

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Aromaterapi

A.1. Definisi Aromaterapi

Aromaterapi salah satu terapi yang memakai essensial oil maupun sari minyak murni untuk membantu memperbaiki bahkan menjaga Kesehatan, membangkitkan gairah, menyegarkan dan meningkatkan jiwa raga . Esensial oil dapat dipakai dengan cairan dari sulingan bermacamvarian bunga, akar, pohon, biji, getah, daun dan rempah – rempah yang mempunyai manfaat dalam mengobati (Hutasoit, 2002).

Aromaterapi merupakan Tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak essensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologis sehingga menjadi lebih baik. Sebelum menggunakan aromaterapi perlu dikaji adanya Riwayat alergi. Aroma berpengaruh langsung terhadap otak manusia, seperti halnya narkotika. Hidung memiliki kemampuan untuk membedakan lebih dari 100.000 aroma yang berbeda yang mempengaruhi dan itu terjadi tanpa disadari. Aroma tersebut mempengaruhi bagian otak yang berkaitan dengan mood, emosi, ingatan, dan pembelajaran. Misalnya dengan menghirup aroma lavender maka akan meningkatkan gelombang – gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah yang membantu menciptakan keadaan yang rileks (Maifisco, 2008).

Aromaterapi mempunyai efek yang positif karena diketahui bahwa aroma yang segar, harum, merangsang sensori, reseptor dan pada akhirnya mempengaruhi organ yang lainnya sehingga dapat menimbulkan efek kuat terhadap emosi. Aroma ditangkap oleh reseptor dihidung yang kemudian memberikan informasi lebih jauh ke area di otak yang mengontrol emosi dan memori maupun memberikan informasi juga ke hipotalamus yang merupakan pengatur system internal tubuh, termasuk system seksualitas, suhu tubuh, dan reaksi terhadap stress (Shinobi, 2008).

Aromaterapi dapat mempengaruhi limbik system di otak yang merupakan pusat emosi, suasana hati atau mood, dan memori untuk menghasilkan bahan neurohormone

endorphin dan encephalin, yang bersifat sebagai penghilang rasa sakit dan serotonin yang berefek menghilangkan ketegangan atau stress serta kecemasan menghadapi persalinan. Sebuah studi yang dilakukan oleh Lee dan Ming Ho (2004) di 87 Rumah Bersalin di New Zealand, bahwa sebanyak 60 % dari RB yang diteliti menggunakan aromaterapi untuk mengurangi rasa nyeri selama persalinan.

A.2. Jenis dan manfaat Aromaterapi

Aromaterapi mempunyai beberapa keuntungan sebagai Tindakan supportive. Beberapa keuntungan dari pengguna aromaterapi berdasarkan jenisnya yaitu :

Lavender

Lavender merupakan bunga yang berwarna lembayung muda, memiliki bau yang khas dan lembut sehingga dapat membuat seseorang menjadi rileks. Ketika menghirup aroma lavender, lavender banyak dibudidayakan diberbagai penjuru dunia. Sari minyak lavender diambil dari bagian pucuk bunganya dengan cara distilasi bunga. Komponen kimia utama yang dikandungnya adalah linalil asetat, linalool. Minyak lavender digunakan secara luas dalam aromaterapi. Aroma lavender dapat meningkatkan gelombang – gelombang alfa didalam otak dan gelombang inilah yang membantu menciptakan keadaan yang rileks (Maifrisco, 2008).

Lavender mempunyai banyak manfaat yaitu sebagai pencegah infeksi, menunjukkan efek sebagai antiseptis, antibiotik dan anti jamur. Minyak essensial lavender dapat digunakan untuk mengobati insomnia, kualitas tidur dan memperbaiki tidur pasien di Rumah Sakit yang cukup lama, serta mengurangi kecemasan pada pasien intensif dan dapat menurunkan kecemasan pada pasien yang akan cuci darah (hemodialisa). Minyak essensial lavender dapat digunakan untuk mengurangi nyeri. Wanita yang sedang menjalani persalinan, berendam dengan menggunakan minyak lavender dapat mengurangi rasa nyeri pada daerah perineum dan mengurangi kegelisahan (Hale, 2008).



