

Literature review

AROMATERAPI BITTER ORANGE (*Citrus Aurantium*) MENURUNKAN NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF

Yadul Ulya¹, Siskha Maya Herlina², Yopi Suryati Pratiwi³

^{1,2,3} STIKes Yarsi Mataram, Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Jl. TGH. Muh. Rais Lingkar Selatan Mataram

Article Info

Article History:

Diterima pada tanggal 25
Maret 2021

Key words:

Aromaterapi, Bitter
Orange (*Citrus
Aurantium*), Nyeri
Persalinan, Kala I

Abstract

Labor is a series of physiological and psychological processes that can cause labor pain, anxiety and fatigue. One of the non-pharmacological therapies to reduce labor pain is aromatherapy. Aromatherapy is a non-pharmacological therapy that uses pure essential oils. Aromatherapy Bitter Orange is a non-pharmacological therapy to reduce or relieve pain in mothers who give birth during the first period. Citrus Aurantium or better known as Bitter Orange (bitter orange) contains limonene, linalool, linalyl acetate, geranyl acetate, geraniol, nerol, and neryl acetate. This oil has a reactive, anti-septic, anti-spasmodic and mild sedative effect. Limonene found in bitter orange (Citrus Aurantium) oil controls cyclooxygenase I and II, prevents prostaglandin activity and reduces pain. Based on several studies, it can be concluded that bitter orange (Citrus Aurantium) aromatherapy can reduce labor pain during the 1st stage of the active phase.

Abstrak

Persalinan merupakan rangkaian proses fisiologis dan psikologis yang dapat mengakibatkan nyeri persalinan, kecemasan dan kelelahan. Salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu dengan aromaterapi. Aromaterapi adalah terapi nonfarmakologi yang menggunakan minyak sari murni. Aromaterapi bitter orange merupakan sebuah terapi non farmakologi untuk mengurangi atau meringankan rasa sakit pada ibu yang melahirkan kala I. Citrus Aurantium atau yang lebih dikenal dengan Bitter Orange (jeruk pahit) memiliki kandungan limonene, linalool, linalyl asetat, geranyl asetat, geraniol, nerol, dan neryl acetate. Minyak ini memiliki efek menjadi repressive, anti-septik, anti- spasmodik dan obat penenang ringan. Limonene di temukan di bitter orange (Citrus Aurantium) minyak mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktifitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit. Berdasarkan beberapa penelitian dapat disimpulkan bahwa aromaterapi bitter orange (Citrus Aurantium) dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif.

Corresponding author: Yadul Ulya
yadul.ulya90@yahoo.com

Journal Of Fundus, Vol 1 No 1, Bulan Mei dan tahun 2021

e-ISSN: Jurnal of Fundus, Vol 1 No 1, Bulan Mei dan 2021

page

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan rangkaian proses fisiologis dan psikologis yang dapat mengakibatkan nyeri persalinan, kecemasan dan kelelahan (Tzeng, 2017). Pada kebanyakan ibu, persalinan dimulai dari kontraksi uterus pertama sampai dengan dilatasi servik lengkap. Dan berakhir dengan ketika wanita dan keluarganya memulai proses ikatan dengan bayi. Tahap pertama persalinan yaitu dimulai dengan kontraksi uterus sampai dilatasi serviks lengkap (Bobak, 2004). Tahap persalinan terdiri dari dua fase yaitu fase laten dan fase aktif. Dimana masalah yang sering timbul ketika persalinan adalah nyeri. Selama fase aktif dilatasi serviks dan penurunan presentasi berlangsung lebih cepat, yaitu dimulai dari awal persalinan aktif dan maju ke fase transisi 4-7 cm (Reeder, 2011).

Rasa sakit dan nyeri pada persalinan pada dasarnya di sebabkan karena kontraksi kuat selama menjelang persalinan dan hal tersebut merupakan hal yang dia alami. Setiap wanita mempunyai rasa nyeri yang berbeda-beda. Rasa nyeri dapat terjadi karena adanya faktor fisik atau fisiologi yang lain atau bisa juga yang muncul karena emosi atau perasaan. Hal ini laen adanya faktor sugesti negative yang termasuk dalam pikiran alam bawah sadar, yang mana pikiran bawah sadar tidak bisa membedakan antara kenyataan dan imajinasi. Ketegangan dan ketakutan yang di rasa oleh ibu menyebabkan rasa nyeri pada persalinan, sehingga memperlambat proses persalinan (Mustika, 2012).

