



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Program Pendidikan
Sarjana Terapan Kebidanan Tasikmalaya

**EFEKTIVITAS KOMBINASI METODE LAMAZE DAN
AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP INTENSITAS
NYERI SELAMA KALA I FASE AKTIF PERSALINAN
DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS
DARMA KABUPATEN KUNINGAN
TAHUN 2025**

LULU KARTIKADEWI
NIM. P20624324143

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan normal bukanlah peristiwa membahayakan tetapi pada beberapa kasus dapat menjadi suatu masa yang penuh dengan rasa nyeri, rasa takut, penderitaan bahkan kematian (Marsilia & Tresnayanti, 2021). Nyeri saat proses persalinan berlangsung merupakan manifestasi klinis dari otot uterus yang berkontraksi sebagai upaya membuka jalan lahir dan menekan janin kearah panggul (Rejeki, et al., 2020). Nyeri persalinan yang timbul secara terus menerus, semakin lama dan sering berpotensi membuat ibu gelisah dan cemas (Juliani et al., 2021).

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 melaporkan bahwa 53,5% wanita mengalami kecemasan atau nyeri hebat selama persalinan (Imaroh & Meihartati, 2025). Sebuah penelitian di Indonesia menemukan bahwa hanya 30% ibu yang melahirkan berhasil mengatasi rasa sakit saat melahirkan; secara statistik, dua dari setiap tiga ibu yang melahirkan tidak dapat mentoleransi rasa sakit (Imaroh & Meihartati, 2025).

Nyeri yang dialami oleh ibu dapat menimbulkan efek negatif, seperti gangguan psikologis atau stres, yang memicu pelepasan hormon katekolamin dan steroid. Hal ini dapat menyebabkan ketegangan otot polos, vasokonstriksi, penurunan kontraksi rahim, penurunan sirkulasi darah ke plasenta, dan

iskemia uterus, yang dapat meningkatkan impuls nyeri. Nyeri persalinan yang tidak teratasi juga dapat menyebabkan perubahan tekanan darah, denyut jantung, dan aktivitas sistem saraf simpatis (Andoli & Rismayani, 2024). Nyeri yang tidak ditangani dengan baik dapat memperpanjang proses persalinan, meningkatkan risiko perdarahan pada ibu, dan berpotensi menyebabkan asfiksia pada bayi, yang berakibat pada kematian ibu dan bayi. Persalinan yang berkepanjangan atau tidak ditangani dengan tepat (dengan nyeri sebagai faktor penting) berpotensi menyebabkan berbagai komplikasi serius (Rahayu, 2023).

Di wilayah kerja UPTD Puskesmas Darma Kabupaten Kuningan, pada tahun 2024 jumlah persalinan oleh tenaga kesehatan (Linakes) 699. Adapun kasus komplikasi maternal yang dialami oleh ibu diantaranya 270 kasus komplikasi kehamilan, 108 komplikasi persalinan, dan 4 kasus komplikasi nifas. Terdapat 20 kelas ibu hamil dan belum ada edukasi khusus mengenai manajemen nyeri persalinan dalam dua tahun terakhir. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan tenaga kesehatan khususnya bidan di ruang bersalin, ditemukan bahwa belum tersedia sistem manajemen nyeri yang terstruktur dan menyeluruh. Penanganan nyeri masih bersifat konvensional seperti pemberian dukungan verbal, latihan nafas dalam dan posisi miring, belum memanfaatkan pendekatan non-farmakologis secara optimal. Hal ini berdampak pada kurangnya upaya pengurangan nyeri secara holistik, yang seharusnya menjadi bagian penting dalam pelayanan persalinan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas Darma pada bulan Juni sampai awal Juli 2025 terhadap 10 ibu bersalin kala I fase aktif, 7 ibu melaporkan nyeri berat pada skala 7-10, 3 ibu melaporkan nyeri sedang pada skala 5-6. Pada pembukaan mulai dari 4 cm, mereka mulai merasa nyeri hebat dan mereka tidak tahu cara mengatasi nyeri persalinan. Hal ini menunjukkan pentingnya pengelolaan nyeri yang tepat sejak awal proses persalinan.