Gambar lavender

Lavander bisa dipakai dari inhalasi hingga berguna untuk meminimalisir rasa cemas dikarenakan memiliki dampak tenang, seimbang, nyaman, rasa terbuka bahkan meningkatkan rasa yakin. Oleh sebab itu, lavender bisa menghilangkan rasa tertekan, stress berlebihan, rasa kesakitan, emosi yang tidak seimbang, histerias, rasa frustrasi dan kepanikan. Begitu banyak manfaat dari minyak lavender maka dari itu penelitian ini akan menggunakan minyak lavender. Selain memiliki banyak manfaat, lavender paling sering digunakan sebagai aromaterapi dan merupakan jenis minyak yang dapat digunakan tanpa harus dicampur terlebih dahulu dengan carrier oil, thyme, sage, wintergreen, basil, clove, marjoram, cinnamon, feenel, jasmin, Jupiter, rosemary, aniseed, papermint, clary sage, oregano, nutmeg, bay, hops, valerian, tarragon, dan cedarwood, merupakan minyak harus dihindari pada saat hamil dan menyusui (Hutasoit, 2002)

Rosemary

Rosemary yang dipakai dari inhalasi bisa berguna dalam mencapai kewaspadaan, meningkatkan daya ingat, meningkatkan kecepatan ketika berhitung. Rosemary salah satu jenis aromaterapi yang dapat dipakai untuk melegakan otak dan pikiran, Aroma yang dihasilkan bahkan bisa menolong dalam berkonsentrasi (Maifrisco, 2008).



Gambar Rosemari

Neroli massage

Dapat mengurangi rasa cemas pasien yang memiliki riwayat pembedahan jantung.



Gambar Neroli massage

Topical mellisa applicatin



Dapat menurunkan agitasi pada pasien dengan dimensi berat sehingga dapat memperbaiki kualitas hidupnya.

Gambar Topical melissa applicatin

Lemon

Salah satu wangian dalam merilekskan keadaan. Aronanya yang mengaemaskan dapat meningkatkan tingkat percaya diri, merasa lebih santai, dapat menangkan syaraf, tetapi tetap membuat kita sadar.



Gambar Lemon

Cinnamon



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

Gambar Cinnamon

Eucalyptus

Dikenal sebagai julukan kayu putih, aromanya bisa mengurangi aroma tak sedap. Bahkan dapat berpengaruh membunuh bakteri, antiseptic dan antivirus juga terdapat pada minyak satu ini.



Gambar Eucalyptus

Jasmine

Merupakan jenis aroma yang sanggup menciptakan suasana romantic. Namun jangan digunakan terlalu banyak sebab aroma kuat bunga melati (jasmine) justru membuat udara menjadi tidak segar bahkan sedikit menyengat.



Gambar Jasmine

Peppermint

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



Gambar Peppermint

Cendana atau Sandalwood

Menciptakan aroma yang bisa menciptakan dan mengeluarkan ide cemerlang, dengan begitu dapat menghilangkan stress, wangi cendana sangat bermanfaat dalam kesulitan tidur maupun masalah lainnya yang berhubungan dengan gangguan pikiran. Harum ini juga sangat bermanfaat digunakan saat meditasi.



Gambar Cendana

Sage

Merupakan salah satu jenis aromaterapi yang digunakan untuk memberikan rasa tenang. Jenis aromaterapi ini bermanfaat mengatasi sakit selama menstruasi dan dapat mengatur system saraf pusat.



Gambar Sage

Vanilla

Menghasilkan aroma sangat akrab dengan suasana rumah yang hangat dan nyaman, sehingga wanginya sanggup menenangkan pikiran.



Gambar vanilla

Pemberian aromaterapi selama persalinan dapat menurunkan kegelisahan, mual, cemas dan kontraksinya menjadi lebih baik. Dengan menggunakan aromaterapi dapat menambahkan kepuasan ibu saat melahirkan dan proses persalinan menjadi lebih efektif (Mousley,2005).

A.3. Cara Penggunaan Aromaterapi

Aromaterapi dapat digunakan melalui berbagai cara yaitu melalui :

Inhalasi

Aromaterapi yang digunakan melalui inhalasi caranya adalah minyak aromaterapi ditempatkan diatas peralatan listrik dimana peralatan listrik ini sebagai alat penguap. Peralatan listrik harus dicek oleh petugas sebelum digunakan demi keamanan pasien, kemudian dilakukan penambahan dua sampai lima belas tetes minyak aromaterapi dalam vaporizer dengan 20 ml air untuk dapat menghasilkan uap air. Minyak yang umum digunakan adalah peppermint untuk mual, lavender untuk relaksasi, rose baik digunakan dalam suasana sedih, flora citrus dapat memberikan kesegaran (Department of health, 2007).

Dalam menggunakan aromaterapi secara inhalasi dapat dicampur dengan air dengan komposisi 4 tetes aromaterapi untuk 20 ml air, sehingga dapat tercium aroma yang segar dan wangi. Pemakaian aromaterapi dapat menggunakan anglo pemanas agar mendapatkan uap dari aromaterapi sehingga tercium aroma yang wangi dan dapat menimbulkan efek relaksasi serta dapat menyegarkan pikiran. Caranya adalah nyalakan lilin yang berada dibawah mangkuk, isi mangkuk dengan air, diamkan hingga panas, setelah itu tuangkan 8 tetes dari tiga pilihan kombinasi essensial oil kedalam mangkuk yang berisi air hangat tadi. Aromaterapi dapat dihirup secara

langsung, caranya dengan mencampur 3 hingga 5 tetes kedalam mangkuk stenles stela tau kaca yang berisikan air panas. Tutup wajah dan kepala dengan handuk lalu hiruo uap nya dalam – dalam, lakukan kurang lebih 10 menit, lindungi area lingkaran mata. Cara ini dapat membuat tubuh terasa seimbang dan pikiran terasa lega karena lepas dari tekanan emosi (Kohatsu, 2008).

