapat mengurangi ketegangan, terutama saat persalinan tahap awal. Juga untuk mengharumkan ruangan persalinan karena dapat memberikan efek menenangkan (Sari *et al.*, 2018).

2. Aromaterapi

a. Definisi

Aromaterapi berasal dari kata “aroma”, yang artinya bau yang menarik yang berasal dari tumbuhan (minyak esensial) atau rempah, dan berasal dari kata “terapi”, yang artinya suatu perawatan yang dirancang untuk pengobatan. (Jaelani, 2017)

Aromaterapi adalah terapi yang menggunakan *essential oil* atau sari minyak murni untuk membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta membangkitkan jiwa raga. *Essential oil* yang digunakan disini merupakan cairan hasil sulingan dari berbagai jenis bunga, akar, pohon, biji, getah, daun dan rempah-rempah yang memiliki khasiat untuk mengobati (Haqiqi, 2017).

Aromaterapi juga dipercaya sebagai terapi komplementer untuk menurunkan intensitas nyeri, yaitu dengan aromaterapi dengan minyak esensial (Nurul *et al.*, 2020).

b. Jenis Aromaterapi dan Manfaatnya

Beberapa manfaat dari penggunaan aromaterapi berdasarkan jenisnya, yaitu:

1) Lavender

Lavender merupakan bunga yang berwarna lembayung muda, memiliki bau khas dan lembut sehingga membuat seseorang menjadi *relax* ketika menghirup aroma lavender, lavender banyak dibudidayakan di berbagai penjuru dunia. Sari dari minyak bunga lavender diambil dari bagian pucuk bunganya.

Minyak lavender diperoleh dengan cara destilasi bunga. Komponen kimia utama dengan kandungan seperti *linalil asetat, linalool*. Minyak lavender digunakan secara luas, aromaterapi lavender dapat meningkatkan gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah membantu menciptakan keadaan *relax*.

Wanita yang sedang menjalani persalinan, berendam dengan menggunakan minyak lavender bisa mengurangi rasa nyeri didaerah perineum dan mengurangi kecemasan. Minyak esensial lavender mengontrol kehilangan rambut, kombinasi lavender, rosemary, kayu cedar dan minyak esensial *thyme* (sejenis tumbuhan pengharum makanan) dilaporkan bisa memperbaiki pertumbuhan rambut pada pasien dengan *alopecia*. Selain itu dapat digunakan untuk mengobati gangguan pencernaan, Lavender digunakan melalui inhalasi bermanfaat untuk mengurangi kecemasan pada pasien yang mengalami dialisis, meningkatkan kenyamanan tidur, meningkatkan kecermatan dalam berhitung, dan menurunkan agitasi pasien dengan demensia. Lavender memberikan ketenangan, keseimbangan, rasa nyaman, rasa keterbukaan dan keyakinan, disamping itu lavender mengurangi rasa tertekan, stress, rasa sakit, emosi tidak seimbang, histeria, rasa frustrasi dan kepanikan. Lavender bermanfaat mengurangi rasa nyeri, dan memberikan relaksasi. Selain memiliki banyak manfaat, lavender paling sering digunakan sebagai aromaterapi dan merupakan jenis minyak yang digunakan tanpa harus

dicampur terlebih dahulu dengan *carrier oil*. *Thyme, sage, winter green, basil, clove, marjoram, cinnamon, fennel, jasmine, jupiter, rosemary, aniseed, peppermint, clary sage, oregano, nutmeg, bay, hops, valerian, tarragon*, dan *cedarwood*, yaitu minyak yang harus dihindari pada saat hamil dan menyusui.

2) *Rosemary*

Rosemary yang digunakan melalui inhalasi bermanfaat meningkatkan kewaspadaan, daya ingat, kecepatan dalam berhitung. *Rosemary* yaitu jenis aromaterapi biasa digunakan untuk melegakan otot dan pikiran, aromaterapi yang dihasilkan dapat membantu konsentrasi.

