

**PENGARUH TERAPI KOMBINASI *MASSAGE COUNTER PRESSURE* DAN
AROMATERAPI LEMON TERHADAP NYERI PERSALINAN PADA IBU
PRIMIGRAVIDA KALA 1 FASE AKTIF**

(Studi di PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb. Tanah Merah Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan dalam Rangka untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan
Menjadi Sarjana Terapan Kebidanan**



Oleh :

DWI VERONIKA APRILIANTI
NIM.20153020013

**PROGRAM STUDI DIV KEBIDANAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH TERAPI KOMBINASI *MASSAGE COUNTER PRESSURE* DAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP NYERI PERSALINAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA KALA 1 FASE AKTIF

(Studi Di Bpm Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb Kec. Tanah Merah Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh :

DWI VERONIKA APRILIANTI
NIM.20153020013

Telah disetujui pada tanggal :
Bangkalan, 9 September 2021

Pembimbing

Dr. ZAKKIYATUS ZAINIYAH, M.Keb
NIDN. 0704127802

PENGARUH TERAPI KOMBINASI *MASSAGE COUNTER PRESSURE* DAN AROMATERAPI LEMON TERHADAP NYERI PERSALINAN PADA IBU PRIMIGRAVIDA KALA 1 FASE AKTIF

(Studi di PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb. Tanah Merah Bangkalan)

Dwi Veronika Aprilianti : 20153020013

*email : dwiveronika1985@gmail.com

Abstrak

Nyeri persalinan merupakan hal yang fisiologis karena adanya kontraksi rahim. Namun beberapa wanita, persalinan diliputi rasa takut terhadap nyeri. Studi pendahuluan terdapat 5 ibu bersalin primigravida, 4 mengatakan nyeri terasa ditusuk, panas sepanjang pinggang, perut bawah sampai meringis, menjerit bahkan berteriak (nyeri berat). Tujuan penelitian menganalisis pengaruh Terapi Kombinasi *Massage Counter Pressure* dan Aromaterapi lemon terhadap penurunan Nyeri Persalinan Primigravida Kala 1 Fase Aktif di PMB Dwi Veronika Aprilianti Kec. Tanah Merah Bangkalan.

Desain Penelitian *Quasi Eksperimen* dengan *One Group Pra-Post Test*. Variabel independen adalah *Massage Counter Pressure* dan Aromaterapi Lemon. Variabel dependen adalah nyeri persalinan. Populasi dalam penelitian ibu bersalin primigravida, selama bulan Maret sampai April 2021, sampel sebanyak 24 responden. Pengambilan sampel menggunakan Teknik *non probability sampling* dengan *purposive sampling*. Instrumen penelitian yaitu lembar observasi. Uji statistik *Uji Wilcoxon* dengan $\alpha \leq 0,05$.

Hasil penelitian didapatkan sebelum diberikan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon sebagian besar (83%) responden mengalami nyeri berat dan sesudah diberikan terapi kombinasi skala nyeri sedang. Analisis uji statistik (*Wilcoxon*) responden didapatkan nilai $p = 0.00$, maka H_1 diterima. Dengan demikian disimpulkan ada pengaruh terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon terhadap nyeri persalinan primigravida kala 1 fase aktif di PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb Tanah Merah Bangkalan.

Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan ibu primigravida kala 1 fase aktif melakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon guna mengalihkan rasa nyeri kala 1 fase aktif.

Kata Kunci : Nyeri Persalinan, *Massage Counter Pressure*, dan Aromaterapi Lemon

THE EFFECT OF MASSAGE COUNTER PRESSURE COMBINATION THERAPY AND LEMON AROMATHERAPY TO LABOR PAIN FOR ACTIVE PHASE 1st PERIOD PRIMIGRAVIDA

(Study in PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb Tanah Merah Bangkalan)