Pijat

Tehnik pijat adalah yang paling umum, melalui pemijatan, daya penyembuhan yang dikandung oleh minyak essensial bisa menembus melalui kulit dan dibawa kedalam tubuh, mempengaruhi jaringan internal dan organ – organ tubuh. Karena minyak essensial sangat berbahaya bila diaplikasikan langsung kekulit dalam bentuk dilarutkan dengan minyak dasar seperti minyak zaitun, minyak kedelai dan minyak tertentu lainnya (Department of health, 2007).

Aromaterapi yang digunakan dengan cara pijat merupakan cara yang sangat digemari untuk menghilangkan Lelah pada tubuh, memperbaiki sirkulasi darah dan merangsang tubuh untuk mengeluarkan racun serta meningkatkan Kesehatan pikiran. Dalam penggunaannya dibutuhkan 2 tetes essensial oil daitambah 1 ml minyak pijat.

Kompres

Penggunaan aromaterapi melalui kompres hanya sedikit membutuhkan minyak aromaterapi. Kompres hangat dengan minyak aromaterapi dapat digunakan untuk menurunkan nyeri punggung dan nyeri perut. Kompres dingin yang mengandung minyak lavender digunakan pada bagian perineum saat kala dua persalinan (Department of health, 2007).

Berendam

Cara lain dalam menggunakan aromaterapi adalah dengan menambahkan tetesan minyak essensial kedalam air hangat yang digunakan untuk berendam, dengan car aini efek minyak essensial akan membuai perasaan dan membuat pasien rileks, menghilangkan pegal – pegal dan nyeri, juga membuat efek yang merangsang dan mengembalikan energi. Pasien akan memperoleh manfaat tambahan dari menghirup

uap harum minyak essensial aromaterapi yang menguap dari air panas (Hadibroto dan Alam, 2013).

B. Aromaterapi Lavender dalam Persalinan

Nyeri persalinan yang timbul semakin sering dan semakin lama dapat menyebabkan ibu gelisah, takut dan tegang bahkan stress yang berakibat pelepasan hormone yang berlebihan seperti adrenalin, katekolamin dan steroid. Hormone ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah yang berakibat berkurangnya aliran darah dan oksigen ke uterus sehingga dapat menyebabkan terjadinya iskemia uterus, hipoksia janin dan membuat impuls nyeri bertambah banyak, oleh karena itu diperlukan upaya untuk menangani nyeri saat persalinan, upaya ini dapat dilakukan dengan metode non farmakologis yaitu menggunakan aromaterapi lavender.

Aromaterapi lavender merupakan Tindakan terapeutik yang bermanfaat meningkatkan kondisi fisik dan psikologis ibu bersalin, secara fisik baik digunakan untuk mengurangi rasa nyeri sedangkan secara psikologis dapat merilekskan pikiran, menurunkan ketegangan dan kecemasan serta memberikan ketenangan. Bau yang menyenangkan akan menstimulus thalamus untuk mengeluarkan enkefalin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan sejahtera. Enkefalin sama halnya dengan endorphen yaitu zat kimiawi endogen (diproduksi oleh tubuh) yang berstruktur serupa dengan opioid. Enkefalin dianggap dapat menimbulkan hambatan presinaptik (neuron yang menyekresi bahan transmitter) dan hambatan post sinaptik (tempat transmitter bekerja) di kornu dorsalis. Proses tersebut mencapai inhibisi oleh enkefalin yaitu penghambatan substansi sehingga nyeri tidak atau berkurang diteruskan menuju otak (Frayusi, 2012).

Pernyataan tersebut didukung dengan penelitian Eri Puji Kumalasari (2012) yang bertujuan mendeskripsikan manfaat aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan pada ibu bersalin. Penelitian lain yang sesuai yaitu Anis Pramita Sari (2010) yang bertujuan menganalisis efek aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif dengan hasil bahwa pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan nyeri persalinan selama kala I fase aktif.

C. Nyeri Persalinan

C.1. Definisi Nyeri

Association for the study of pain menyatakan nyeri merupakan pengalaman emosional dan sensori yang tidak menyenangkan yang muncul dari kerusakan jaringan secara actual dan potensial atau menunjukkan adanya kerusakan. Nyeri merupakan mekanisme protektif bagi tubuh dan menyebabkan individu bereaksi untuk menghilangkan rangsangan nyeri tersebut (Maryunani, 2016).