Dalam persalinan ada kontraksi rahim yang menimbulkan rasa nyeri pada persalinan, merkipun nyeri termasuk proses fisiologi, nyeri persalinan bila tidak segera diatasi akan menimbulkan dampak yang negatif pada ibu dan bayinya (Usatama, 2013). Nyeri persalinan merupakan respon stimulasi persyarafan yang disebabkan oleh adanya kontraksi uterus dan kerusakan jaringan selama persalinan serta kelahiran

melalui vagina. Persepsi tentang nyeri bervariasi tergantung masing-masing individu, dan intensitas nyeri atau toleransi nyeri selama persalinan mempengaruhi kondisi psikologis ibu (Kumalasari, 2012).

Nyeri persalinan dapat menimbulkan stres yang menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid. Hormon ini dapat menyebabkan terjadinya ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah. Hal ini dapat menurunkan kontraksi uterus, pengurangan aliran darah dan oksigen ke uterus serta timbulnya iskemia uterus yang membuat implus nyeri bertambah banyak (Sumarah, 2009).

Salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan yaitu dengan aromaterapi. Aromaterapi adalah terapi nonfarmakologi yang menggunakan minyak sari murni. Aromaterapi bitter orange merupakan sebuah terapi non farmakologi untuk mengurangi atau meringankan rasa sakit pada ibu yang melahirkan kala I (Kumalasari, 2012).

Manajemen nyeri secara non-farmakologi saat ini sedang mendapat perhatian besar karena memiliki kelebihan dibandingkan farmakologi. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa non-farmakologi lebih unggul dalam mengurangi nyeri karena murah, mudah, tidak invasive, meningkatkan kepercayaan diri serta adanya keterlibatan pasien dalam pemberian asuhan (Mety, 2020).

Aromaterapi adalah pengobatan atau pencegahan penyakit dengan menggunakan minyak *esensial*. penggunaan lain disebut termasuk nyeri dan pengurangan kecemasan, peningkatan energi dan memori jangka pendek, relaksasi, pencegahan rambur rontok dan menguragi gatal - gatal yang di *induksi*. Dua mekanisme dasar ditawarkan untuk menjelaskan efek yang di klaim. Salah satunya adalah pengaruh aromaterapi pada otak, terutama sistem limbik melalui sistem penciuman, Yang lainnya adalah efek

farmakologis langsung dari minyak *esensial*. Sementara pengetahuan yang tepat tentang sinergi yang tepat antara tubuh dan minyak aromatik sering diklaim oleh aroma terapis, tetapi membantu tubuh untuk menemukan cara alami untuk meningkatkan respon imun (Nagare, 2016).

Berdasarkan latar belakang di atas penyusun tertarik untuk membuat iterature review dengan judul "Aromaterapi Bitter Orange (*Citrus Aurantium*) Menurunkan Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif"

METODE

Studi ini merupakan suatu tinjauan literatur (*literature review*) yang mencoba menggali aromaterapi bitter

orange (*Citrus Aurantium*) menurunkan nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Sumber untuk melakukan tinjauan literatur ini meliputi studi pencarian sistematis data base terkomputerisasi (Pubmed, Pro Quest, dan google cendekia) bentuk jurnal penelitian. Penulisan artikel ini menggunakan penulisan daftar pustaka Vancouver.

HASIL

Beberapa penelitian menunjukkan aromaterapi bitter orange (*Citrus Aurantium*) menurunkan nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Hal tersebut dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Penelitian dari Tinjauan Literatur