Abstract

Labor pain is a physiological thing because of uterine contractions. But for some women, childbirth is filled with fear of pain. Preliminary study, there were 5 primigravida maternity mothers, 4 said the pain was stabbed, hot along the waist, lower abdomen to grimacing, screaming and even screaming (severe pain). The purpose of this study was to analyze the effect of Combination Therapy of Massage Counter Pressure and Lemon Aromatherapy on the reduction of Primigravida Labor Pain in Active Phase 1 at PMB Dwi Veronika Aprilianti Kec Tanah Merah Bangkalan

Quasi Experimental Research Design with One Group Pre–Post Test. The independent variables are Massage Counter Pressure and Lemon Aromatherapy. The dependent variable is labor pain. The population in the study of primigravida maternity, during March to April 2021, a sample of 24 respondents. Sampling using non-probability sampling technique with purposive sampling. The research instrument is the observation sheet. Statistical test Wilcoxon test with 0.05.

The results obtained before being given a combination therapy of Massage Counter Pressure and lemon aromatherapy most (83%) of respondents experienced severe pain and after being given combination therapy of moderate pain scale. Statistical test analysis (Wilcoxon) of respondents obtained p value = 0.00, then H_1 is accepted. Thus, it was concluded that there was an effect of the combination therapy of Massage Counter Pressure and lemon aromatherapy on labor pain in primigravida stage 1 active phase at PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Kec Tanah Merah Bangkalan

Based on the results of the study, it is expected that primigravida mothers in the active phase of the 1st stage will perform a combination therapy of Massage Counter Pressure and lemon aromatherapy to divert the pain of the first active phase

Keyword: Labor Pain, Massage Counter Pressure, and Lemon Aromatherapy

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan proses alamiah bagi kehidupan seorang ibu dalam usia produktif. Persalinan merupakan saat yang dinanti – nantikan ibu hamil untuk merasakan kebahagiaan yang didambakan. Namun bagi beberapa wanita, persalinan kadang diliputi oleh rasa takut dan cemas terhadap rasa nyeri saat persalinan (Prawirohardjo, 2016). Nyeri persalinan muncul karena adanya kontraksi rahim yang menyebabkan dilatasi dan penipisan serviks dan iskemia rahim yang diakibatkan kontraksi *myometrium*. Nyeri merupakan pengalaman pribadi, subjektif, berbeda antara satu orang dengan orang lain dan dapat juga berbeda pada orang yang sama di waktu yang berbeda, (Reeder, et al, 2012).

Idealnya, nyeri persalinan kala 1, 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 (Maryunani, 2015). 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, 2015). *World health Organization* (WHO) memperkirakan setiap tahun terjadi 210 juta kehamilan di seluruh dunia, dan 20 juta perempuan mengalami kesakitan saat persalinan. Penelitian di 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% (Warnock, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Satria 2018 yang menunjukkan hasil bahwa terdapat penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif yaitu dari nyeri berat ke nyeri ringan setelah dilakukan setelah dilakukan teknik *Massage Counter Pressure*. Aromaterapi inhalasi lemon dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif dengan $p 0,001 < \alpha 0,05$ Siti Cholifah et.al (2015) serta penelitian Namazi et al. (2014) terdapat pengaruh aromaterapi *Citrus Aurantium* terhadap nyeri persalinan kala 1 fase aktif dengan $p 0,001 < 0,05$. Berdasarkan data yang diperoleh dari PMB Dwi Veronika Aprilianti Kec. Tanah Merah – Bangkalan didapatkan bahwa selama periode bulan September sampai bulan November 2020 jumlah persalinan ada 36, dengan ibu bersalin primigravida 15 (42%). Studi pendahuluan yang peneliti lakukan dengan menggunakan metode pengukuran skala nyeri pada bulan Desember 2020 terdapat 10 ibu bersalin yang terdiri dari 5 ibu primigravida, 4 diantaranya mengatakan bahwa nyeri terasa seperti ditusuk – tusuk, panas menjalar di sepanjang pinggang dan perut bawah sehingga harus meringis, menjerit bahkan berteriak (nyeri berat), dan 1 ibu mengatakan ada rasa nyeri, terasa mengganggu dengan usaha yang cukup untuk menahannya (nyeri sedang).