Nyeri persalinan adalah nyeri kontraksi uterus yang dapat mengakibatkan peningkatan aktivitas system syaraf simpatis. Nyeri yang hebat pada persalinan dapat menyebabkan perubahan – perubahan fisiologi tubuh seperti : tekanan darah menjadi naik, denyut jantung meningkat, laju pernafasan meningkat dan apabila tidak segera diatasi maka akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, takut dan stress. Peningkatan konsumsi glukosa tubuh pada ibu bersalin yang mengalami stress menyebabkan kelelahan dan sekresi katekolamin yang menghambat kontraksi uterus, hal tersebut menyebabkan persalinan lama yang akhirnya menyebabkan cemas pada ibu, peningkatan nyeri dan stress berkepanjangan (Bobak, 2004).

Rasa takut menyebabkan pembuluh – pembuluh arteri yang mengarah ke Rahim berkontraksi dan menegang, sehingga menimbulkan rasa sakit (nyeri). Jika tanpa adanya rasa takut, otot – otot melemas dan melentur, servik (leher Rahim) dapat menipis serta membuka secara alami sewaktu tubuh berdenyut secara berirama dan mendorong bayi dengan mudah sehingga membuat persalinan berlangsung secara lancar relative lebih cepat dengan keluhan nyeri yang sangat minimal. Dengan terbiasanya ibu melakukan relaksasi maka jalan lahir untuk janin akan lebih mudah terbuka sehingga ibu tidak akan kelelahan saat melahirkan. Jadi dengan Latihan relaksasi yang rutin ibu akan terbiasa pada kondisi ini dan akan sangat terbantu dalam proses persalinannya (Maryunani, 2016).

C.2. Klasifikasi Nyeri

Klasifikasi nyeri umumnya dibagi 2 (Maryunani, 2016) yaitu :

Nyeri akut

Merupakan nyeri yang timbul secara mendadak dan cepat menghilang, tidak melebihi 6 bulan dan ditandai dengan adanya peningkatan tegangan otot.

Nyeri kronis

Merupakan nyeri yang timbul secara perlahan - lahan yang biasanya berlangsung dalam waktu cukup lama yaitu lebih dari 6 bulan.

C.3. Faktor -Faktor yang Mempengaruhi Nyeri

Beberapa factor yang mempengaruhi nyeri menurut Perry dan Potter (2005) antara lain adalah :

Usia

Jenis Kelamin

Kebudayaan

Makna Nyeri

Perhatian

Ansietas

Keletihan

Pengalaman Sebelumnya

Gaya Koping

Dukungan Keluarga dan Sosial

C.4. Pengukuran Intensitas Nyeri

Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri dirasakan oleh individu. Pengukuran intensitas nyeri bersifat sangat subjektif dan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan berbeda oleh dua orang yang berbeda (Andarmoyo, 2013).

Pengukuran nyeri dengan pendekatan objektif yang paling mungkin adalah menggunakan respon fisiologik tubuh terhadap nyeri itu sendiri namun pengukuran dengan pendekatan objektif juga tidak dapat memberikan gambaran pasti tentang nyeri itu sendiri (Tamsuri, 2007 dan Andarmoyo, 2013)

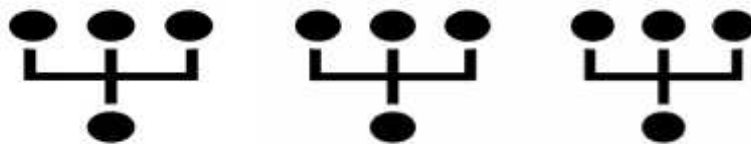
Beberapa skala intensitas nyeri Departement Neurologi UGM Yogyakarta sebagai berikut :

Skala Intensitas Nyeri Deskriptif Sederhana

0 = tidak nyeri

10 = nyeri berat tidak terkontrol

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



nyeri ringan

nyeri sedang

nyeri berat terkontrol

Skala pendeskripsi verbal (verbal descriptor scale, VDS) merupakan alat pengukuran tingkat keparahan nyeri yang lebih objektif. Pendeskripsian VDS dirangking dari “tidak nyeri” sampai “nyeri yang tidak tertahankan” (Andarmoyo, 2013). Perawat menunjukan klien skala tersebut dan meminta klien untuk memilih intensitas nyeri terbaru yang ia rasakan. Alat ini memungkinkan klien memilih sebuah kategori untuk mendeskripsikan nyeri.