3) *Cinnamon*

Minyak essensialnya mengandung antibiotik, antiseptik dan antivirus yang melindungi tubuh manusia.

4) *Eucalyptus*

Pohonnya dikenal dengan nama kayu putih wanginya menghilangkan bau secara efektif. Selain itu ampuh menghilangkan bakteri, antiseptik, antiseptik dan antiviral juga ada pada minyak jenis ini.

5) *Peppermint*

Aroma yang menyegarkan, membangkitkan suasana, mengurangi sakit perut, mengurangi ketegangan dan dipercaya menyembuhkan sakit kepala.

6) Cendana atau *Sandalwood*

Aroma yang membantu menciptakan dan menuangkan ide kreatif. Selain itu mengurangi depresi, harum cendana dipercayabisa mengatasi masalah sulit tidur serta masalah lain yang berhubungan dengan stres. Selain itu, aromanya sangat bermanfaat digunakan saat meditasi (Haqiqi, 2017).

c. Bunga Lavender

Ada 25-30 spesies bunga lavender, diantaranya yaitu *lavandula*

angustifolia, *lavandula latifolia*, *lavandula stoechas* (Fam. *Lamiaceae*). Tumbuhan ini berasal dari wilayah selatan Laut Tengah sampai Afrika tropis dan ke timur sampai India. Lavender menyebarkan Kepulauan Kanari, Afrika Utara dan Timur, Eropa Selatan dan Mediterania, Arabia, dan India. Nama Lavender berasal dari bahasa Latin yaitu “*lavera*” berarti menyegarkan, orang-orang Roma telah memakai lavender sebagai parfum dan minyak mandi sejak zaman dahulu. Manfaat bunga lavender yaitu dijadikan minyak esensial yang sering dipakai sebagai aromaterapi karena memberikan manfaat relaksasi dan memiliki efek sedasi yang sangat membantu orang yang sedang mengalami insomnia (Dewi, 2013).

d. Kerja Ekstrak Lavender

Aromaterapi lavender bekerja mempengaruhi tidak hanya fisik tapi juga tingkat emosi. Kandungan yang terdiri dari *linalool*, *linalyl acetate* dan *1,8 - cineole* dapat menurunkan, mengendorkan, dan melemaskan ketenangan seseorang yang mengalami spasme pada otot. Minyak esensial lavender yang masuk ke rongga hidung melalui penghirupan akan bekerja lebih cepat, karena molekul esensial mudah menguap oleh *hipotalamus*, aroma tersebut diolah dan dikonversikan oleh tubuh dan menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi *neurokimia* berupa zat *endorphin* dan *serotonin*, sehingga dapat berpengaruh langsung pada organ penciuman dan diproses oleh otak untuk memberi reaksi membuat perubahan fisiologis pada tubuh, pikiran, jiwa dan memberikan efek yang menenangkan bagi tubuh (Rosalinna, 2018).

e. Zat yang Terkandung pada Minyak Lavender

Lavender (*Lavandula angustifolia*) merupakan salah satu bunga yang menghasilkan minyak esensial, yang bisa digunakan untuk aromaterapi dengan kandungan komponen utama minyak *linalool* (51%) dan *linalyl asetat* (35%) (Dewi., 2013).

Diteliti efek dari tiap kandungan bunga lavender untuk mencari

tahu zat mana yang memiliki efek *anti-anxiety* (efek anti cemas/relaksasi) menggunakan Geller *conflict test* dan Vogel *conflict test*. Cineol, terpinen-4-ol, alpha-pinene, dan beta-myrcene tidak menghasilkan efek anti cemas yang signifikan pada tes Geller. Linalyl asetat sebagai salah satu kandungan utama pada lavender tidak menghasilkan efek anti cemas yang signifikan pada kedua tes. Borneol dan camphene memberikan efek anti cemas yang signifikan pada tes Geller, tapi tidak signifikan pada tes Vogel. Linalool, yang juga merupakan kandungan utama pada lavender, memberikan hasil yang signifikan pada kedua tes. Dapat dikatakan, linalool adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) pada lavender (Dewi, 2013).

f. Manfaat Aromaterapi

Aromaterapi dipercaya dapat digunakan untuk menanganin masalah pernafasan, saluran kencing, rasa nyeri, serta dapat mengatasi masalah mental dan emosional, serta mampu memberikan sensasi menenangkan, sehingga dapat meringankan stres (Azizah *et al.*, 2020).