Pada proses persalinan terjadi peregangan dan pelebaran mulut rahim sebagai akibat dari kontraksi otot-otot rahim untuk mendorong bayi keluar. Kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri persalinan pada kala I fase aktif, dimana ibu merasakan sakit yang hebat karena rahim berkontraksi semakin lama semakin sering untuk mengeluarkan hasil konsepsi (Pasongli, et al., 2014). Nyeri yang tidak tertangani dapat menyebabkan kematian pada ibu dan bayi karena nyeri dapat

menyebabkan pernapasan dan denyut jantung ibu meningkat yang menyebabkan aliran darah dan oksigen ke plasenta terganggu (Bobak IM, 2012). Pelepasan hormon seperti katekolamin dan steroid yang berlebihan menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Sehingga dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus, serta timbulnya iskemia uterus yang membuat impuls nyeri bertambah banyak (Azizah, Widyawati, & Anggraini, 2013). Apabila nyeri persalinan tidak diatasi akan menyebabkan terjadinya partus lama (Anita, 2017).

Pemberi asuhan pelayanan harus memperhatikan kenyamanan ibu yang akan melahirkan, salah satunya adalah penanganan nyeri persalinan. Penolong persalinan seringkali melupakan untuk menerapkan teknik pengontrolan nyeri, hal ini akan menyebabkan ibu bersalin memiliki pengalaman persalinan yang buruk, mengalami trauma persalinan yang dapat menyebabkan *postpartum blues*, maka sangat penting untuk penolong persalinan memenuhi kebutuhan ibu akan rasa aman dan nyaman (Setyowati, 2018).

Upaya untuk menurunkan nyeri pada persalinan dapat dilakukan baik secara farmakologi maupun non farmakologi. Manajemen nyeri secara farmakologi lebih efektif dibanding dengan metode non farmakologi, namun metode farmakologi lebih mahal, dan berpotensi mempunyai efek samping yang kurang baik. Sedangkan metode non farmakologi lebih murah, simpel, efektif dan tanpa efek yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan, karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya, (Danuatmaja, 2014).

Beberapa contoh metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk

menurunkan nyeri antara lain terapi panas dan dingin, terapi sentuhan, pijat, refleksi, relaksasi, menari, permen karet bebas gula, stimulasi saraf trans atau subkutan, terapi air, menggunakan *birth ball*, terapi musik, akupresur dan aromaterapi (Valiani M, 2010). Teknik *Massage counter pressure* adalah pijatan yang dilakukan dengan memberikan tekanan yang terus-menerus pada tulang sakrum pasien dengan pangkal atau kepalan salah satu telapak tangan. Pijatan *Counter Pressure* dapat diberikan dalam gerakan lurus atau lingkaran kecil. Teknik ini efektif menghilangkan sakit punggung pada persalinan. (Danuatmaja, 2014). *Counter Pressure*, merupakan salah satu teknik aplikasi teori gate-control, dengan menggunakan teknik pijat dapat meredakan nyeri dengan menghambat sinyal nyeri, meningkatkan aliran darah dan oksigenasi ke seluruh jaringan. Pijatan yang diberikan kepada ibu bersalin selama dua puluh menit setiap kontraksi akan lebih terbebas dari rasa sakit. Pijatan tersebut akan merangsang tubuh untuk melepaskan endorfin yang berfungsi sebagai pereda rasa sakit dan menciptakan perasaan nyaman. Pijat secara lembut membantu ibu merasa lebih segar, rileks, dan nyaman dalam persalinan. (Pillitteri, 2010).

Aromatherapy adalah metode yang menggunakan minyak esensial untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi, dan spirit efek lainnya adalah menurunkan nyeri dan kecemasan (Monahan, Sands, Neighbors, Marek, Green, 2007). Beberapa penelitian menunjukkan efektivitas aromaterapi untuk rasa sakit dan kecemasan terhadap pasien rawat inap di RS Abbott Northwestern (Rivard R, 2014). Menurut Tarsikah (2012), Aromaterapi lemon mengandung limonene yang dapat menghambat *prostaglandin* sehingga dapat mengurangi nyeri pada persalinan (Cheragi & Valadi, 2010). Limonene mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktivitas

prostaglandin dan mengurangi rasa sakit (Namazi *et al.*, 2014).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan *Quasi Eksperimen* dengan desain rancangan pada penelitian ini yaitu *One Group Pre –Post Test* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi kombinasi *Massage Counter Pressuredan* aromaterapi lemon dalam menurunkan respon nyeri pada pasien inpartu primigravida kala 1 fase aktif.