Pengelolaan nyeri persalinan memerlukan metode yang efektif, aman, dan mudah diakses. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang terbukti efektif dalam mereduksi intensitas nyeri dan meningkatkan kenyamanan ibu adalah metode *Lamaze*. Metode *Lamaze* berfokus pada pengaturan napas, relaksasi, dan teknik distraksi untuk membantu ibu menghadapi kontraksi secara sadar dan terkendali. Metode Lamaze dikembangkan oleh Dr. Fernand Lamaze pada tahun 1950-an (Lothian, 2024). Teknik ini mengajarkan pernapasan, relaksasi, perubahan posisi, dan dukungan emosional selama persalinan untuk membantu ibu mengelola nyeri secara alami. Metode ini juga dapat mengurangi kebutuhan analgesik dan meningkatkan kepuasan ibu selama persalinan (Chaillet et al., 2024).

Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa metode *Lamaze* dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan. Nurmaharani (2020) menemukan penurunan tingkat nyeri pada kala I fase aktif setelah penerapan metode ini. Penelitian lain menunjukkan hubungan signifikan antara metode *Lamaze* dan penurunan tingkat nyeri persalinan dengan nilai $p < 0,05$ Nur (2023). Temuan

tersebut didukung oleh Rangkuti & Damanik (2023), yang menyatakan bahwa metode *Lamaze* efektif dalam mengurangi nyeri persalinan pada kala I fase aktif.

Namun, dalam praktiknya, respons terhadap metode *Lamaze* dapat bervariasi pada setiap ibu. Beberapa ibu membutuhkan dukungan tambahan untuk mencapai tingkat relaksasi yang optimal, terutama pada kondisi ketika nyeri meningkat dengan cepat. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan yang dapat memberikan efek relaksasi lebih besar atau memperkuat mekanisme pengendalian nyeri yang sudah ditawarkan oleh metode *Lamaze*. Dengan demikian, penggabungan metode *Lamaze* dengan intervensi nonfarmakologis lain berpotensi meningkatkan efektivitas manajemen nyeri persalinan secara lebih komprehensif.

Aromaterapi telah dipercaya mampu mengatasi berbagai keluhan kesehatan seperti gangguan pernapasan, masalah saluran kemih, nyeri tubuh, serta gangguan mental dan emosional. Selain itu, aromaterapi juga memberikan efek menenangkan yang dapat membantu meredakan stress (Laasara & Sari, 2024). Sementara itu, aromaterapi lavender diketahui memiliki efek menenangkan, meredakan stres, dan membantu mengurangi persepsi nyeri melalui stimulasi sistem limbik otak (Ahmad et al., 2023).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan pada 10 ibu hamil trimester III pada bulan Juli 2025 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Darma, untuk memilih satu aroma dari 3 jenis aromaterapi, hasilnya menunjukkan bahwa aroma lavender menempati peringkat tertinggi dengan dipilih oleh 5

responden (50%). Selanjutnya, aroma lemon dipilih oleh 3 responden (30%), dan jasmine dipilih oleh 2 responden (20%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa lavender merupakan aroma yang paling diminati ibu hamil, diikuti lemon, dan jasmine.

Dibandingkan jenis aromaterapi lainnya, lavender memiliki keunggulan dalam menurunkan tingkat kecemasan dan nyeri. Penelitian yang dilakukan oleh Institut Nasional di Jepang menunjukkan bahwa linalool dalam minyak lavender memiliki efek antinyeri dan ansiolitik yang signifikan (Andriani, 2022). Aroma lavender dapat merangsang produksi hormon endorfin dan enkefalin yang berfungsi sebagai analgesik alami, serta hormon serotonin yang berperan dalam mengurangi stres, kecemasan, dan ketegangan. Sementara itu, aromaterapi dari bunga neroli dipercaya memiliki manfaat dalam mengurangi peradangan, menurunkan tingkat stres, meningkatkan sirkulasi darah, serta memperbaiki suasana hati (*mood*) (Azizah et al., 2020).

Kombinasi metode *Lamaze* dengan aromaterapi lavender merupakan salah satu alternatif non-farmakologis yang efektif dalam penatalaksanaan nyeri persalinan kala I fase aktif. Minyak lavender yang berasal dari *Lavandula angustifolia* mengandung senyawa aktif seperti linalool dan linalyl acetate yang mampu mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, memberikan efek relaksasi, dan menghambat transmisi impuls nyeri melalui penghambatan aliran natrium pada serabut saraf sensorik. Efek ini diperkuat dengan teknik pernapasan *Lamaze* yang berfokus pada pengendalian napas,

relaksasi otot, dan distraksi dari sensasi nyeri sehingga tubuh ibu lebih tenang dan fokus selama kontraksi (Hajar & Hasanah, 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ardela et al. (2022) menunjukkan bahwa kombinasi metode *Lamaze* dengan aromaterapi lavender secara signifikan menurunkan skor nyeri persalinan pada kala I fase aktif ($p < 0,05$), sedangkan penelitian lain menegaskan bahwa teknik *Lamaze* dikombinasikan dengan aromaterapi mampu mengurangi persepsi nyeri sekaligus memperbaiki kontrol diri ibu selama proses persalinan.