No	Peneliti	Metode	Hasil Penelitian
1.	Wiji Astuti, Heni Setyowati Esti Rahayu, Kartika Wijayanti	Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuasi eksperimen menggunakan two grouppretest-posttest control design	Terdapat perbedaan aromaterapi bitter orange untuk mengurangi nyeri dan kecemasan ibu saat persalinan fase aktif I dengan rata-rata selisih nyeri 2,33 dan perbedaan kecemasan rata-rata 10,95 sebelum dan sesudah diberikan kelompok intervensi aromaterapi dengan nilai p = 0,000. Aromaterapi bitter orange dapat digunakan untuk mengurangi rasa sakit dan kecemasan ibu pada fase aktif.
2.	Nurhayati, Santi	Jenis Penelitian yang digunakan adalah Quasi Eksperimen dengan teknik pengambilan sampel Purposive Sampling. Menggunakan metode Pretest-Posttest tanpa kelompok control	Penelitian yang telah di lakukan terhadap 10 orang ibu bersalin Primifara Kala I Di BPM Bunda di ketahui ada pengaruh aromaterapi bitter orange Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I. berdasarkan hasil Uji Paired Simple T-Test di dapatkan nilai p=0,000 (p<0,005). Sehingga Ha di terima artinya ada pengaruh aromaterapi bitter orange Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I di BPM Bunda Kota Bukittinggi Tahun 2020. Setelah di lakukan penelitian maka dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh aromaterapi bitter orange Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I
3	Meti Patimah, Sri Wahyuni	Metode penelitian ini adalah studi literatur	Hasil studi mengungkapkan bahwa aromaterapi Lavender, Mawar, Melati, Citrus Aurantium dan

	Sundari	dengan mengkaji 14 artikel penelitian	Boswellia Carterii telah terbukti efektif untuk mengurangi nyeri pada persalinan yang dapat digunakan dalam berbagai metode seperti inhalasi, mandi, pijat dan rendam kaki. Penggunaan aromaterapi yang mudah dapat menjadi salah satu alternatif untuk mengurangi nyeri persalinan.
4	Masoumeh Namazi, Seddigheh Amir Ali Akbari, Faraz Mojab, Atefe Talebi, Hamid Alavi Majd and Sharareh Jannesari	Metode yang digunakan adalah randomized clinical trial and open label	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, tingkat keparahan nyeri sama untuk kedua kelompok, tetapi setelah intervensi, tingkat keparahan nyeri berkurang pada kelompok intervensi pada 3-4 sentimeter (P <0,05), 7-5 sentimeter (P <0,05), dan 8-10 sentimeter (P <0,05) dibandingkan dengan dilatasi pada kelompok kontrol. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa aromaterapi menggunakan air suling C. aurantium dapat meredakan nyeri persalinan.
5	Rafhani Rosyidah, Mohammad Hakimi, Shinta Prawitasari	Jenis penelitian yang digunakan adalah quasi experiment	Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata penurunan skor nyeri pada kelompok intervensi adalah 3,06 sedangkan rerata penurunan nyeri pada kelompok kontrol adalah 1,97. Kesimpulan dari penelitian ini adalah aromaterapi inhalasi neroli (Citrus Aurantium) dapat menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh aromaterapi bitter orange (*Citrus Aurantium*) untuk mengurangi nyeri persalinan pada kala 1 fase aktif. Menurut hasil penelitian Namazi (2014), pengalaman klinis yang menyatakan bahwa aromaterapi memberikan efek keharuman yang menguntungkan baik melalui metode inhalasi atau penghisapan atau dengan metode oles melalui kulit. Penghisapan harum aromaterapi melalui hidung dapat menyebabkan perubahan psikologis dan fisiologis manusia. Aromaterapi bitter orange (*Citrus Aurantium*) dapat meningkatkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang dapat membantu untuk menciptakan keadaan yang rileks (Maifrisco, 2008).

Aromaterapi merupakan terapi yang menggunakan minyak esensial atau sari minyak murni untuk membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan, membangkitkan semangat, menyegarkan serta menenangkan jiwa dan raga. Aromaterapi memiliki manfaat yang sangat beragam, mulai dari pertolongan pertama sampai membangkitkan rasa gembira (Koensoemardiyah, 2009). Sebuah studi mengungkapkan bahwa keuntungan dalam penggunaan aromaterapi secara psikologis dapat menurunkan tingkat nyeri dan kecemasan. Secara imunologi aromaterapi dapat meningkatkan limfosit pada pembuluh darah perifer, meningkatkan CD⁸ dan CD¹⁶ yang berperan dalam imunitas (Kuriyama, 2005).

Citrus Aurantium atau yang lebih dikenal dengan *Bitter Orange* (jeruk pahit) memiliki kandungan limonene, linalool, linalyl asetat, geranyl asetat, geraniol, nerol, dan neryl acetate. Kasa yang telah direndam dalam larutan 4ml esen citrus didekatkan pada pasien selama 30 menit efektif menurunkan nyeri persalinan (Namazi, 2014).