Skala Intensitas Nyeri Numerik

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tidak nyeri

Nyeri sedang

Nyeri hebat

Skala penilaian numerik (Numerical rating scale, NRS) lebih digunakan sebagai pengganti alat pendeskripsian kata. Dalam hal ini, klien menilai nyeri dengan menggunakan skala 0 – 10. Skala paling efektif digunakan saat mengkaji intensitas nyeri sebelum dan setelah intervensi (Perry dan Potter, 2005)

Skala Intensitas Nyeri Visual Analog Scale

Tidak nyeri

Nyeri sangat hebat

Skala analog visual (Visual Analog Scale) merupakan suatu garis lurus, yang mewakili intensitas nyeri yang terus menerus dan memiliki alat pendeskripsian verbal pada setiap ujungnya (Perry dan Potter, 2005).

Wong Baker Pain Rating Scale

Digunakan pada pasien dewasa dan anak >3 tahun yang tidak dapat menggambarkan intensitas nyerinya dengan angka.

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

No Pain Mild Moderate Severe Very Severe Worst Possible



Gambar Wong Baker Pain Rating Scale

Pengelompokan :

Skala nyeri 1 – 3 berarti nyeri ringan (masih bisa ditahan, aktivitas tak terganggu)

Skala nyeri 4 – 6 berarti nyeri sedang (mengganggu aktivitas fisik)

Skala nyeri 7 – 10 berarti nyeri berat (tidak dapat melakukan aktivitas secara mandiri)
(Perry dan Potter, 2005).

C.5. Nyeri Persalinan

Rasa nyeri pada persalinan adalah manifestasi dari adanya kontraksi (pemendekan) otot Rahim. Kontraksi inilah yang menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar ke arah paha. Kontraksi ini menyebabkan adanya pembukaan mulut Rahim (serviks), dengan adanya pembukaan serviks inilah akan menjadi persalinan. Rasa nyeri yang dialami selama persalinan bersifat unik pada setiap ibu (Maryunani, 2016).

Nyeri persalinan merupakan pengalaman subjektif tentang sensasi fisik yang terkait dengan kontraksi uterus dilatasi dan penipisan serviks serta penurunan janin selama persalinan. Respon fisiologi terhadap nyeri meliputi peningkatan tekanan darah, denyut nadi, pernafasan, keringat, diameter pupil dan ketegangan otot (Arifin, 2008).

Nyeri pada kala I terutama ditimbulkan oleh stimulus yang dihantarkan melalui syaraf pada leher Rahim (serviks) dan Rahim/ Uterus bagian bawah. Nyeri ini merupakan nyeri visceral yang berasal dari kontraksi uterus dan aneksa. Intensitas nyeri berhubungan kekuatan kontraksi dan tekanan yang ditimbulkan. Nyeri akan bertambah dengan adanya kontraksi isometric pada uterus yang melawan hambatan oleh leher Rahim/uterus dan perineum. Kontraksi uterus yang kuat merupakan sumber nyeri yang kuat/berat (Maryunani, 2016).

C.5.1. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Persalinan

a. Faktor Internal

Pengalaman dan pengetahuan tentang nyeri pengalaman sebelumnya seperti persalinan terdahulu akan membantu mengatasi nyeri, karena ibu telah memiliki koping terhadap nyeri. Ibu primipara dan multipara kemungkinan akan merespon secara berbeda terhadap nyeri walaupun menghadapi kondisi yang sama yaitu persalinan. Hal ini disebabkan ibu multipara telah memiliki pengalaman pada persalinan sebelumnya (Andarmoyo, 2013).

Usia muda cenderung dikaitkan dengan kondisi psikologi yang masih labil yang memicu terjadinya kecemasan sehingga nyeri yang dirasakan menjadi lebih berat. Usia juga dipakai sebagai salah satu factor dalam menentukan toleransi terhadap nyeri. Toleransi akan meningkat seiring bertambahnya usia dan pemahaman terhadap nyeri (Andarmoyo, 2013).

Aktivitas fisik yang ringan bermanfaat mengalihkan perhatian dan mengurangi rasa sakit menjelang persalinan selama ibu tidak melakukan Latihan – Latihan yang terlalu keras dan berat serta menimbulkan kelelahan pada Wanita karena hal ini justru akan memicu nyeri lebih berat (Andarmoyo, 2013).

Faktor Eksternal

Agama

Semakin kuat kualitas keimanan seseorang, mekanisme pertahanan tubuh terhadap nyeri semakin membaik karena berkaitan dengan kondisi psikologi yang relative stabil (Andarmoyo, 2013).

Lingkungan fisik

Lingkungan fisik yang terlalu ekstrim seperti perubahan cuaca, panas, dingin, ramai, bising, memicu stimulus terhadap tubuh yang memicu terjadinya nyeri (Andarmoyo, 2013).

Budaya

Budaya tertentu akan mempengaruhi respon seseorang terhadap nyeri. Ada budaya yang mengekspresikan rasa nyeri secara bebas dan ada pula yang menganggap nyeri adalah sesuatu yang tidak perlu diekspresikan secara berlebihan (Andarmoyo,2013).