Cahyani (2022) juga menemukan bahwa aromaterapi, khususnya lavender, efektif mengurangi nyeri persalinan pada mayoritas responden yang dianalisis, sehingga penggunaan bersama dengan teknik *Lamaze* memberikan efek sinergis yang lebih kuat dibandingkan penggunaan tunggal. Pendekatan kombinasi ini tidak hanya mengurangi intensitas nyeri, tetapi juga menurunkan kecemasan, memperbaiki kualitas pengalaman melahirkan, dan dapat diterapkan secara mudah di fasilitas kesehatan primer, menjadikannya solusi praktis, aman, dan berbasis bukti untuk mendukung kenyamanan ibu bersalin (Cahyani, 2022).

Dengan mempertimbangkan data lokal, bukti ilmiah, dan pentingnya manajemen nyeri dalam proses persalinan, maka perlu dilakukan penelitian untuk menguji efektivitas kombinasi metode *Lamaze* dengan Aromaterapi Lavender secara spesifik di wilayah kerja UPTD Puskesmas Darma. Penelitian ini dirancang sebagai penelitian kuantitatif dengan judul "Efektivitas Kombinasi Metode *Lamaze* Dan Aromaterapi Lavender terhadap

Intensitas Nyeri Selama Kala I Fase Aktif Persalinan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Darma Kabupaten Kuningan Tahun 2025".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah "Bagaimakah Efektivitas Kombinasi Metode *Lamaze* Dan Aromaterapi Lavender terhadap Intensitas Nyeri Selama Kala I Fase Aktif Persalinan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Darma Kabupaten Kuningan Tahun 2025?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Efektivitas kombinasi metode *Lamaze* dan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri selama kala I fase aktif persalinan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Darma Kabupaten Kuningan tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengukur skor nyeri persalinan sebelum dilakukan kombinasi metode *Lamaze* dan aromaterapi lavender di wilayah kerja UPTD Puskesmas Darma, Kabupaten Kuningan, tahun 2025
- b. Mengukur skor nyeri persalinan sesudah dilakukan kombinasi metode *Lamaze* dan aromaterapi lavender di wilayah kerja UPTD Puskesmas Darma, Kabupaten Kuningan, tahun 2025.

- c. Menganalisis efektivitas kombinasi metode *Lamaze* dan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri selama persalinan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Darma Kabupaten Kuningan, tahun 2025.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini mencakup berbagai aspek praktik kebidanan sesuai dengan standar kompetensi bidan, khususnya dalam konteks pengelolaan nyeri persalinan melalui metode non-farmakologis kombinasi *Lamaze* dan aromaterapi lavender. Penelitian ini berfokus pada aspek etik legal dan keselamatan klien, dengan memastikan bahwa intervensi yang dilakukan sesuai dengan prinsip non-maleficence (tidak membahayakan), *informed consent*, serta memperhatikan kenyamanan dan keamanan ibu bersalin sebagai prioritas utama dalam pemberian asuhan.

Penelitian ini juga berkontribusi terhadap pengembangan diri dan profesionalisme tenaga kesehatan, khususnya bidan, dengan memberikan wawasan berbasis bukti mengenai alternatif manajemen nyeri yang aman dan dapat diterapkan di fasilitas kesehatan primer. Hasil penelitian ini diharapkan mendorong peningkatan kompetensi bidan dalam menerapkan pendekatan holistik dalam pelayanan persalinan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan dasar teoritis yang kuat mengenai fisiologi nyeri persalinan dan prinsip teknik relaksasi *Lamaze* dan aromaterapi. Penelitian ini mendukung penggunaan intervensi berbasis *evidence-based practice* yang relevan dengan kondisi

lokal dan sumber daya yang tersedia di wilayah kerja UPTD Puskesmas Darma.