Minyak esensial dalam persalinan dapat meningkatkan strategi koping pada ibu bersalin. Peran utama minyak esensial selama persalinan dan melahirkan adalah membantu meredakannya nyeri, stres dan ansetas, membantu memfungsikan uterus secara efisien dan mencegah kelelahan (Hetia *et al.*, 2017). Minyak esensial tertentu dapat mempengaruhi tonus otot, meningkatkan kontraksi, mengurangi nyeri, mengurangi ketegangan, mengurangi ketakutan dan kecemasan serta meningkatkan perasaan nyaman (Hetia *et al.*, 2017).

Aromaterapi lavender merupakan salah satu metode non farmakologi bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri, merelaksasi pikiran, menurunkan ketegangan dan kecemasan serta memberi ketenangan pada saat ibu bersalin (Hetia *et al.*, 2017).

Aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) mempunyai

kandungan zat aktif berupa linalool dan linalyl yang dapat berfungsi sebagai analgetik, serta dapat meningkatkan hormon endorpin sebagai akibat rangsangan hipotalamus oleh aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*), dapat menghasilkan rasa tenang, rasa bahagia dan relaks, serta melemasakan otot-otot yang tegang akibat rasa nyeri, sehingga rasa nyeri yang dialami ibu pasca persalinan dapat berkurang dengan terapi inhalasi aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*). Dan sejauh ini tidak diketahui adanya kontraindikasi serta efek samping penggunaan inhalasi aro-materapi lavender (Azizah *et al.*, 2020).

g. Cara penggunaan aromaterapi

Aromaterapi dapat digunakan dengan berbagai cara, yaitu melalui:

a. Inhalasi

Aromaterapi digunakan melalui inhalasi caranya ditempatkan di atas peralatan listrik, dimana peralatan listrik ini sebagai alat penguap. Kemudian ditambahkan dua sampai lima tetes minyak aromaterapi dalam *diffuser* dengan 20-40 ml air untuk mendapat hasil uap air. Penggunaan aromaterapi secara inhalasi, dapat dicampur dengan air, dengan komposisi 3 tetes aromaterapi untuk 30 ml air, hingga dapat menghasilkan aroma yang segar dan wangi. Pemakaian aromaterapi dapat menggunakan anglo pemanas agar mendapatkan uap dari aromaterapi sehingga tercium aroma yang wangi dan bisa menimbulkan efek relaksasi serta dapat menyegarkan pikiran sehingga membuat tenang. Dengan Cara nyalakan lilin yang berada di bawah mangkuk, isi mangkuk dengan air, diamkan hingga panas, setelah itu tuangkan 8 tetes dari tiga pilihan kombinasi *essential oil* ke dalam mangkuk yang berisi air hangat, aromaterapi bisa dihirup secara langsung, caranya

dengan mencampur 3 hingga 5 tetes ke dalam mangkuk stainless steel atau kaca yang berisi air panas, tutup wajah dan kepala dengan handuk, lalu uapnya hirup dalam-dalam, lakukan kurang lebih 10 menit, lindungi area lingkaran mata. Penggunaan melalui penyemprotan atau spray dari minyak esensial yang telah dipilih sebanyak 100 ml dengan menggunakan botol yang memiliki alat penyemprot kemudian semprotkan pada tubuh sebagai penyegar.

