



## Pengaruh Aroma Terapi Mawar Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I

Ester Simanullang<sup>1</sup>, Linda<sup>2</sup>, <sup>3</sup>Kamelia Sinaga

<sup>1-3</sup>STIKes Mitra Husada Medan

Email korespondensi: riskaspasaribu@gmail.com

No HP: 081264308313

### ARTICLE INFO

Received  
01 Januari 2022  
Accepted  
14 Februari 2022  
Published  
19 Februari 2022

#### Kata Kunci:

Aroma Terapi;  
Kecemasan

#### Keywords:

Aromatherapy;  
Anxiety

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Kecemasan bersalin merupakan penyebab kematian Ibu dan Bayi. Kecemasan bersalin dapat dikurangi dengan beberapa terapi penurunan kecemasan yaitu terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu solusi penurunan kecemasan masa bersalin adalah aroma terapi mawar. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh aromaterapi mawar terhadap tingkat kecemasan pada ibu persalinan kala I. **Metode:** . Penelitian ini menggunakan pendekatan rancangan *non equivalent control group* yang menggunakan kelompok perlakuan dan kelompok control sebanyak 30 orang ibu bersalin, tehnik pengambilan data random sampling waktu penelitian April-Mei 2021 dan analisis untuk komparatif menarik berpasangan dua kelompok adalah Uji T berpasangan. **Hasil:** Adanya pengaruh aroma terapi mawar terhadap kecemasan ibu bersalin Kala I sebelum dan sesudah terapi aroma mawar P value (0.000) <  $\alpha$  (0,05). **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh aroma terapi mawar terhadap kecemasan ibu bersalin Kala I.

### ABSTRACT

**Background:** Maternity anxiety is a cause of maternal and infant mortality. Maternity anxiety can be reduced by several anxiety-reducing therapies, namely pharmacological and non-pharmacological therapies. One solution to reduce anxiety during childbirth is aromatherapy roses. **Objective:** To determine the effect of aromatherapy roses on anxiety levels in the first stage of labor. **Method:** This study uses a non-equivalent control group design approach that uses a treatment group and a control group of 30 maternity mothers, the technique of data collection is random sampling during the April-May 2021 study and the analysis for comparatively interesting pairs of two groups is the paired T-test. **Result:** The effect of rose aroma therapy on maternal anxiety in the first stage before and after rose aroma therapy P value (0.000) < (0.05). **Conclusion:** There is an effect of rose aroma therapy on the anxiety of maternity mothers in first stage.

## PENDAHULUAN

Persalinan dimulai bila timbul his dan mengeluarkan lendir yang bercampur darah. Lendir yang bercampur darah ini terjadi karena servik mulai membuka atau mendatar, sedangkan darahnya berasal dari pembuluh darah kapiler yang berada disekitar kanalis servikalis karena pergeseran ketika servik mendatar dan terbuka. Terdapat beberapa penentu terjadinya kecemasan pada ibu bersalin yaitu, nyeri persalinan, Keadaan fisik ibu, riwayat pemeriksaan kehamilan, kurangnya pengetahuan tentang proses persalinan, dukungan dari lingkungan sosial serta latar belakang. (Mochtar Rustam, 2018).

Kontraksi rahim yang akan memperpanjang waktu persalinan. hal ini merupakan suatu kerugian bagi seorang ibu maupun janin yang berada dalam rahim ibu Bahwa mereka mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan dalam hidupnya yaitu cemas pada saat melahirkan. Kecemasan merupakan salah satu penyebab terjadinya partus lama dan kematian janin. (Aryasatiani, 2015) .

Kecemasan merupakan unsur kejiwaan yang menggambarkan perasaan, keadaan emosional yang dimiliki oleh seseorang pada saat menghadapi kenyataan atau kejadian dalam hidupnya. Menyatakan bahwa kecemasan merupakan reaksi emosi yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan ketakutan, adanya hambatan terhadap keinginan pribadi dan perasaan-perasaan yang tertekan yang muncul dalam kesadaran Pada umumnya ibu mengalami kecemasan menjelang persalinan. Meskipun persalinan adalah suatu hal yang fisiologis, namun didalam menghadapi proses persalinan dimana terjadi serangkaian perubahan fisik dan psikologis yang dimulai dari terjadinya kontraksi rahim, dilatasi jalan lahir, dan pengeluaran bayi serta plasenta yang diakhiri dengan bonding awal antara ibu dan bayi” (Ria, Sidabukke, and Siregar 2020)

Salah satu cara untuk menurunkan kecemasan adalah dengan pemberian aromaterapi mawar titik Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dengan melakukan inhalasi pada aromaterapi mawar mampu menurunkan tingkat kecemasan seseorang. Aromaterapi mawar merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat meningkatkan Keadaan fisik dan psikologi seseorang agar menjadi lebih baik. setiap minyak esensial memiliki efek farmakologis yang unik, seperti antibakteri, antivirus, diuretik, vasodilator, penenang, dan merangsang adrenal (Runiari, 2012; Ana, 2012).