Penelitian ini mengevaluasi implementasi kombinasi metode *Lamaze* dan aromaterapi lavender secara langsung dalam konteks persalinan kala I fase aktif. Intervensi dilakukan oleh tenaga kesehatan terlatih dan observasi intensitas nyeri diukur menggunakan instrumen yang valid, sehingga meningkatkan keterampilan bidan dalam menilai dan merespons nyeri secara sistematis.

Aspek promosi kesehatan dan konseling menjadi bagian penting dari ruang lingkup ini, mengingat salah satu permasalahan yang diidentifikasi adalah minimnya edukasi tentang manajemen nyeri pada kelas ibu hamil. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan praktik kebidanan terkait manajemen nyeri persalinan non-farmakologis. Dengan penerapan kombinasi metode *Lamaze* dan aromaterapi lavender, diharapkan ibu dapat menjalani proses persalinan dengan lebih aman, nyaman, dan minim komplikasi.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi ilmiah dalam pengembangan ilmu kebidanan, terutama terkait efektivitas kombinasi metode *Lamaze* dan aromaterapi lavender dalam mengurangi intensitas nyeri pada kala I fase aktif.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ibu Bersalin

Penelitian ini memberikan manfaat langsung bagi ibu bersalin dalam bentuk pengetahuan dan keterampilan mengenai kombinasi metode *Lamaze* dan aromaterapi lavender untuk mengelola nyeri secara alami dan efektif. Dengan menerapkan metode ini, diharapkan ibu dapat menjalani proses persalinan dengan lebih tenang, percaya diri, dan minim komplikasi. Peningkatan kenyamanan selama persalinan juga berdampak positif terhadap kondisi fisik dan psikologis ibu pascapersalinan dan menciptakan pengalaman persalinan yang lebih positif.

b. Bagi UPTD Puskesmas Darma

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan peningkatan kualitas pelayanan kebidanan di UPTD Puskesmas Darma melalui intervensi non-farmakologis yang efektif, mendukung tujuan pembangunan berkelanjutan untuk kesehatan ibu dan bayi, meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap pelayanan persalinan, serta mendorong promosi kesehatan dan pendidikan tentang penanganan nyeri persalinan secara alami.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
1.	Azkiya & Fairuza, 2023	Efektivitas Pemberian Massage Counter Pressure dan Aromaterapi Lavender terhadap Tingkat Nyeri pada Kala I Fase Aktif Persalinan	Kuantitatif komparatif pretest-posttest dua kelompok	Intensitas nyeri menurun secara signifikan setelah diberikan intervensi massage dan aromaterapi lavender	Penelitian tidak menggunakan teknik <i>Lamaze</i> dan lokasi berbeda, penelitian Anda mengombinasikan <i>Lamaze</i> dan aromaterapi lavender
2.	Sudarto et al., 2024	Pengaruh Terapi Musik dan Aromaterapi Lavender terhadap Nyeri Persalinan di Pontianak	Quasi eksperimen dua grup pretest-posttest	Kombinasi terapi musik dan aromaterapi lavender efektif menurunkan intensitas nyeri pada kala I	Menggunakan terapi musik, bukan metode <i>Lamaze</i> . Penelitian Anda lebih spesifik pada <i>Lamaze</i> dan lavender
3.	Musmundiroh et al., 2025	Efektifitas Penggunaan Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan Pada Ibu Hamil Kala 1 Fase Aktif	Pre-experimental one group pretest-posttest	Penurunan signifikan pada intensitas nyeri setelah diterapkan teknik <i>Lamaze</i>	Penelitian hanya menggunakan metode tunggal, Anda menggunakan metode kombinasi <i>Lamaze</i> dan aromaterapi lavender
4.	Rahmawati et al., 2021	Pengaruh Latihan Teknik <i>Lamaze</i> Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif	Quasi-eksperimen kelompok kontrol	Teknik <i>Lamaze</i> efektif menurunkan nyeri dan mempercepat pembukaan serviks	Penelitian juga mengukur pembukaan serviks, Anda fokus pada nyeri
5.	Nur, 2023	Efektivitas Metode <i>Lamaze</i> dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif	Quasi eksperimen pretest-posttest	Penurunan skala nyeri signifikan setelah penerapan metode <i>Lamaze</i> ($p<0.05$)	Menggunakan metode tunggal, anda menggunakan metode kombinasi <i>Lamaze</i> dan aromaterapi lavender