HASIL PENELITIAN

1. Data Penelitian

Sasaran penelitian dilakukan pada ibu primigravida kala 1 fase aktif di PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb, Kec. Tanah Merah Bangkalan sebanyak 24 orang

2. Data Resonden Berdasarkan Usia

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi nyeri persalinan menurut usia di PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb, Tanah Merah Bangkalan pada Bulan Maret Tahun 2021.

Usia	Perlakuan	
	Jumlah	Persentase
< 25 tahun	19	79 %
25 – 35 tahun	5	21 %
> 35 tahun	0	0
Total	24	100

Sumber data : perolehan data di lapangan

Dari tabel 4.1 yang menunjukkan hasil distribusi frekuensi nyeri persalinan menurut usiabahwa sebagian besar responden, yaitu sebanyak 19 (79 %) berusia < 25 tahun.

3. Data Nyeri persalinan pada primigravida kala 1 fase aktif sebelum dilakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan nyeri persalinan pada ibu primigravida kala 1 fase aktif sebelum dilakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon.

Kode Responden	Skala nyeri sebelum terapi	Keterangan
1	7	Nyeri Berat
2	8	Nyeri Berat
3	8	Nyeri Berat
4	10	Nyeri Berat
5	7	Nyeri Berat
6	7	Nyeri Berat
7	8	Nyeri Berat
8	7	Nyeri Berat
9	8	Nyeri Berat
10	6	Nyeri Sedang
11	7	Nyeri Berat
12	7	Nyeri Berat
13	8	Nyeri Berat
14	8	Nyeri Berat
15	7	Nyeri Berat
16	10	Nyeri Berat
17	7	Nyeri Berat
18	8	Nyeri Berat
19	7	Nyeri Berat
20	10	Nyeri Berat
21	7	Nyeri Berat
22	6	Nyeri Sedang
23	6	Nyeri Sedang
24	6	Nyeri Sedang
Mean	7.50	20 responden nyeri berat (83,3%) 4 responden nyeri sedang (16,7%)

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan bahwa seluruh responden sebelum dilakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon mengalami nyeri berat dengan rata – rata skala berat (7,50), sebanyak 20 responden (83, 3%)

4. Data Nyeri persalinan pada primigravida kala 1 fase aktif sesudah dilakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon

Nyeri persalinan pada ibu primigravida kala 1 fase aktif sesudah dilakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon.
Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Responden

Berdasarkan Nyeri persalinan pada ibu primigravida kala 1 fase aktif sesudah dilakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon.

Kode Responden	Skala nyeri sesudah terapi	Keterangan
1	3	Nyeri Ringan
2	4	Nyeri Sedang
3	4	Nyeri Sedang
4	6	Nyeri Sedang
5	6	Nyeri Sedang
6	5	Nyeri Sedang
7	5	Nyeri Sedang
8	5	Nyeri Sedang
9	4	Nyeri Sedang
10	3	Nyeri Ringan
11	6	Nyeri Sedang
12	4	Nyeri Sedang
13	3	Nyeri Ringan
14	4	Nyeri Sedang
15	4	Nyeri Sedang
16	6	Nyeri Sedang
17	3	Nyeri Ringan
18	4	Nyeri Sedang
19	3	Nyeri Ringan
20	6	Nyeri Sedang
21	3	Nyeri Ringan
22	3	Nyeri Ringan
23	3	Nyeri Ringan
24	3	Nyeri Ringan
Mean	4,17	15 responden nyeri sedang (62,5%) 9 responden nyeri ringan (37,5%)

		ringan (37,5%)
--	--	----------------

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan bahwa seluruh responden (100%) sesudah dilakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon mengalami penurunan skala nyeri. Yaitu nyeri sedang dengan rata – rata skala nyeri (4,17), sebanyak 15 responden (62%).