Dari pelajaran di atas dapat disimpulkan bahwa pada kala I, Seorang ibu dapat mengalami gangguan kecemasan dibandingkan kala II, III dan IV di mana seorang ibu dapat mengontrol dirinya kembali. Pendekatan penurunan kecemasan dengan aromaterapi mawar mawar dilakukan sedini mungkin karena jika tidak ditangani akan berakibat pada perpanjangan waktu persalinan sehingga memperlambat kelancaran persalinan Ibu menuju kala 2 dan seterusnya. Hal ini merupakan alasan mengapa peneliti memilih kecemasan pada ibu persalinan kala 1 daripada kala lainnya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan rancangan *non equivalent control group* yang menggunakan dua kelompok subjek penelitian, yaitu satu kelompok diberi perlakuan dan 1 kelompok yang tidak diberi perlakuan, keduanya diberikan kuesioner sebanyak 2 kali. *Pre test dan Post test* dilakukan dengan menggunakan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Penelitian ini akan dilakukan di Puskesmas Ranto Peureulak Kecamatan Ranto Peureulak Aceh adalah Puskesmas

yang Standby 24 jam dan persalinan di Puskesmas ada hamper setiap harinya. Besar sampel untuk penelitian 15 orang untuk kelompok kontrol dan 15 orang untuk kelompok intervensi. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini ada 2, yaitu: Teknik analisis statistik bivariat dengan Nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi digunakan untuk data numerik dan analisis data bivariate. Dengan analisis untuk komparatif menarik berpasangan dua kelompok adalah Uji T berpasangan

## HASIL PENELITIAN

### a. Analisis Univariat

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden

No	Karakteristik	N	%
1	<b>Usia</b>		
	- <20 tahun	1	3,3
	- 20-35 tahun	25	38,3
	- >35 tahun	4	13,3
2	<b>Pendidikan</b>		
	- SD	12	40,0
	- SMP	5	16,7
	- SMA	11	36,7
	- Perguruan Tinggi	2	6,7
3	<b>Pekerjaan</b>		
	- Pegawai Swasta	6	20,0
	- IRT	24	80,0
4	<b>Riwayat Pemeriksaan</b>		
	- Ada Komplikasi	1	3,3
	- Tidak Ada Komplikasi	29	96,7
5	<b>Riwayat Persalinan</b>		
	- 1 kali	14	46,7
	- Lebih 1 kali	16	53,3

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa responden terbanyak berusia 25-35 tahun dengan jumlah 25 orang ( 83,3%) sedangkan < 20 tahun hanya satu orang ( 3,3%) dan > dan 35 tahun hanya 4 orang ( 13,3%). Mengenai jenjang pendidikan responden terbanyak yaitu jenjang SD dengan jumlah 12 orang (40%), sedangkan jenjang pendidikan tersedikit yaitu perguruan tinggi sebanyak 2 orang ( 6,7%) . Mengenai pekerjaan terbanyak responden adalah ibu rumah tangga dengan jumlah 24 orang (80%). Karakteristik responden berdasarkan riwayat pemeriksaan kehamilan adalah responden terbanyak merupakan responden tanpa komplikasi selama kehamilan sebanyak 29 orang ( 96,7%). Karakteristik riwayat persalinan yaitu persalinan lebih dari satu kali dengan jumlah 16 orang (53,3%), sedangkan responden dengan primigravida yaitu persalinan pertama dengan jumlah 14 orang( 46,7%). Hal ini menunjukkan terdapat hasil yang hampir seimbang antara responden persalinan pertama dengan responden persalinan lebih dari satu.

**Table 2 1 Hubungan Tingkat Kecemasan Responden Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi**

Tingkat kecemasan	Kontrol		Intervensi	
	Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
Ringan	7	46,7	4	26,7
Sedang	4	26,7	7	46,7
Berat	4	26,7	4	26,7
Total	15	100,0	15	100,0

Dari tabel diatas menunjukkan data dari gambaran tingkat kecemasan kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Tingkat kecemasan responden kelompok kontrol pada pengukuran pretest yaitu responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 7 orang (46,7%), kecemasan sedang 4 orang (26,7%), dan kecemasan berat 4 orang (26,7%). Sedangkan tingkat kecemasan responden kelompok intervensi pada pengukuran pretest yaitu responden yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 4 orang (26,7%), kecemasan sedang 7 orang (46,7%), dan kecemasan berat 4 orang (26,7%).