b. Pijat

Minyak esensial yang baru bisa digunakan setelah dilarutkan dengan minyak dasar seperti, minyak zaitun, minyak kedelai, dan minyak tertentu. Dapat dilakukan secara langsung dioleskan minyak aromaterapi yang telah dipilih diatas kulit. Sebelum menggunakan minyak tersebut perlu diperhatikan adanya kontraindikasi maupun adanya riwayat alergi. Dalam penggunaannya dibutuhkan 2 tetes essential oil ditambah 1 mililiter minyak pijat.

c. Kompres

Penggunaan aromaterapi dengan cara kompres hanya sedikit membutuhkan minyak aromaterapi, kompres hangat dengan minyak aromaterapi bisa digunakan untuk menurunkan nyeri punggung dan nyeri perut. Kompres dingin yang mengandung minyak esensial lavender digunakan pada bagian perineum saat kala dua persalinan.

d. Berendam

Cara lain menggunakan aromaterapi dengan cara menambah tetesan minyak esensial ke dalam air hangat yang akan digunakan untuk berendam (Haqiqi, 2017).

3. Darjeeling Aromaterapi Lavender



Gambar 3.1 Darjeeling Aromaterapi Lavender

e. Pengertian

Bunga lavender merupakan salah satu tanaman herbal yang sudah terkenal manfaatnya secara luas. Penggunaan bunga ini juga tidak semata-mata sebagai penghias taman bunga. Banyak juga yang menggunakan sebagai *essential oil*. Lavender Oil merupakan minyak yang dihasilkan dari bunga-bunga lavender.

f. Manfaat

Penggunaan minyak ini bahkan sudah dilakukan sejak jaman dulu. Berdasarkan catatan minyak lavender sudah digunakan di Mesir kuno sebagai bahan tambahan untuk proses mumifikasi. Berjalannya waktu minyak ini digunakan untuk bermacam-macam.

1. Membantu Kesulitan Tidur

Sejak jaman dulu kesulitan tidur sudah dikenal sebagai suatu gangguan tidur. Kekurangan tidur membuat istirahat menjadi berkurang. Tentu saja efek samping sudah mengintai mulai dari sikap yang sering marah-marah, rasa pusing, bahkan penyakit lainnya.

Lavender oil bisa digunakan untuk membantu kesulitan tidur ini. Pada zaman dahulu orang-orang menggunakan bunga lavender dan memasukkannya ke dalam bantal atau dibawahnya.

Mereka yang tidak bisa tidur dapat menghirup baunya. Seperti yang sudah diketahui aroma wangi dari bunga lavender memberikan ketenangan. Di jaman modern ini mendapat bunga lavender tidaklah mudah apalagi di Indonesia.

Untuk memudahkannya banyak ekstraksi dari bunga lavender untuk dibuat minyak esensial. Cukup diteteskan pada Essential Oil Diffuser saat akan tidur dan rasakan manfaatnya.

2. Membantu Masalah Rambut

Rambut adalah sebuah mahkota khususnya wanita. Rambut rontok adalah salah satu masalah yang bisa dijinakan oleh Lavender Oil. Caranya dengan mencampurkan minyak esensial dari lavender, thyme, rosemary dan cedarwood.

Campuran minyak itu kemudian diusapkan ke kulit kepala. Dalam waktu 7 bulan banyak yang memberikan testimoni bahwa rambut rontok mereka berkurang dan terjadi pertumbuhan rambut baru.

3. Membantu Mengurangi Nyeri Persalinan

Aromaterapi Lavender memiliki kandungan linalool, dan linalyl acetat, yang berefek sebagai analgetik yang dapat membuat seseorang menjadi tenang, oleh karenanya hal ini tidak mengejutkan jika beberapa laporan saat ini menyarankan aromaterapi untuk menurunkan tingkat nyeri, sakit dan stress pada kehamilan dan persalinan (Sagita dan Martina, 2019).