5. Data Perbedaan Skala Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah dilakukan Terapi *Massage Counter Pressure* dan Aromaterapi Lemon.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perbedaan nyeri persalinan pada ibu primi gravida kala 1 fase aktif sebelum dan sesudah dilakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aroma terapi lemon

Kode Responden	Skala nyeri sebelum terapi	Skala nyeri sesudah terapi
1	7	3
2	8	4
3	8	4
4	10	6
5	7	6
6	7	5
7	8	5
8	7	5
9	8	4
10	6	3
11	7	6
12	7	4
13	8	3
14	8	4
15	7	4
16	10	6
17	7	3
18	8	4
19	7	3
20	10	6
21	7	3
22	6	3

23	6	3
24	6	3
	4,17	15 responden nyeri sedang (62,5%) 9 responden nyeri ringan (37,5%)

Dari hasil uji statistik dengan menggunakan Wilcoxon diperoleh nilai p – value 0,00 yang berarti lebih kecil dari α (0,05) dengan demikian dapat dinyatakan bahwa ada pengaruh terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aroma terapi lemon terhadap penurunan skala nyeri ibu bersalin primi grvida.

PEMBAHASAN

1. Skala Nyeri Persalinan pada Ibu Primigravida Kala 1 Fase Aktif sebelum dilakukan Terapi Kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb Tanah Merah Bangkalan didapatkan bahwa, skala nyeri persalinan pada ibu primigravida kala 1 fase aktif sebelum dilakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressuredan* aromaterapi lemon, sebanyak 20 responden atau sebagian besar responden mengalami seperti ada nyeri, terasa sangat mengganggu / tidak tertahankan sehingga harus meringis, menjerit bahkan berteriak yaitu rata – rata skala nyeri 7,50 (termasuk skala nyeri berat).

Nyeri yang dialami selama persalinan bersifat unik pada setiap ibu. Pada ibu primigravida, nyeri berat lebih dominan dirasakan karena ibu belum ada pengalaman nyeri seperti pada saat akan melahirkan. Nyeri yang ibu rasakan menandakan adanya pembukaan pada serviks. Bertambahnya volume maupun frekuensi kontraksi uterus, maka nyeri yang dirasakan akan bertambah kuat. Puncak nyeri terjadi pada fase aktif,

dimana pembukaan lengkap sampai 10 cm, sehingga ibu sulit mengontrol dirinya.

Pada proses persalinan terjadi peregangan dan pelebaran mulut rahim sebagai akibat dari kontraksi otot – otot rahim untuk mendorong bayi keluar. Kebanyakan ibu mulai merasakan sakit atau nyeri persalinan pada kala I fase aktif, dimana ibu merasakan sakit yang hebat karena rahim berkontraksi semakin lama semakin sering untuk mengeluarkan hasil konsepsi (Pasongli, et al., 2014 dalam Agustin 2019). Alat ukur yang digunakan mengevaluasi amplikasi riset dengan pengukuran skala nyeri yaitu skala nyeri numeric (Jhuda, 2015).

2. Skala Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Primigravida Kala 1 Fase Aktif sesudah dilakukan Terapi Kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aroma terapi lemon

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb Tanah Merah Bangkalan didapatkan bahwa, skala nyeri persalinan pada ibu primigravida kala 1 fase aktif sesudah dilakukan terapi kombinasi *Massage Counter Pressuredan* aromaterapi lemon, sebanyak 15 responden atau sebagian besar responden mengalami nyeri penurunan skala nyeri yaitu seperti ada rasa nyeri, terasa mengganggu dengan usaha yang cukup untuk menahannya dari rata – rata 7,50 menjadi rata – rata skala nyeri 4,17 (nyeri sedang).