#### **b. Analisis Bivariat**

#### **Distribusi Frekuensi Skor Tingkat Kecemasan Kelompok Intervensi pada Pretest dan Pos test**

N		Mean	Standar Deviasi	IK95%	P
Pretest	15	23,27	4,92	7,849	0,000
Post test	15	13,07	3,9	12,551	

tabel di atas menunjukkan rata-rata skor tingkat kecemasan kelompok intervensi dengan analisis Uji T berpasangan yaitu didapatkan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), dengan demikian disimpulkan “ *Terdapat perbedaan tingkat kecemasan bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi Mawar pada kelompok intervensi.*”

## **PEMBAHASAN**

### **a. Tingkat Kecemasan Responden**

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa responden Mengalami berbagai tingkat kecemasan pada saat persalinan kala 1, baik kelompok kontrol maupun kelompok intervensi. Pada kelompok kontrol sebanyak 46,7% ibu mengalami kecemasan ringan, 26,7% mengalami kecemasan sedang, dan

26,7% mengalami kecemasan berat sedangkan pada kelompok intervensi sebanyak 26,7% mengalami kecemasan ringan, 46,7% mengalami kecemasan sedang dan 26,7% mengalami kecemasan berat.

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ibu persalinan kala 1 mengalami tingkat kecemasan yang berbeda-beda yang disebabkan oleh aktifnya sistem saraf simpatis generalisata dan sekaligus mengaktifkan pengeluaran hormon Adrenalin. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu nyeri, Keadaan fisik, riwayat pemeriksaan kehamilan, pengetahuan, dukungan lingkungan sosial dan pendidikan.

#### **b. Tingkat Kecemasan sebelum dan sesudah pengamatan pada responden kelompok kontrol**

Hasil Analisa statistik pada skor tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pengamatan pada responden kelompok kontrol menunjukkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara sebelum dan sesudah. Hasil penelitian ini dapat dianalisa bahwa kelompok kontrol Mengalami penurunan tingkat kecemasan yang disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya pendamping persalinan. Dalam penelitian ini yaitu peneliti yang selama proses penelitian mendampingi Ibu persalinan kala 1 yang memiliki keinginan untuk berbicara, dan ditemani.

#### **c. Pengaruh Aromaterapi Mawar terhadap tingkat kecemasan pada responden kelompok intervensi**

Intervensi pada penelitian ini menggunakan aromaterapi mawar yang diberikan kepada Ibu persalinan kala 1. Hasil analisa uji statistik pada skor tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi Mawar pada responden kelompok intervensi menunjukkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi Mawar pada kelompok intervensi dengan (nilai  $p < 0,000$ ) atau ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut juga menunjukkan terdapat hasil angka signifikan lebih rendah pada hasil uji statistik kelompok intervensi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kheirkhah et al (2014) Yang menyatakan pemberian aromaterapi secara inhalasi khususnya mawar oil dapat menurunkan kecemasan pada ibu persalinan kala 1.

Penelitian yang dilakukan Kheirkhah et al (2013) Membahas efek dari aromaterapi dengan essential damask Rose oil terhadap kecemasan persalinan kala 1 fase aktif pada ibu primigravida. Kecemasan dikasih dengan Visual analog scale anxiety (VASA) pada fase aktif dan transisi sebelum dan setelah intervensi. Pada kelompok intervensi menunjukkan penurunan tingkat kecemasan daripada kelompok kontrol ( $p < 0,001$ ). Menurut penelitian Kheirkhah Dapat disimpulkan bahwa esensial Damask Rose Oil pada fase aktif Ibu persalinan kala 1 primigravida dapat menurunkan tingkat kecemasan.

Kecemasan merupakan bagian dari respon emosional, dimana cemas adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Di mana ansietas dialami secara subjektif dan dikomunikasikan secara interpersonal. Seorang individu yang mengalami

kecemasan secara langsung dapat mengekspresikan kecemasannya melalui Respon yang fisiologis pasangan menurut Nevid (2015) Kecemasan merupakan suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan apprehensive bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Manfaat dari aromaterapi yaitu menumbuhkan perasaan tenang atau rileks pada jasmani, pikiran dan rohani, menciptakan suasana yang damai, serta dapat menjauhkan dari perasaan cemas dan gelisah. Mawar memiliki beberapa efek farmakologis yaitu melancarkan sirkulasi darah antiradang, menghilangkan bengkak, dan menetralkan racun. Minyak esensial yang digunakan untuk aromaterapi dapat mempengaruhi aktivitas fungsi kerja otak melalui sistem saraf yang berhubungan dengan indera penciuman. Respon ini dapat merangsang peningkatan produksi masa penghantar saraf otak atau neurotransmitter Yang berkaitan dengan pemulihan kondisi psikis seperti emosi perasaan pikiran dan keinginan