4. Birthing Ball

a. Pengertian

Teknik *Birthing Ball* adalah penggunaan bola gym untuk membantu ibu bersalin menggerakkan pinggul dengan posisi duduk diatas bola (gymball) untuk mengurangi nyeri persalinan. (Hani, 2017). *Birthball* adalah sebuah bola persalinan sebagai terapi fisik yang dapat meringankan rasa nyeri atau sakit,

membantu kemajuan persalinan. (Sari;dkk, 2020).

Menurut Siregar; dkk (2020) salah satu gerakan dari teknik *birthing ball* ini dengan duduk diatas bola dan bergoyang-goyang yang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dan mampu membantu meringankan nyeri persalinan. *Birthball* adalah bola berukuran cukup besar dengan bentuk menyerupai bola gym. Ukuran birthball lebih besar, dan dirancang khusus supaya tidak licin saat digunakan dilantai.

Dalam proses persalinan, bola bisa menjadi alat yang penting dan dapat digunakan pada berbagai posisi. Bola persalinan ini juga dapat memberikan dukungan pada perineum tanpa banyak tekanan dan membantu menjaga janin agar sejajar dipanggul (Aprilia, 2019).

b. Manfaat penggunaan *Birthing ball*

1. Menambah aliran darah menuju kerahim, plasenta dan bayi. Mengurangi tekanan dan menambah outlet panggul 30%. Membuat rasa nyaman didaerah lutut dan pergelangan kaki. Memberikan tekanan balik di daerah perineum dan paha. Melalui gaya gravitasi, *birthing ball* juga mendorong bayi untuk turun sehingga proses persalinan menjadi lebih cepat.
2. Penelitian di Taiwan menunjukkan hasil bahwa pada kelompok wanita yang melakukan *birthing ball* mengalami kala I persalinan yang lebih pendek, penggunaan analgesic yang rendah dan kejadian section caesaria yang rendah.
3. Dalam hal kepuasan pemakaian, 84% menyatakan *birthing ball* dapat meredakan nyeri kontraksi, 79% dapat meredakan nyeri punggung, dan 95% menyatakan nyaman ketika menggunakan *birthing ball*. (Mutoharoh, dkk, 2019)

c. Waktu latihan teknik *birthing ball* dilakukan selama 30 menit persesi dan latihan sebanyak 1 kali dengan frekuensi atau total selama 60 menit, yang pertama tama

dilakukan adalah ibu diminta untuk duduk diatas bola.(Kurniawati, Dasuki, & Kartini, 2017)

d. Sebelum mengikuti latihan teknik *Birthing ball* ibu harus memenuhi persyaratan, yaitu : kondisi ibu dan janin dalam keadaan baik, dengan indicator denyut nadi ibu maksimal 98 x/menit dan denyut jantung janin 120-160 x/menit, latihan bisa diberhentikan bila ibu merasakan keluhan, seperti pusing, mual, kelelahan atau lain sebagainya. (Djuju Sriwenda, 2014). Kriteria ibu inpartu primigravida berusia 18-35 tahun dengan usia kehamilan 37-42 minggu, kala I fase aktif persalinan, janin tunggal hidup, presentasi belakang kepala, rencana melahirkan normal, dan tidak dilakukan induksi saat persalinan, tidak ada riwayat komplikasi selama masa prenatal maupun penyakit penyerta pada kehamilan, tidak di beri obat pengurang rasa nyeri persalinan, persalinan di damping oleh suami atau keluarga pasien yang dapat membuat ibu merasa tenang dan nyaman. (Kurniawati, dkk, 2017)

1. Penggunaan teknik *birthing ball* sebagai pereda nyeri persalinan dengan system kognitif-evaluatif dilakukan dengan memberi ibu rasa memiliki kemampuan untuk mengendalikan nyeri dan menurunkan pikiran serta penilaian negative terhadap nyeri melalui teknik distraksi atau pengalihan perhatian dan pergerakan fisik yang berpola. Dan ketika ibu bersalin menerapkan penggunaan teknik *birthing ball* ini, perhatiannya terhadap nyeri akan teralihkan oleh aktifitas fisik dengan melakukan pola aktifitas yang lebih dirasakan nyaman dan rileks. (Pratama, Martini, Mauliyah, 2017)