Nyeri sedang yang dirasakan oleh ibu bersalin digambarkan seperti nyeri yang mengganggu, tetapi ibu masih bisa berusaha menahannya dan bisa mengontrol emosinya. Berbeda dengan sebelum diberikan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure dan Aromaterapi Lemon* ibu mengalami nyeri berat yang sangat mengganggu

sehingga ibu sampai berteriak. Pijatan / tekanan yang diberikan pada teknik ini (*Massage Counter Pressure*) pemberian Aromaterapi Lemon dapat mengaktifkan senyawa *endorphin* yang berada di sinaps sel-sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat atau dengan kata lain, nyeri berat akan berkurang menjadi nyeri sedang.

Hal ini sesuai dengan teori oleh Maryunani, (2015 dalam Sharfina 2017) yaitu metode pengalihan rasa nyeri dengan cara Nonfarmakologi dengan pijatan pada bahu, leher, wajah, dan punggung bisa meredakan ketegangan otot serta memberi rasa relaks. Sirkulasi darah juga menjadi lancar sehingga nyeri berkurang, dan aromaterapi dengan cara menghirup aroma minyak esensial dapat mengurangi ketegangan, terutama pada persalinan tahap awal. Dapat juga untuk mengharumkan ruang persalinan karena dapat memberikan efek menenangkan.

3. Pengaruh Terapi Kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aroma terapi lemon terhadap Nyeri Persalinan pada Ibu Bersalin Primigravida Kala 1 Fase Aktif

Berdasarkan penelitian terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan Aromaterapi lemon terhadap nyeri persalinan pada primigravida kala 1 fase aktif sebanyak 24 responden, seluruh responden mengalami penurunan skala nyeri. Dengan hasil uji statistik tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aroma terapi lemon terhadap nyeri persalinan pada primigravida kala 1 fase aktif.

Terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aroma terapi lemon merupakan upaya untuk mengalihkan rasa nyeri. *Massage Counter Pressure*

dilakukan dengan memijat/menekan area yang sakit (area *sacrum* dan lumbal) selama 20 menit / jika ada his, dan aromaterapi lemon diberikan dengan cara memberikan kasa yang sudah ditetes/dioles aromaterapi lemon kemudian kasa didekatkan di baju ibu dan dianjurkan supaya menghirup aromaterapi lemon selama 30 menit / jika ada his khususnya nyeri persalinan pada primigravida kala 1 fase aktif sehingga sirkulasi darah dapat meredakan nyeri dan aromaterapi lemon dapat membantu merilekskan syaraf – syaraf dan menghambat rasa sakit secara alami sehingga rasa nyeri pada ibu bersalin dapat dialihkan. Setelah 1 jam dilakukan penilaian dengan lembar observasi menggunakan skala nyeri numerik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi & Nurullita, 2017). *Massage Counter Pressure* juga dapat merangsang pengeluaran *opioid receptor* yang berada pada ujung saraf sensoris perifer melalui tekanan dan pijatan. Dengan pijatan dan tekanan yang kuat dapat mengblok dan mengaktifkan *endorphin* yang dapat membuat relaksasi otot sehingga nyeri pun berkurang. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Erinda (2015) yang mengatakan bahwa sentuhan merupakan metode yang efektif dalam menurunkan nyeri persalinan. Dengan pemberian *Massage Counter Pressure* dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantarkan menuju medulla spinalis dan otak, selain itu dengan tekanan yang kuat pada saat memberikan teknik tersebut maka akan dapat mengaktifkan senyawa *endorphin* yang berada di sinaps sel – sel saraf tulang belakang dan otak, sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat dan menyebabkan penurunan sensasi nyeri.

Wiji Astuti, dkk, (2015) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi *bitter orange* untuk mengurangi nyeri persalinan pada kala 1 fase aktif. Hal ini terjadi karena terapi dengan menggunakan aromaterapi *bitter orange* dapat membantu membangkitkan semangat dan menyegarkan. Hal ini juga sesuai dengan penelitian oleh Namazi et al., (2014) Pada sistem penciuman juga melalui *neurotransmitter* di kelenjar penciuman dan sistem limbik senyawa kimia limonene 66 – 80% yang merupakan komponen utama dari aromaterapi lemon mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktivitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit, memberikan efek ketenangan dan mendorong emosi. Prostaglandin menyebabkan nyeri dan peradangan dalam tubuh manusia, komposisi ini diidentifikasi oleh siklooksigenase I dan II dari asam arakidona.

