

**PENGARUH KOMBINASI PEMBERIAN TERAPI MUSIK
DAN AROMA LAVENDER TERHADAP PENURUNAN
SKALA NYERI KALA I FASE AKTIF**

MANUSKRIP



Diajukan sebagai syarat untuk mencapai Sarjana Terapan Kebidanan

**ELIZA ANGGRAINI
NIM . P07224319008**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KALIMANTAN TIMUR
JURUSAN KEBIDANAN PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
TAHUN 2020**

Pengaruh Kombinasi Terapi musik dan Aroma Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri Kala I Fase Aktif

Eliza Anggraini¹, Inda Cornlawati², Gajali Rahman³

1. Mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan Samarinda, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur
2. Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur
3. Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

* Penulis Korespondensi : Eliza Anggraini, Jurusan Kebidanan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Samarinda, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kalimantan Timur, Indonesia, Email: elizaanggraini77@gmail.com, Phone: +62-852-49903788

Abstrak

Latar belakang : Rasa nyeri persalinan dapat mengakibatkan respon fisiologis yang berimbas pada kurangnya kemampuan rahim untuk berkontraksi sehingga memperpanjang waktu persalinan. Penanganan nyeri persalinan dapat dilakukan melalui beberapa upaya secara farmakologis dan non farmakologis. Penanganan non farmakologis yaitu teknik pemberian musik dan aromaterapi. Mendengarkan musik dapat memproduksi zat endorfin yang memiliki efek relaksasi pada tubuh. Aromaterapi lavender dapat menstimulasi talamus untuk mengeluarkan hormon yang dapat mengurangi nyeri persalinan sehingga intensitas nyeri dapat menurun.

Tujuan penelitian : tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kombinasi pemberian terapi musik dan aroma lavender terhadap penurunan nyeri kala I fase aktif.

Desain penelitian : desain penelitian ini adalah *Quasy Eksperimen* menggunakan *two group pre-test and post-test design*, populasi adalah ibu yang menjalani persalinan normal di PMB Susiyati, S Tr. Keb Samarinda. Teknik pengambilan sampel adalah *consecutive sampling* dengan jumlah 30 *sample*.

Hasil penelitian : hasil penelitian ini diperoleh terdapat pengaruh skala nyeri yang bermakna teknik terapi musik dan aroma lavender terhadap penurunan skala nyeri kala I fase aktif dengan hasil ($p\text{-value}=0,048$) dengan nilai $\alpha = 0,05$.

Kesimpulan penelitian : Terapi musik dan aroma lavender dapat menurunkan skala nyeri ibu bersalin kala I fase aktif.

Kata Kunci : terapi musik dan aroma lavender, skala nyeri kala I fase aktif

The Combination Effect Of Music Therapy and Lavender Aroma On Reducing Pain In The First Stage Of Active Phase

Eliza Anggraini¹, Inda Cornlawati², Gajali Rahman³

1. student midwifery samarinda, Polytechnic Ministry of Health, East Kalimantan
2. lecturer of midwifery major, Polytechnic Ministry of Health, East Kalimantan
3. lecturer of nursing major, Polytechnic Ministry of Health, East Kalimantan

*Corresponding Author : Eliza Anggraini, Department of Midwifery Samarinda, Polytechnic Ministry of Health, East Kalimantan, Indonesia. Email: elizacornlawati77@gmail.com, Phone: +62-852-49903788

Abstract

Background : Pain in childbirth result a physiological response which causes a lack of uterus ability to contract thereby extend the childbirth time. Handling childbirth pain can be done through several pharmacological and non-pharmacological measures. Non-pharmacological treatment is a technique for giving music and aromatherapy. Listening to music could produce endorphins which have a relaxing effect on the body. Lavender aromatherapy is able to stimulate the thalamus to release hormones which reduce childbirth pain therefore the intensity is decrease.

Objective : the aim of this study was to determine the effect of the combination of music therapy and lavender aroma on reducing pain in the first stage of the active phase.

Design : the design of this study was a quasi- Experiment which had two groups pre-test and post-test treatment, the population was mothers who underwent normal birthing at PMB Suisiyati, S-Tr, Keb Samarinda. The sampling technique was consecutive sampling with a total 30 samples.