Social ekonomi

Tersedianya sarana dan lingkungan yang baik dapat membantu mengatasi rangsangan nyeri yang dialami, sering status ekonomi mengikuti keadaan nyeri persalinan. Keadaan ekonomi yang rendah, saran Pendidikan yang rendah dan sarana Kesehatan yang memadai akan menimbulkan ibu kurang mengetahui bagaimana mengatasi nyeri yang dialaminya dan masalah ekonomi yang berkaitan dengan biaya persalinan sehingga menimbulkan kecemasan tersendiri dalam menghadapi persalinan (Andarmoyo, 2013).

Komunikasi

Komunikasi tentang penyampaian informasi yang berkaitan dengan hal – hal seputar nyeri persalinan, bagaimana mekanismenya, apa penyebabnya, cara mengatasinya. Komunikasi yang kurang akan menyebabkan ibu dan keluarga tidak tahu bagaimana yang harus dilakukan jika mengalami nyeri saat persalinan (Andarmoyo, 2013).

C.5.2. Penyebab Nyeri Persalinan

Menurut Maryunani (2016), rasa nyeri saat persalinan merupakan hal yang normal terjadi yang meliputi :

Faktor Fisiologis

Factor fisiologis yang dimaksud adalah kontraksi, gerakan otot atau

kontraksi ini menimbulkan rasa nyeri karna saat itu otot – otot Rahim memanjang dan kemudian memendek. Serviks juga akan melunak, menipis dan mendatar kemudian tertarik. Saat itulah kepala janin menekan mulut Rahim dan kemudian membukanya, jadi kontraksi ini merupakan upaya membuka jalan lahir.

Intensitas nyeri dari awal pembukaan sampai pembukaan 10 akan bertambah tinggi dan tekanan bayi terhadap struktur panggul diikuti regangan bahkan perobekan jalan lahir bagian bawah. Semakin lama, intensitas dan frekuensi nyeri semakin sering maka semakin mendekati proses persalinannya.

Faktor Psikologis

Rasa takut dan cemas yang berlebihan akan mempengaruhi rasa nyeri.

Setiap ibu memiliki persepsi tersendiri tentang nyeri persalinan dan melahirkan. Ada yang merasa tidak sakit hanya perutnya yang terasa kencang. Ada pula yang merasa tidak tahan mengalami rasa nyeri. Beragam respon tersebut merupakan suatu mekanisme proteksi dari rasa nyeri yang di rasakan.

C.5.3. Mekanisme Nyeri Persalinan

Mekanisme nyeri persalinan menurut Sulistyowati (2012), sebagai berikut

Membukanya mulut Rahim

Nyeri pada kala pembukaan disebabkan oleh membukanya mulut Rahim, misalnya peregangan otot polos merupakan rangsangan yang cukup menimbulkan nyeri, terdapat hubungan erat antara besar pembukaan mulut Rahim dengan intensitas nyeri (makin membuka makin nyeri), dan diantara timbulnya rasa nyeri dengan timbulnya kontraksi Rahim (rasa nyeri terasa lebih kurang 15-30 detik setelah mulainya kontraksi).

Kontraksi dan peregangan Rahim rangsangan nyeri disebabkan oleh tertekannya ujung saraf sewaktu Rahim berkontraksi dan tergangunya bagian bawah.

Kontraksi mulut Rahim teori ini kurang dapat diterima, oleh karena jaringan mulut Rahim hanya sedikit mengandung jaringan otot.

Peregangan jalan lahir bagian bawah perenggan jalan akhir oleh kepala janin pada akhir kala pembukaan dan selam kala I pengeluaran menimbulkan rasa nyeri paling hebat dalam proses persalinan.

C.5.4. Fisiologi Nyeri Persalinan kala I

Fisiologi terjadinya nyeri persalinan :

Nyeri pada kala 1 ditimbulkan oleh stimulus yang di hantarkan melalui saraf pada leher Rahim (serviks) dan Rahim/uterus bagian bawah. Nyeri ini merupakan nyeri visceral yang berasal dari kontraksi uterus dan aneksa. Intensitas nyeri berhubungan dengan kekuatan kontraksi isometric pada uterus yang melawan hambatan oleh leher Rahim/uterus dan perineum. Apabila serviks uteri/leher Rahim dilatasi sangat lambat atau bilamana posisi fetus (janin) abnormal maka dapat menimbulkan distosia sehingga menimbulkan kontraksi yang kuat dan nyeri yang hebat, hal ini karena uterus berkontraksi isometric yang melawan

obstruksi. Kontraksi uterus yang kuat merupakan sumber nyeri yang kuat (Sulistyowati, 2012).