Menurut Retnopurwandri dalam Sari, 2017 semakin bertambah usia semakin bertambah pula pemahaman terhadap suatu masalah yang diakibatkan oleh tindakan dan memiliki usaha untuk mengatasinya. Umur lansia lebih siap melakukan dengan menerima dampak, efek dan komplikasi nyeri. Perbedaan perkembangan, yang ditemukan diantara kelompok usia anak – anak yang masih kecil memiliki kesulitan memahami nyeri dan prosedur yang dilakukan tenaga kesehatan.

Berdasarkan penelitian, terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan Aromaterapi lemon terhadap nyeri persalinan pada primigravida kala 1 fase aktif 2 diantaranya mengalami penurunan skala nyeri yang sedikit. Dengan hasil uji statistik tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aroma

terapi lemon terhadap nyeri persalinan pada primigravida kala 1 fase aktif.

Pemberian terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan Aromaterapi lemon terhadap ibu primigravida kala 1 fase aktif tetap memberikan pengaruh terhadap penurunan skala nyeri ibu bersalin. Penurunan skala nyeri yang hanya sedikit disebabkan karena usia ibu < 25 tahun sehingga ibu belum bisa mengontrol emosinya dengan baik, ditambah ibu belum pernah ada pengalaman nyeri persalinan sebelumnya.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi intensitas nyeri persalinan adalah faktor umur, yang rata – rata nyeri berat dialami oleh responden dengan rentang usia < 25 tahun. Umur ibu yang lebih muda memiliki sensori nyeri yang lebih intens dibanding dengan ibu yang memiliki umur yang lebih tua. Umur muda cenderung dikaitkan dengan kondisi psikologis yang masih labil yang memicu terjadinya kecemasan sehingga nyeri yang dirasakan semakin lebih kuat. Umur juga dipakai sebagai salah satu faktor dalam menentukan toleransi terhadap nyeri. Hasil penelitian oleh Magfiroh (2012) menemukan bahwa usia merupakan salah satu factor yang diduga berhubungan dengan nyeri persalinan kala 1, yang menyatakan pada penelitiannya Variabel usia dikelompokkan menjadi dua yaitu *High risk* pada usia < 20 tahun - > 35 tahun, dan *Low risk* pada usia 20 tahun – 35 tahun. Pada usia < 20 tahun - > 35 tahun merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap komplikasi persalinan dan ketidaknyamanan akibat nyeri yang timbul. Sedangkan usia 20 tahun – 35 tahun dianggap aman menjalani persalinan karena usia tersebut dalam rentang kondisi prima. Rahim sudah mampu memberi perlindungan,

mentalpun siap untuk menghadapi persalinan.

PENUTUP

1. Kesimpulan

- a. Ibu bersalin kala 1 fase aktif sebelum diberikan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon sebagian besar mengalami nyeri berat di PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb Tanah Merah Bangkalan
- b. Ibu bersalin kala 1 fase aktif sesudah diberikan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aromaterapi lemon sebagian besar mengalami skala nyeri sedang di PMB Dwi Veronika Aprilianti, Amd. Keb Tanah Merah Bangkalan
- c. Ada pengaruh terapi Kombinasi *Massage Counter Pressure* dan Aroma terapi lemon Terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu bersalin Primigravida Kala 1 Fase Aktif di PMB Dwi Veronika Aprilianti Kec. Tanah Merah Bangkalan

2. Saran

Setelah mengetahui hasil dari penelitian ini, peneliti memberikan saran sebagai berikut :

- a. Saran Teoritis
Diharapkan dapat menambah pengalaman dan ilmu pengetahuan tentang teori riset khususnya untuk mengendalikan rasa nyeri persalinan pada primigravida kala 1 fase aktif dengan metode non farmakologi.
- b. Saran Praktis
 - 1) Diharapkan penelitian ini sebagai sumber informasi data dan dapat meningkatkan perkembangan ilmu pengetahuan untuk penelitian selanjutnya terutama di bidang kesehatan
 - 2) Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan motivasi masyarakat tentang

manfaat terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aroma terapi lemon untuk membantu mengendalikan rasa nyeri persalinan pada ibu primigravida kala 1 fase aktif.