2. Metode Latihan Khusus Teknik *Birthing ball*

1. Ibu duduk dibagian atas bola

Jenis gerakan yang dijelaskan oleh Kustari, dkk (2012) adalah sebagai berikut:

1. Duduk di atas bola seperti duduk di kursi dengan kaki sedikit membuka agar keseimbangan badan di atas bola terjaga.

2. Letakkan tangan di pinggang atau di lutut, gerakkan pinggul ke samping kanan dan ke samping kiri mengikuti aliran gelinding bola. Lakukan secara berulang minimal 2 x 8 hitungan.
3. Tetap letakkan dengan tangan di pinggang, lakukan gerakan pinggul ke depan dan kebelakang mengikuti aliran menggelinding bola. Lakukan secara berulang minimal 2 x 8 hitungan.
4. Dengan masih posisi duduk di atas bola, lakukan gerakan memutar pinggul searah jarum jam dan sebaliknya seperti membentuk lingkaran atau hula hoop.
5. Kemudian lakukan gerakan pinggul seperti spiral maju dan mundur. Posisi duduk diatas bola mempermudah ibu untuk melakukan gerakan rotasi diatas bola. Gerakan ini bermanfaat menjaga agar otot di sekitar panggul terbuka dan perineum lentur sehingga mempermudah proses persalinan. Pada saat persalinan kala I, posisi ini mempermudah pendamping persalinan memberikan sentuhan pada daerah tulang belakang dan panggul ibu bersalin. Gerakan ini bermanfaat untuk membantu kontraksi Rahim lebih efektif dan mempercepat turunnya bayi melalui panggul. Tekanan kepala bayi pada leher rahim tetap konstan ketika ibu bersalin pada posisi tegak sehingga dilatasi serviks menjadi lebih cepat. Ligamentum otot panggul menjadi rileks, dan bidang luas panggul menjadi lebar sehingga memudahkan bayi turun ke dasar panggul. Gerakan dapat dilakukan dengan cara melakukan gerakan rotasi, ke kanan dan kiri, serta maju mundur dalam 10 menit.



Gambar 4.1 Duduk Diatas Bola

2. Berdiri selaras memegang bola

1. Letakkan bola di dinding sejajar

2. Berdiri dengan kaki sedikit dibuka dan bersandar ke depan pada bola seperti merangkul bola.

3. Lakukan gerakan ini selama 5 menit- 45menit

4. Pada posisi berdiri/tegak akan membuat kontraksi lebih kuat dan lebih efisien. (Mathew, 2012 : 2).

Dengan meletakkan birthball di lantai, atau meja, ibu yang sedang dalam persalinan dapat bersandar dengan mudah dan nyaman di atas bola. Posisi ini memudahkan ibu untuk bebas berayun dengan lembut dan membuat ibu lebih merasa nyaman dan rileks.



Gambar 4.2 Berdiri selaras memegang bola

3. Berlutut dan bersandar di atas bola
 - 1) Letakkan bola di lantai.
 - 2) Dengan menggunakan bantal atau pengalas yang empuk lakukan posisi berlutut.
 - 3) Kemudian posisikan badan bersandar ke depan di atas bola seperti merangkul bola.
 - 4) Dengan tetap pada posisi merangkul bola, gerakkan badan ke samping kanan dan kiri mengikuti aliran menggelinding bola.
 - 5) Dengan tetap merangkul bola, minta pendamping untuk memijat atau melakukan tekanan halus pada punggung bawah. Lakukan tindakan ini selama 5 menit. Menurut Aprillia (2011 : 120)

Posisi ini paling nyaman untuk ibu yang mengeluh sakit di bagian tulang belakang. Mengalihkan berat badannya diatas bola dapat mengurangi tekanan disekitar tulang belakang dan sacrum.