Results : the results of this study showed that there was a significant effect on the pain scale of music therapy and lavender aroma on the decrease pain scale in the first stage of active phase with the result (p -value = 0,048) with a value of $\alpha=0,05$.

Conclusion : music therapy and lavender aroma had capability to reduce the scale of maternal pain during the active phase of birthing.

Keywords : music therapy and lavender aroma, active phase of the first stage

PENDAHULUAN

Rasa nyeri persalinan ini terjadi karena adanya refleks fisik dan respon psikis dari ibu. Perasaan cemas yang dialami ibu dapat memperberat persepsi nyeri selama persalinan, rasa cemas dan panik yang dialami ibu dapat mengakibatkan respon fisiologis yang berimplikasi pada kurangnya kemampuan rahim untuk berkontraksi sehingga memperpanjang waktu persalinan. Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang berakibat pada pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Kondisi ini dapat mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi utero plasenta, serta menimbulkan iskemia uterus yang membuat nyeri semakin berat, dampak dari nyeri yang semakin berat adalah dapat menyebabkan rahim berkurang kemampuan berkontraksi sehingga dapat memperpanjang waktu persalinan pada ibu (Handayani, Fajar, Asih, & Rohmah, 2014).

Peranganan nyeri persalinan dapat dilakukan melalui beberapa upaya secara farmakologis dapat diberikan analgetik dan anestesia, sedangkan penanganan nyeri secara non farmakologis dapat diberikan teknik relaksasi, hypnobirthing, akupunktur,

akupresur, *wather birth*, *massage*, musik dan *aromatherapy*. Untuk penanganan nyeri non farmakologis seperti teknik *hypnobirthing*, akupunktur, akupresur, *water birth* harus dilakukan oleh tenaga kesehatan yang terlatih karena untuk perasat tersebut memerlukan pelatihan khusus, sedangkan untuk pemberian musik dan aromaterapi hanya memerlukan bahan dan alat yang sesuai (Maryunani, 2010).

Musik adalah salah satu terapi non farmakologis yang menghasilkan perubahan status kesadaran melalui bunyi, kesunyian, ruang, dan waktu. Musik harus didengarkan minimal 15 menit agar dapat memberikan efek terapeutik. Dikeadaan perawatan akut, mendengarkan musik dapat memberikan hasil yang sangat efektif dalam upaya mengurangi nyeri (Potter dan Pery, 2006). Mendengarkan musik dapat memproduksi zat endorfin yang memiliki efek relaksasi pada tubuh (Potter dan Pery, 2006). Jenis musik yang bisa digunakan untuk terapi adalah yang memiliki tempo 60-80 ketukan per menit. Tempo ini akan sangat bersinergi dengan alat musik yang digunakan untuk menimbulkan efek terapi. Pilihan lagu yang bisa digunakan sebagai intervensi juga sangat berpengaruh. Musik yang sejak awal sesuai dengan suasana hati individu, biasanya merupakan pilihan yang paling baik. (Novita, 2012).

Selain musik, aromaterapi juga memiliki efektivitas mengurangi nyeri. Mekanisme kerja aromaterapi didasarkan teori bahwa inhalasi atau penyerapan minyak esensial memicu perubahan dalam sistem limbik, bagian dari otak yang berhubungan dengan memori dan emosi. Hal ini merangsang respon fisiologis saraf, endokrin atau sistem kekebalan tubuh, yang mempengaruhi denyut jantung, tekanan darah, pemafasan, aktifitas gelombang otak dan pelepasan berbagai hormon diseluruh tubuh. Efeknya pada otak dapat menjadikan terang atau merangsang sistem saraf, serta mungkin membantu dalam menormalkan sekresi hormon. Menghirup minyak esensial dapat meredakan gejala pemafasan (Hongratanawonakit, 2004). Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya bahwa aromaterapi lavender efektif mengurangi rasa nyeri yang timbul pada ibu post SC (Haniyah, 2018).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Praktek Mandiri Bidan (PMB) Susiyati S. Tr. Keb, dari data pengkajian nyeri yang dilakukan pada bulan Desember 2019 didapatkan bahwa dari total 10 persalinan 20% mengalami nyeri ringan 30% nyeri sedang dan 50% nyeri berat. Hal ini menunjukkan bahwa pengalihan rasa nyeri persalinan sangat diperlukan untuk mengurangi skala nyeri yang

dirasakan pada ibu bersalin sehingga dapat membantu meningkatkan kenyamanan ibu saat proses persalinan. Metode yang telah digunakan pada PMB Susiyati, S. Tr. Keb adalah metode mendengarkan muratal Al-Qur'an, dalam penggunaan metode ini masih ditemukan bahwa terdapat pasien yang tidak mengalami perubahan rasa nyeri sehingga masih kurang efektif jika digunakan.