Ketidaknyamanan dari perubahan serviks dan iskemia uterus adalah nyeri visceral yang berlokasi di bawah abdomen menyebar ke daerah lumbar punggung dan menurun ke paha. Biasanya nyeri dirasakan pada saat kontraksi saja dan hilang pada saat relaksasi. Nyeri bersifat local seperti kram, sensasi sobek dan sensasi panas yang disebabkan karena distensi dan laserasi serviks, vagina dan jaringan perineum.

Nyeri persalinan menghasilkan respon psikis dan refleks fisik. Nyeri persalinan memberikan gejala yang dapat diidentifikasi seperti pada system saraf simpatis yang dapat terjadi mengakibatkan perubahan tekanan darah, nadi, respirasi, dan warna kulit. Ekspresi sikap juga berubah meliputi peningkatan kecemasan, mengerang, menangis, gerakan tangan (yang menandakan rasa nyeri) dan ketegangan otot yang sangat di seluruh tubuh (Bobak I. M., at all. 2004).

C.5.5 Adaptasi Fisik Terhadap Persalinan

Berbagai system tubuh ibu beradaptasi selama proses persalinan. Selama proses persalinan terjadi perubahan pada system kardiovaskular, perubahan ini dipengaruhi oleh nyeri, rasa cemas, posisi dan anastesi, serta aktivitas otot uterus itu sendiri serta peningkatan drastic produksi katekolamin selama proses persalinan. Kontraksi uterus yang secara progresif meningkatkan curah jantung karena aliran balik vena dan volume sirkulasi meningkat. Setiap kontraksi dapat memberi konstruksi 500 ml darah ke dalam sirkulasi, yang mempengaruhi curah jantung dan tekanan darah. Pada posisi terlentang, isi sekuncup dan curah jantung cenderung lebih rendah dan kecepatan denyut jantung meningkat (COAD, 2006).

Katekolamin mempengaruhi tonus vascular dan meningkatkan tekanan darah, efek ini berkurang pada anastesi. Nyeri dan rasa cemas menyebabkan takikardia (peningkatan kecepatan denyut jantung) dan mempengaruhi tekanan darah. Saat perubahan hemodinamik paling besar terjadi pada Wanita yang melahirkan pervagina sehingga hal ini perlu dipertimbangkan pada Wanita yang menderita penyakit jantung. Curah jantung meningkat 12% setelah persalinan. Peningkatan curah jantung ini dipengaruhi oleh peningkatan isi sekuncup dan frekuensi denyut jantung. Tekanan arteri rata – rata meningkat 10% dan lebih

tinggi pada kala II. Selanjutnya perubahan ini sebagai respon terhadap kontraksi uterus, setelah melahirkan terjadi peningkatan curah jantung lebih tinggi lagi (Coad, 2006).

Persalinan juga mempengaruhi system pernafasan karena kerja otot meningkatkan laju metabolisme dan konsumsi oksigen. Kecepatan dan kedalaman pernafasan meningkat. Rasa cemas, obat dan pemakaian masker gas semuanya dapat mempengaruhi kecepatan pernafasan. Terdapat kecenderungan pada Wanita yang sedang melahirkan untuk melakukan hiperventilasi. Hiperventilasi adalah respon alamiah terhadap nyeri. Kontraksi yang terjadi dengan frekuensi tinggi dapat mempengaruhi oksigen yang menyebabkan hipoksia otot dan asidosis. Hipoksia dapat meningkatkan sensasi nyeri yang dirasakan (Coad, 2006).

Peningkatan ventilasi menyebabkan penurunan nyata dan progresif tekanan parsial karbon dioksida (menjadi sekitar 25 mmHg), terutama apabila kontraksi menimbulkan nyeri. Pada awal persalinan, hiperventilasi dapat menyebabkan alkalosis respiratorik dan peningkatan pH darah. Hal ini dapat menyebabkan Wanita yang bersangkutan merasa pusing dan kesemutan di jari tangan dan kakian kemungkinan mengalami spasme otot. Pada Pa CO₂ darah yang sangat rendah, aliran darah dapat terpengaruh dan kurva disosiasi oksigen hemoglobin bergeser ke kiri sehingga pembebasan oksigen terganggu (Coad, 2006).

Pada akhir kala I, kemungkinan besar asidosis ibu akibat kontraksi otot isometrik dan dekompensasi sampai tahap tertentu, oleh alkalosis respiratorik. Kontraksi otot mengurangi aliran darah ke otot uterus yang menjadi hipoksia dan mengalami metabolisme anaerobik. Aliran darah keruang antar vilus juga menurun sehingga kadar CO₂ janin meningkat dan janin cenderung mengalami asidosis. Sewaktu mengejan saat otot pernafasan tambahan ikut bekerja kemungkinan besar terjadi asidosis respiratorik ringan (Coad, 2006).