Gambar 4.3 Berlutut dan bersandar di bola

B. Kewenangan Bidan Terhadap kasus tersebut

Pasal 46

1. Dalam menyelenggarakan Praktik Kebidanan, Bidan bertugas memberikan pelayanan yang meliputi
 - a. Pelayanan kesehatan ibu;
 - b. Pelayanan kesehatan anak;
 - c. Pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana;
 - d. Pelaksanaan tugas berdasarkan Pelimpahan wewenang; dan/atau
 - e. Pelaksanaan tugas dalam keadaan keterbatasan tertentu.
2. Tugas bidan sebagaimana dimaksud pada ayat [1] dapat dilaksanakan secara bersama atau sendiri
Pelaksanaan tugas sebagaimana dimaksud pada ayat [1] dilaksanakan secara bertanggung jawab dan akuntabel

Pelayanan Kesehatan Ibu

Pasal 49

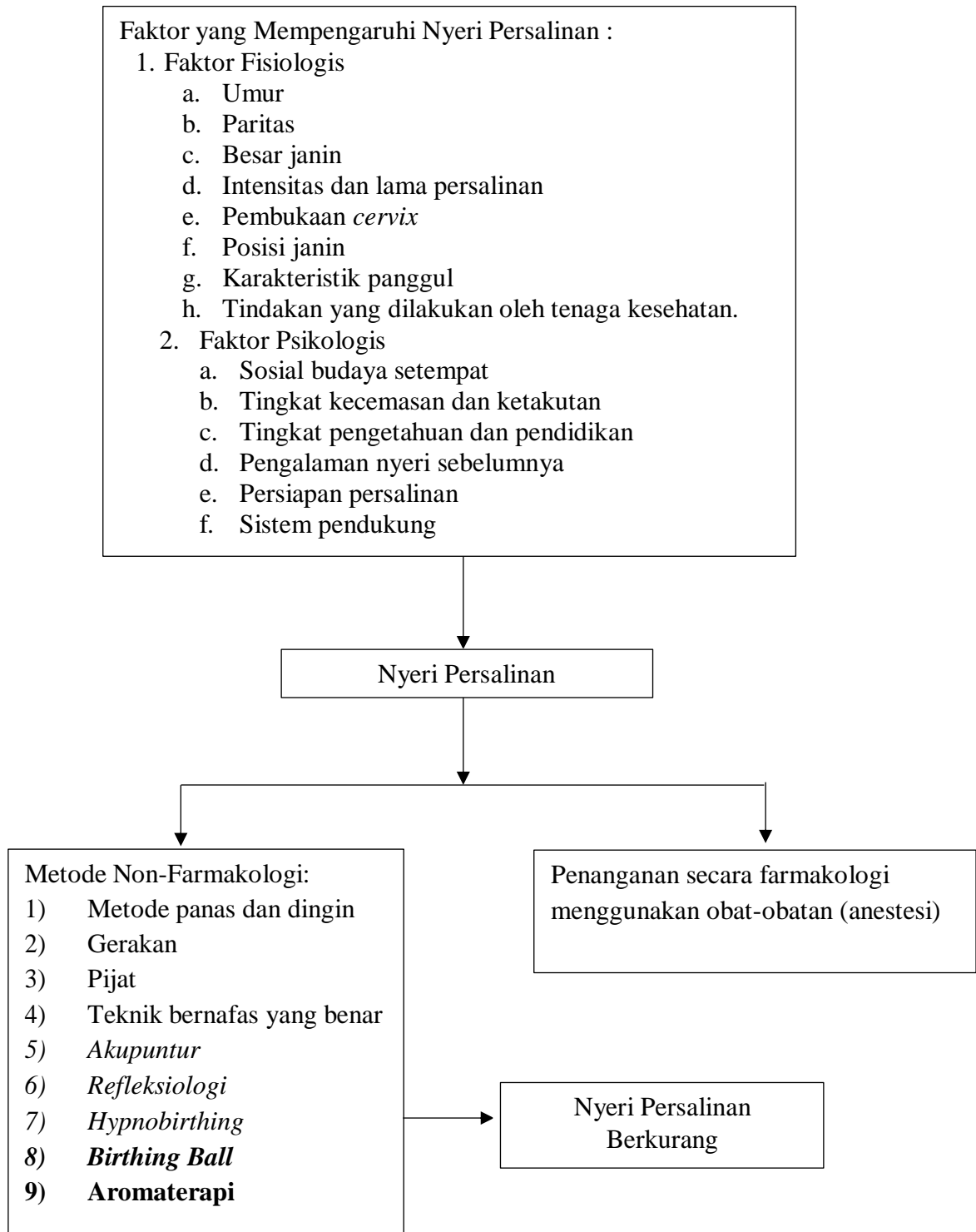
Dalam menjalankan tugas memberikan pelayanan kesehatan ibu sebagaimana dimaksud dalam pasal 46 ayat [1] huruf a, bidan berwenang:

- a. Memberikan Asuhan Kebidanan pada masa sebelum hamil;
- b. memberikan Asuhan Kebidanan pada masa ke hamilan normal;
- c. memberikan Asuhan Kebidanan pada masa persalinan dan menolong persalinan normal;
- d. memberikan Asuhan Kebidanan pada masa nifas;
- e. Melakukan pertolongan pertama kegawatdaruratan ibu hamil bersalin nifas dan rujukan; dan
- f. Melakukan Deteksi dini kasus risiko dan komplikasi pada masa kehamilan, masa persalinan, pasca persalinan, masa nifas, serta asuhan pasca keguguran dan dilanjutkan dengan rujukan.

C. Hasil Penelitian Terkait

1. Berdasarkan hasil penelitian Rosalina (2018) rata-rata tingkat nyeri persalinan pada responden setelah diberi aromaterapi lavender adalah 6,11 dalam kategori nyeri sedang. Pemberian aromaterapi lavender selama 15 menit mampu menurunkan tingkat nyeri persalinan. Balkam (2014) menjelaskan aromaterapi memberikan efek keharuman yang menguntungkan baik melalui metode inhalasi. Penghisapan aroma harum dapat menyebabkan perubahan psikologis dan fisiologis manusia.
2. Hasil dari penelitian yang dilakukan Rahmita, dkk (2018) diketahui bahwa tingkat nyeri yang dialami oleh ibu bersalin pada kala I sebelum diberikan aromaterapi adalah nyeri sedang 32 orang (88,9 %), nyeri berat sebanyak 3 orang (8,3 %) dan nyeri ringan 1 orang (2,8 %). Rata-rata skala nyeri sebelum pemberian aromaterapi adalah 5,19 dengan median 5,00
Tingkat nyeri yang dirasakan ibu bersalin berubah setelah diberikan aromaterapi, yaitu nyeri sedang 30 orang (83,3 %), nyeri berat 1 orang (2,8%) dan nyeri ringan 5 orang (13,9%). Rata-rata skala nyeri setelah pemberian aromaterapi adalah 4,44. Perubahan skala nyeri persalinan yang dirasakan oleh ibu bersalin sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi adalah sebesar 0,75.
3. Hasil penelitian dari Kurniawati, dkk (2017). Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan teknik birthing ball rata-rata subyek penelitian memiliki skala nyeri 6 (nyeri sedang) sebanyak 7 responden atau 46,7 %, nyeri skala 7 (nyeri sedang) sebanyak 2 orang (13,3 %) dan nyeri skala 5 (nyeri sedang) sebanyak 6 orang atau 40.0%. Responden di PMB mengalami nyeri sedang antara 6-7 (nyeri sedang) sebagian besarnya.

D. Kerangka Teori



Sumber: Biswan *et al.* (2017), Sari *et al.* (2018), Haqiqi (2017)