Terdapat beberapa metode dalam upaya mengurangi rasa nyeri salah satunya adalah aromaterapi. Metode kombinasi ini belum pernah dilakukan di tempat ini, sehingga peneliti ingin melakukan penelitian yang bermanfaat sebagai terapi non farmakologi pada ibu bersalin sehingga dapat mendukung tingkat kenyamanan ibu dengan menggabungkan dua metode non farmakologis sebagai pengalihan rasa nyeri dalam menghadapi proses persalinan sehingga ibu dapat melalui proses tersebut dengan rasa nyaman. Berdasarkan referensi diatas, penulis ingin membuktikan "Pengaruh Kombinasi Pemberian Terapi Musik dan Aroma Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri Kala I Fase Aktif".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *Quasy Eksperimen* menggunakan pendekatan *two group pre-test*

and post-test design yang terdiri dari 2 kelompok intervensi yang berbeda. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non probability sampling* dengan metode *consecutive sampling* yaitu metode penentuan sampel dengan memilih semua individu yang ditemui dan memenuhi kriteria pemilihan (Kelana, 2011). Penelitian ini dilakukan dengan memberikan batasan waktu pengambilan sampel penelitian yaitu dari bulan Maret sampai bulan April 2020. Instrumen pengukuran tingkat nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Skala pengukuran ini memungkinkan pasien untuk memilih nyeri dari skala 0 sampai 10. Tingkat nyeri didapatkan melalui laporan langsung dari pasien dengan menyebutkan angka pada skala nyeri NRS. Hasil Pengukuran skala 0 mendeskripsikan sebagai tidak nyeri, skala 1 sampai 3 mendeskripsikan sebagai nyeri ringan, skala 4 sampai 6 mendeskripsikan sebagai nyeri sedang, dan skala 7 sampai 10 mendeskripsikan sebagai nyeri berat. (Smeltzer dan Bare, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Usia responden menunjukkan bahwa responden terbanyak berusia 25 – 30 tahun dengan jumlah 25 orang (83,3%), sedangkan

usia 20 – 25 tahun hanya 1 orang (3,3%) dan usia 30 – 35 tahun hanya 4 orang (13,3%). Dalam penelitian ini ditemukan bahwa usia responden dapat menjadi faktor yang mempengaruhi nyeri pada persalinan kala I. Kehamilan yang terjadi pada usia <20 tahun dan >35 tahun akan menimbulkan masalah (Anggarani, 2013).

Jenjang pendidikan responden terbanyak yaitu jenjang SMA dengan jumlah 12 orang (40%), sedangkan jenjang pendidikan paling sedikit yaitu Perguruan Tinggi sebanyak 2 orang (6,7%). Dalam penelitian Rinawati (2009) juga disebutkan pengetahuan yang rendah dapat mengakibatkan seseorang mudah mengalami kecemasan. Ketidaktahuan tentang suatu hal dianggap sebagai tekanan hal ini disebabkan karena kurangnya informasi yang diperoleh. Bila ibu telah memiliki pengetahuan mengenai hal tersebut, maka ibu akan lebih percaya diri menghadapi persalinan (Rinawati, 2009).

Paritas responden menunjukkan terbanyak dengan multigravida jumlah paritas 2-4 dengan jumlah 20 orang (66,7%), sedangkan jumlah paritas paling sedikit yaitu >4 sebanyak 4 orang (13,3 %). Persalinan pada ibu primipara akan mengalami proses lebih lama daripada proses persalinan ibu multipara sehingga primipara mengalami nyeri persalinan lebih lama pula. Hal tersebut

dapat menyebabkan primipara merasa lebih letih, persepsi nyeri meningkat dan rasa takut lebih parah yang dapat meningkatkan intensitas nyeri. (Widyastuti, 2013).