C.5.6. Penatalaksanaan Nyeri

Rasa sakit yang dialami ibu selama proses persalinan sangat bervariasi tingkatannya, untuk itu perlu dukungan selama persalinan untuk mengurangi rasa nyeri selama proses persalinan. Simpkin P (2005) mengatakan cara untuk mengurangi rasa sakit ini ialah mengurangi langsung dari sumbernya, memberikan rangsangan alternatif yang kuat, mengurangi reaksi mental negative, emosional dan fisik ibu terhadap rasa sakit. Pendekatan pengurangan rasa nyeri persalinan dapat dilakukan dengan pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis.

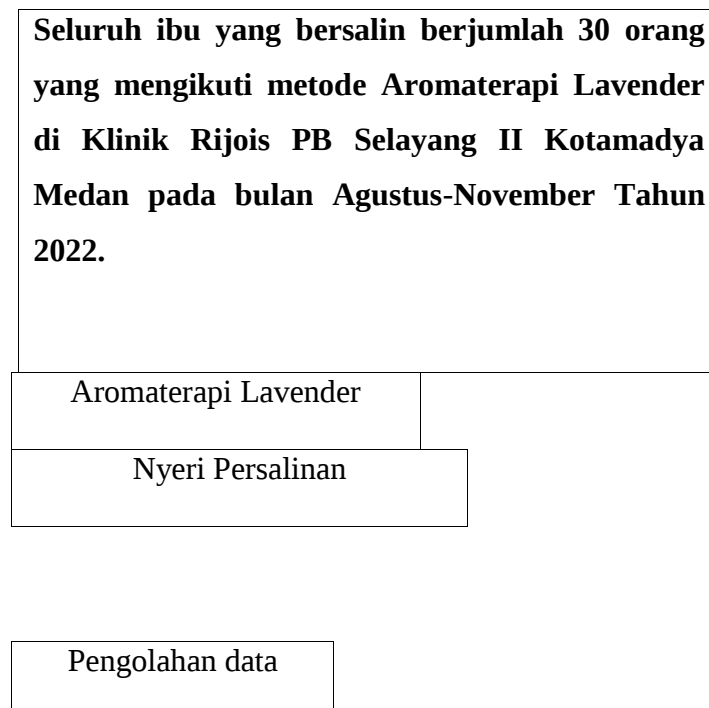
Manajemen secara farmakologis adalah dengan pemberian obat – obatan sedangkan nonfarmakologis tanpa obat – obatan. Cara farmakologis adalah dengan pemberian obat-obatan analgesia yang bisa disuntikan melalui infus intravena yaitu sarah yang mengantar nyeri selama persalinan. Tindakan farmakologis masih menimbulkan pertentangan karena

Pemberian obat selama persalinan dapat menembus sawar plasenta, sehingga dapat berefek pada aktifitas Rahim. Efek obat yang diberikan kepada ibu bayi terhadap bayi dapat secara langsung maupun tidak langsung.

Manajemen secara nonfarmakologis sangat penting karena tidak membahayakan bagi ibu maupun janin, tidak memperlambat persalinan jika diberikan control nyeri yang kuat, dan tidak mempunyai efek alergi maupun efek obat. Banyak Teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri selama kala I meliputi, relaksasi, akupresur, kompres dingin atau hangat, terapi music, hidroterapi dan masase. Relaksasi sangat efektif mengurangi nyeri dan ketegangan otot, seperti Aromaterapi Lavender.

D. Kerangka Penelitian

Kerangka penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :



Analisa Data
Hasil

Gambar Kerangka kerja penelitian Hubungan Aromaterapi Lavender Dengan Nyeri Persalinan

E.Kerangka Konsep

Adapun kerangka konsep penelitian yang berjudul Hubungan Aromaterapi Lavender dengan Nyeri Persalinan di Klinik Rijois PB Selayang II Kotamadya Medan pada bulan Agustus – November Tahun 2022.

Bagan Kerangka Konsep

Variable Independen

Variabel Dependen

Aromaterapi Lavender		Nyeri Persalinan
----------------------	--	------------------

Keterangan :

: Variabel yang diteliti

Definisi operasional

No.	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	
Dependen					
	Nyeri Persalinan	Rasa nyeri yang dirasakan oleh ibu primi pada saat persalinan kala I fase aktif	Diukur secara subjektif dengan tehnik Wong Baker Pain Rating Scale	Skala nyeri : 1 - 10	Rasio
Independen					
1.	Aroma terapi Lavender	Tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak essensial mulai dari pasien tiba diklinik rijois – pembukaan lengkap, yang bermanfaat meningkatkan keadaan fisik dan psikologi seseorang agar menjadi lebih baik	Aromaterapi	-Diberikan -Tidak diberikan	Nominal

G.Hipotesis Penelitian

Ha : Ada pengaruh aromaterapi dengan nyeri persalinan