Saya sebagai peneliti menyimpulkan bahwa kelompok intervensi mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan aromaterapi mawar selama 15 menit. Penelitian ini juga menunjukkan terdapat perbedaan bermakna antara selisih tingkat kecemasan kelompok intervensi dan kelompok kontrol dimana kelompok intervensi Mengalami penurunan tingkat kecemasan yang lebih baik dari pada kelompok kontrol. Hal ini disebabkan aromaterapi mawar dapat mempengaruhi aktivitas fungsi kerja otak melalui sistem saraf dan dapat meningkatkan produksi masa penghantar saraf otak yang dapat memulihkan kondisi psikis seperti emosi perasaan pikiran dan keinginan, Selain itu aromaterapi mawar juga dapat memberikan Efek relaksasi bagi syaraf dan otot-otot yang tegang.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **KESIMPULAN**

Intervensi pada penelitian ini menggunakan aromaterapi mawar yang diberikan kepada Ibu persalinan kala 1. Hasil analisa uji statistik pada skor tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi Mawar pada responden kelompok intervensi menunjukkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi Mawar pada kelompok intervensi dengan (nilai p 0,000) atau ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut juga menunjukkan adanya pengaruh aroma terapi mawar terhadap kecemasan ibu bersalin kala I.

### **SARAN**

Disarankan kedepannya untuk Puskesmas Ranto Peureulak dapat memberikan melaksanakan pemberian Aromaterapi Mawar pada ibu persalinan kala 1 diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi perawat dan tenaga kesehatan lain khususnya yang berada di Puskesmas Ranto Peureulak maupun tempat bersalin lainnya untuk mempromosikan manfaat aromaterapi Mawar pada ibu persalinan kala 1 Dari hasil penelitian ini, aromaterapi mawar dapat dimasukkan ke dalam intervensi sebagai salah satu cara yang diterapkan dalam menurunkan kecemasan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andhini, Nisa Fitri. 2018. "Asuhan Persalinan Normal." *Journal of Chemical Information and Modeling* 53 (9): 1689–99.
- Fatimah, and Nuryaningsih. 2018. "Buku Ajar Buku Ajar."
- Kemendes RI. 2018. "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018." *Kemendagri Kesehatan RI* 53 (9): 1689–99.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2015. *Buku Ajar Kesehatan Ibu Dan Anak. Departemen Kesehatan Republik Indonesia.*
- . 2016. *Profil Kesehatan Indonesia 2016. Profil Kesehatan Provinsi Bali.* <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2016.pdf>.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia 2014.* Vol. 1227. <https://doi.org/10.1002/qj>.
- Kenia, N. M. 2014. "Pengaruh Relaksasi (Aromaterapi Mawar) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi." *Jurnal STIKES* 6 (1): 2014.
- Mariza, Ana, and Annisa Umi Kalsum. 2017. "Pemberian Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Wanita Lanjut Usia Di UPTD Panti Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar Lampung Selatan." *Jurnal Kesehatan* 8 (1): 30. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i1.305>.
- Nurgartiningih, Ani. 2010. "Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Brawijaya Malang."
- Publikasi, Jurnal. 2019. "Pemanfaatan Aroma Terapi Mawar Terhadap Reducing High Blood Pressure in Hypertension."
- Ria, Ida, Royentina Sidabukke, and Ronni Naudur Siregar. 2020. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Pada Ibu Bersalin Di Rumah Sakit Restu Medan." *Journal of Healthcare Technology and Medicine* 6 (1): 276–84.
- Simanulang, Ester, Str Keb, and M Kes. n.d. "Bahan Ajar THERAPY MUSIK RELIGI ISLAM DALAM PERSALINAN." In .
- Simanullang, Ester, and Regidor Dioso. 2020. "The Implementation of Midwifery Competency Standards in Applying Behaviour of Normal Childbirth Care (APN) on BIDAN PRAKTIK MANDIRI PERA." *Enfermeria Clinica* 30: 96–98. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.11.030>.

Utami, Istri, and Enny Fitriahadi. 2019. "Buku Ajar Asuhan Persalinan & Managemen Nyeri Persalinan." *Universitas Aisyiyah Yogyakarta*, 284 hlm.