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ibu persalinan kala I mengalami tingkat nyeri yang berbeda-beda yang disebabkan oleh aktifitas sistem saraf simpatis generalisata dan sekaligus mengaktifkan pengeluaran hormon adrenalin. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, pendidikan dan paritas.

Hasil analisa skala nyeri post test pada kelompok kontrol paling rendah 2 dan paling tinggi 8 dan uji statistik pada skor tingkat nyeri sebelum dan sesudah pengamatan pada responden kelompok kontrol menunjukkan terdapat perbedaan tingkat nyeri antara sebelum dan sesudah pengamatan pada kelompok kontrol dengan nilai $p=0,001$ atau ($\alpha<0,05$). Dalam proses pengamatan, responden diberikan musik sesuai keinginannya selama kurang lebih 20 menit. Selain itu, responden juga diberikan sedikit penjelasan tentang musik yang diberikan sehingga responden dapat mengerti dengan apa yang dilakukan peneliti. Selama penjelasan tersebut, responden beberapa kali menceritakan hal-hal terkait persalinannya sehingga responden merasa terdampingi oleh peneliti.

Peneliti memberikan kebebasan kepada responden untuk mendengarkan musik yang responden inginkan dan hampir seluruh responden meminta murottal Al-Qur'an. Hal tersebut menjadi salah satu faktor yang menurunkan skor tingkat nyeri responden kelompok kontrol, sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyawati mengenai musik murottal yang memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya. (Yuliani, 2018)

Selain musik murattal Al-Qur'an, responden yang beragama kristen lebih memilih lagu-lagu rohani kristen sebagai musik terapi pilihan. Lagu-lagu rohani kristen memiliki makna yang kuat mengenai kedekatan Tuhan dengan penciptanya. Menurut penelitian pada umumnya masyarakat Indonesia merupakan masyarakat yang religius sehingga musik yang didengarkan memiliki kekuatan dan pengharapan kepada Tuhan untuk meminta kesembuhan, perlindungan, dan keselamatan melalui berdoa sehingga responden merasa lebih tenang dan rileks. (Rahmayati, 2017)

Hasil penelitian ini dapat dianalisa bahwa kelompok kontrol mengalami penurunan tingkat nyeri yang disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya pemberian terapi musik. Musik yang diberikan adalah sesuai keinginan responden sehingga responden

merasa lebih tenang dan rileks dalam menjalani proses persalinan kala I Fase Aktif.

Intervensi pada penelitian ini menggunakan musik dan aromaterapi lavender yang diberikan kepada ibu persalinan Kala I Fase Aktif. Hasil skala nyeri post test pada kelompok intervensi paling rendah 1 dan paling tinggi 6 dan uji statistik pada skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian musik dan aromaterapi lavender pada responden kelompok intervensi menunjukkan terdapat perbedaan tingkat nyeri bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan musik dan aromaterapi lavender pada kelompok intervensi dengan (nilai $p=0,000$) atau ($\alpha<0,05$). Hal tersebut juga menunjukkan terdapat hasil angka signifikansi lebih rendah pada hasil uji statistik kelompok intervensi. Terapi tersebut dapat menurunkan ketegangan saraf seperti yang telah dilakukan Ahmadd Khaidi direktur utama *Islamic Medicine Institute for Education and Research* di Florida, Amerika Serikat dalam konferensi tahunan ke XVII Ikatan Dokter Amerika. (Rohmi, 2014)

Surat Al-Qur'an yang diperdengarkan pada penelitian ini adalah Surah Ar-Ra'du ayat 28, Surah Al-Baqarah ayat 289, Surah Asy Syu'ara ayat 80 dan Surah – Suah pendek Juz 30. Surat yang diperdengarkan dalam penelitian ini berisi tentang permohonan

kepada Allah SWT untuk menentramkan hati dan meminimalisir rasa sakit yang diderita, sehingga responden tidak hanya mendapatkan ketenangan hati, tetapi sekaligus berdo'a kepada Allah SWT demi kelancaran proses persalinannya.