- 3) Responden dianjurkan menjadikan terapi kombinasi *Massage Counter Pressure* dan aroma terapi lemon untuk membantu mengendalikan rasa nyeri persalinan pada ibu primigravida kala 1 fase aktif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Ranti. 2019. *Pengaruh Counter Pressure Massage Terhadap Penurunan Nyeri Bersalin Kala I Fase Aktif Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gamping*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta
- Astuti, Wiji, dkk. 2015. *Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri Dan Kecemasan Fase Aktif Kala 1*. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Magelang
- Cholifah, Siti, dkk. 2015. *Pengaruh Aromaterapi Inhalasi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
- Haslin, Sharfina. 2018. *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif Di Klinik Pratama Tanjung Kec. Deli Tua*. Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan Jurusan Kebidanan
- Juniartati, Erni, dan Widyawati, M N. 2018. *Literature Review : Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I*.

- Ma'rifah, A R, dan Surtiningsih, 2013. *Efektifitas Teknik Counter Pressure dan Endorphin Massage terhadap Nyeri Persalinan Kala 1 Pada Ibu Bersalin Di Rsud Ajibarang*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Bangsa Purwokerto.
- Magfuroh, Annisa. 2012. *Faktor – factor yang Berhubungan dengan Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif di Ruang Bersalin Rumah Sakit Umum Kabupaten Tangerang*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta
- Maryunani, Anik. 2015. *Nyeri dalam Persalinan*. Jakarta : TIM
- Murniati, Sri. 2018. *Efektifitas Teknik Counterpressure Untuk Mengurangi Rasa Nyeri Persalinan Kala I di Klinik Prtama Rahma Kec. Wampu Kab. Langkat*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Ri Medan Jurusan Kebidanan Medan.
- Namazi, et. Al. 2014. *Aromaterapi With Citrus Aurantium oil and Anxiety During the first stage of labor*. Di Ehesti University of Medical Science, Tehra, Iran.
- Negara, dan Winata. 2013. *Analgesia Medis pada Persalinan*. E – Journal Obstetric & Gynecology Udayana. 1 (2) : 1 – 56
- Paseno, Matilda, dkk. 2019. *Massage Counter Pressure Dan Massage Effleurage Efektif Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I*. STIK Stella Maris Makassar
- Prawirohardjo, S. 2013. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
- Rejeki, Sri, dkk. 2013. *Tingkat Nyeri Pinggang Kala 1 Persalinan Melalui Teknik Back – Effleurage dan Counter Pressure*. Universitas Muhammadiyah Semarang
- Sari, Seva Kurnia, G2a215019 (2017) *Pengaruh Counterpressure Terhadap Intensitas Nyeri Dismenorea Pada Mahasiswa Di Rusunawa Putri K.H. Sahlan Rosidji Universitas Muhammadiyah Semarang*. Undergraduate Thesis, Muhammadiyah University Of Semarang.
- Sihaloho, W M. 2018. *Efektifitas Relaksasi Nafas Dalam Dan Massage Counterpressure Terhadap Respon Adaptasi Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Klinik Dina Medan*. Poltekkes Kemenkes RI Medan Jurusan Kebidanan Prodi D IV Kebidanan Medan.
- Yulianingsih, Endah, dkk. 2018. *Teknik Massage Counter Pressure Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala 1 Fase Aktif pada Ibu Bersalin di RSUD Dr. M. M Dunda Limboto, Kabupaten Gorontalo*. Gorontalo.
- Zainiyah, Zakkiyatus. 2019. *Pengaruh Aroma Kulit Jeruk Manis (Citrus Aurantium) terhadap Emesis Gravidarum pada Ibu Hamil Trimester 1*. Bangkalan.