Terapi bacaan Al Qur'an terbukti mengaktifkan sel-sel tubuh dengan mengubah getaran suara menjadi gelombang yang ditangkap oleh tubuh, menurunkan stimuli reseptor nyeri dan otak terangsang mengeluarkan analgesik opioid natural endogen. Opioid ini bersifat permanen untuk memblokir *nociceptor* nyeri. Bacaan Al Qur'an juga memberikan efek distraksi dan relaksasi pada pasien nyeri persalinan kala I fase aktif sebagaimana terapi musik. (Rohmi, 2014)

Relaksasi dapat meningkatkan kesehatan secara umum dengan memperlancar proses metabolisme tubuh, menurunkan tingkat agresifitas dan perilaku-perilaku buruk dari dampak stress, meningkatkan rasa harga diri dan keyakinan diri, pola pikir menjadi lebih matang, mempermudah dalam mengendalikan diri, mengurangi stress secara keseluruhan, dan meningkatkan kesejahteraan. Respon relaksasi ini yang membuat ibu persalinan kala I mengalami penurunan skor tingkat nyeri

sehingga mempercepat proses persalinan (Riana, 2015).

Dari hasil penelitian menunjukkan rata-rata skala nyeri kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada pengukuran selisih pre dan post test didapatkan nilai signifikansi 0,048 ($\alpha < 0,05$), dengan nilai rata-rata kelompok kontrol 4,46 dan kelompok intervensi 3,13 didapatkan perbedaan rata-rata sebesar 1,33. Maka didapatkan terdapat pengaruh skala nyeri yang bermakna antara kelompok kontrol dan intervensi dimana kelompok intervensi memiliki rata-rata yang lebih rendah daripada kelompok kontrol.

Terapi musik yang diberikan memberi rangsangan pada korteks auditorius yang menstimulasi otak dan membangkitkan gelombang otak alfa sehingga dapat mereleksi (Djohan 2009). Terapi musik yang dipilih pada kelompok intervensi, responden beragama islam semua memilih Murottal ayat suci Al-Qur'an dan responden beragama kristen memilih musik gereja. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Faridah tahun 2017 bahwa terapi Murottal Al-Qur'an dengan keteraturan bacaannya yang benar juga merupakan sebuah musik Al-Qur'an yang mampu mendatangkan ketenangan bagi orang yang mendengarnya. Kondisi seorang ibu yang dalam proses persalinan adalah sebuah kondisi yang sangat

membutuhkan banyak suport dan sugesti, termasuk realitas kesadaran terhadap adanya Tuhan Yang Maha Esa. Terapi Murottal Al-Qur'an membantu ibu bersalin mengalihkan rasa nyeri dan meningkatkan totalitas kepasrahan kepada Allah SWT. Keadaan ini menyebabkan otak berada pada gelombang alpha, merupakan keadaan energi otak pada frekuensi 7-14 Hz, disini otak berespon menyinkronkan stres dan kecemasan. Sehingga ibu bersalin yang menjadi responden peneliti terlihat lebih rileks dan tenang dalam menghadapi nyeri persalinan yang dirasakannya dan saat dilakukan pengukuran skala nyeri sebagian besar mengatakan nyeri berkurang. Dari hasil penelitian ditemukan rerata skala nyeri sebelum diberi terapi 8,307 dan rerata setelah diberi terapi 6,615, penurunan skala nyeri dari sebelum dengan sesudah pemberian terapi Murottal adalah 1,693. Dari uji statistik didapat $p\text{-value} = 0,001$ menunjukkan ada pengaruh pemberian terapi Murottal Al-Qur'an terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan. (Faridah dkk, 2017). Didukung dengan hasil penelitian Putri tahun 2019 ditemukan bahwa terapi musik dapat mengurangi skala nyeri pada pasien kanker. Musik-musik yang berirama rohani bertujuan agar pasien merasa dekat dengan Tuhan sehingga hal tersebut mampu

mengurangi tingkat nyeri maupun stres yang dihadapi. (Putri, 2019)

Sedangkan aromaterapi yang diberikan memberi rangsangan pada korteks olfaktorius yang menstimulasi otak dan impuls mencapai sistem limbik sehingga mempengaruhi suasana hati (Sharma 2011). Minyak lavender dipilih karena mengandung linalil asetat dan linalool yang dapat meningkatkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks sehingga nyeri dapat berkurang. (Hale, 2008). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widayani menyatakan bahwa aromaterapi terdapat pengaruh untuk menurunkan intensitas nyeri. Aromaterapi lavender dihisap, zat aktif yang terdapat didalamnya akan merangsang hipotalamus (kelenjar hipofise) untuk mengeluarkan hormon *endorphin*. *Endorphin* diketahui sebagai zat yang menimbulkan rasa tenang, rileks, dan bahagia (Widayani, 2016).

Kedua terapi tersebut saling berkaitan dimana hasil yang didapatkan dari pemberian terapi tersebut dapat membuat seseorang menjadi rileks dan mempengaruhi suasana hati sehingga adanya pengaruh dan hal tersebut sejalan dengan penelitian terapi musik keroncong dan aromaterapi lavender terhadap

peningkatan kualitas tidur lansia dengan hasil dengan *p-value* 0,001. (Fefi, 2014)

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Innez (2017) yang menyebutkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna sebelum dan sesudah tindakan kombinasi Guided Imagery and Music (GIM) dan relaksasi autogenik terhadap nyeri cedera kepala dengan hasil *p-value* = 0,000, $\alpha < 0,05$. (Innez, 2017)

Peneliti menyimpulkan bahwa kelompok intervensi mengalami penurunan tingkat nyeri setelah diberikan musik dan aromaterapi lavender selama 20 menit. Penelitian ini juga menunjukkan terdapat perbedaan bermakna antara selisih tingkat nyeri kelompok intervensi dan kelompok kontrol dimana kelompok intervensi mengalami penurunan tingkat nyeri yang lebih baik daripada kelompok kontrol dengan hasil perbedaan rata-rata 1,33. Hal ini disebabkan musik dan aromaterapi lavender 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 musik dan aromaterapi lavender juga dapat memberikan efek relaksasi bagi saraf dan otot-otot yang tegang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan dan dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan beberapa hal dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Responden pada penelitian ini paling banyak berusia 25-30 tahun yaitu 83,3%, jenjang pendidikan terbanyak yaitu SMA dengan persentase 40%, dan paritas responden terbanyak yaitu 2-4 sebanyak 53,3%.
2. Terdapat perbedaan skala nyeri antara sebelum dan sesudah pemberian terapi musik pada kelompok kontrol dengan hasil paling rendah 2 dan paling tinggi 8. Rata-rata skala nyeri kelompok kontrol dengan analisis uji t berpasangan yaitu didapatkan nilai *significancy* 0,001 ($p < 0,05$).
3. Terdapat perbedaan skala nyeri bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan terapi musik serta aroma lavender pada kelompok intervensi dengan hasil paling rendah 1 dan paling tinggi 6. Rata-rata skala nyeri kelompok intervensi dengan analisis uji t berpasangan yaitu didapatkan nilai *significancy* 0,000 ($p < 0,05$).

4. Terdapat pengaruh skala nyeri yang bermakna pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi, dimana pada nilai rata-rata skor tingkat nyeri kelompok intervensi lebih rendah daripada kelompok kontrol yang berarti kelompok intervensi mengalami tingkat nyeri yang lebih baik daripada kelompok kontrol dengan hasil *p* value 0,048 dan hasil perbedaan rata-rata sebesar 1,33.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, saran yang dapat diajukan antara lain:

1. Bagi Pelayanan Kebidanan

Terapi musik dan aroma lavender pada ibu persalinan kala I diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi bidan dan tenaga kesehatan lain khususnya yang berada di pelayanan baik rumah sakit maupun tempat bersalin lainnya untuk mempromosikan manfaat pemberian musik dan aromaterapi lavender pada ibu persalinan kala I Fase Aktif. Dari hasil penelitian ini, terapi musik dan aroma dapat dimasukkan ke dalam intervensi sebagai salah satu cara yang diterapkan dalam menurunkan nyeri ibu persalinan kala I Fase Aktif.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dengan mempertimbangkan hasil penelitian ini disarankan kepada institusi pendidikan agar dapat digunakan sebagai bahan tambahan untuk memperkaya pengetahuan dan keperluan referensi ilmu kebidanan tentang terapi alternatif pada ibu persalinan kala I Fase Aktif dan pengaruhnya terhadap tingkat nyeri ibu persalinan terutama pada kala I Fase Aktif.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

- Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memasukkan perhitungan waktu seberapa lama pengaruh aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri pada ibu persalinan kala I Fase Aktif.
- Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan responden lebih besar dari penelitian ini, sehingga hasil yang didapat lebih akurat dan dapat dijadikan bahan referensi yang baku.

DAFTAR PUSTAKA

Djohan. (2009). *Psikologi Musik*. Yogyakarta: Best Publisher.

Faridah Bd, dkk. (2017). Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap

Penurunan Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Ruang Bersalin Rumah Sakit Umum Daerah Solok Selatan 2017.

Fefi. (2014). Pengaruh Terapi Musik Keroncong dan Aromaterapi Lavender Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lansia di Panti Wredha Dharma Bakti Kasih Surakarta.

Handayani, R., Fajar, S. D., Asih, D. R. T., & Rohmah, D. N. (2014). Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran Untuk Penurunan Nyeri Persalinan dan Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(2), 1-15.

Haniyah, S. (2018). The Effectiveness Of Lavender Aromatherapy Technique On Pain Reduction Of Post Caesarean Section Patients In Ajibarang Hospital. Universitas Jendral Soediman.

Hale, G. (2008) *Lavender – nature's aid to stress relief*. Available from URL: www.aromatherapy-stress-relief.com. [Accessed 22 November 2019].

Hongratanaworakit, Tapanee. (2004). Physiological effects in aromatherapy. *Songklanakarinn J. Sci. Technol.* Vol. 26 No. 1 Jun.-Feb. [pdf]. <http://web.ebscohost.com>. Diakses tanggal 17 Desember 2019.

- Inez. (2017). Kombinasi *Guided Imagery And Music* (Gim) Danrelaksasi Autogenik Terhadap Nyeri Pada Cedera Kepala.
- Kelana (2011), *Metodologi Penelitian Keperawatan : Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*, Jakarta, Trans InfoMedia
- Maryunani, Anik. (2010). *Ilmu Kesehatan Anak*, Jakarta : CV, Trans Info Media
- NK. Somoyani, NW Ammini, NLP Sri Erawati. (2013). Terapi Musik Klasik dan Musik Bali Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I fase Aktif. Poltekkes Denpasar.
- Novita, Dian. (2012). *Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Nyeri pada pasien pasca operasi Open Reduction and Internal Fixation (ORIF) di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung*.
- Potter, P.A, dan Perry, A.G. (2006) *Fundamental of Nursing: Concepts, Process and Practice*. Edisi 4. Volume 2. Alih bahasa: Renata, K et al. Jakarta: EGC.
- Putri LI. (2019). Pengaruh Terapi Musik dengan Masalah Nyeri terhadap Pasien Kanker. Literature Review Universitas Sriwijaya.
- Rahmayati, El. (2017). Perbedaan Pengaruh Terapi Psikoreligius dengan Terapi Musik Klasik terhadap Kecemasan Pasien Pre Operatif di RSUD dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung.
- Rohmi. (2014). Pengaruh terapi Murottal Al Qur'an terhadap Nyeri Persalinan dan Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif
- Riana Li, dkk. (2015). Pengaruh Teknik Pemberian Kompres Hangat Terhadap Perubahan Skala Nyeri Persalinan Pada Klien Primigravida. *Jurnal Health Quality*.
- Rinawati, S. (2009). Hubungan Antara Preeklampsia Dengan Persalinan Prematur di RSUD dr. Soesilo Kabupaten Tegal Universitas Muhammadiyah, Surakarta.
- Smeltzer, S.C. & Bare, B.G. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* Brunner & Suddarth, edisi 8. Jakarta : EGC.
- Susilarni, dkk. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin.
- Wasis. (2018). Minyak Esensial Lavender Dibandingkan Esensial Mawar Terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Remaja.

Widyaningrum W. (2016). Aromaterapi Lavender

Dapat Menurunkan Intensitas Nyeri

Perineum pada Ibu Post Partum.

Widyastuti, Yuli. (2013). Efektivitas

aromaterapi lavender dalam

menurunkan nyeri dan kecemasan pada

pasien pre operasi fraktur femur di RS

Ortopedi PROF. DR.R Soeharso

Surakarta. Prosiding Konferensi

Nasional PPNI Jawa Tengah.

Yuliani DR. (2018). Terapi Murottal Sebagai

Upaya Menurunkan Kecemasan Dan

Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Dengan

Preeklampsia: Literature Review

dilengkapi Studi Kasus. Poltekdes

Kemenke Semarang.