Minyak ini memiliki efek menjadi resorptif, anti-septik, anti-spasmodik dan obat penenang ringan. Limonene di temukan di

bitter orange (*Citrus Aurantium*) minyak mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktifitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit (Nurhayati, 2020).

Minyak esensial bitter orange (*Citrus Aurantium*) dapat bermanfaat untuk mengurangi nyeri persalinan. Bitter orange (*Citrus Aurantium*) mempunyai efek menenangkan. Aromaterapi bitter orange (*Citrus Aurantium*) dapat memberikan ketenangan, keseimbangan, rasa nyaman. Aromaterapi mempunyai molekul-molekul yang dilepaskan udara sebagai uap air. Ketika uap air mengandung komponen kimia tersebut dihirup kemudian diserap oleh tubuh melalui hidung dan paru-paru yang kemudian masuk ke aliran darah. Bersamaan saat dihirup uap air akan berjalan melalui sistem limbik otak yang bertugas bertanggung jawab dalam dalam sistem integrasi, belajar, ingatan, ekspresi perasaan, emosi dan rangsangan fisik. Minyak bitter orange (*Citrus Aurantium*) efektif dan bermanfaat pada bagian luar saat dihirup. Saat aroma bitter orange (*Citrus Aurantium*) ini dihirup, tubuh akan memberikan respon psikologis (Wiji, 2015).

KESIMPULAN

Berdasarkan beberapa penelitian dapat disimpulkan bahwa aromaterapi bitter orange (*Citrus Aurantium*) dapat menurunkan nyeri persalinan kala 1 fase aktif. Hal ini disebabkan bitter orange (*Citrus Aurantium*) terdiri dari minyak esensial yang disebut dengan neroli yang memiliki efek menjadi resorptif, anti-septik, anti-spasmodik dan obat penenang ringan. Limonene di temukan di bitter orange, minyak yang mengontrol siklooksigenase I dan II, mencegah aktifitas prostaglandin dan mengurangi rasa sakit.

REFERENSI

Bobak, Lowdermik, & Jensen. (2004). Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Edisi 4. Jakarta : EGC.

Koensoemardiyah. (2009). Aromaterapi untuk Kesehatan, Kebugaran, dan kecantikan. Yogyakarta: ANDI.

Kumalasari, E.P. (2012). Studi Tentang Manfaat Aromaterapi (Aroma Lavender) Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Ibu Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Di Bidan Praktek Swasta Wilayah Kerja Puskesmas Ngletih Kecamatan Pesantren. Penelitian. Kediri: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Mitra Husada.

Kuriyama, H., Watanabe, S., Nakaya, T., Kita, M. (2005). Immunological and Psychological Benefits of Aromatherapy Massage. Oxford Journals page 1 of 6 Published by Oxford University Press.

M. Namazi, S. A. Ali Akbari, F. Mojab, A. Talebi, H. A. Majd, and S. Jannesari. (2014). "Effects of citrus Aurantium (bitter orange) on the severity of first-stage labor pain," Iran. J. Pharm. Res., vol. 13, no. 3, pp. 1011–1018, 2014.

Maifrisco, O. (2008). Pengaruh Aromaterapi Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa. Available From URL: www.indoskripsi.com.

Mety, P., Sri, SW. (2020). Aromaterapi untuk mengurangi nyeri persalinan. Proceeding Book Health National Conference "Stunting Dan 8000 Hari Pertama Kehidupan" 04 Maret 2020 | Golden Palace Hotel Mataram, Indonesia Website: <http://hnc.ummat.ac.id/>

Mustika, N. (2012). Pengaruh Metode Relaksasi Terhadap Pengurangan Rasa Sakit Selama Persalinan. (Online), ([Http://nonanda631.blogspot.com/2012/11/pengaruh-metode-relaksasi-terhadap.html](http://nonanda631.blogspot.com/2012/11/pengaruh-metode-relaksasi-terhadap.html)).

Nagare, dkk. (2016). Aromatherapy; Art or science. International Jurnal Of Biomedical Reseach.

Nurhayati, Santi. (2020). Pengaruh Aromaterapi *Bitter Orange* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. Maternal Child Health Care Journal. Volume 2. No.3 (November, 2020).

Rafhani, R., Mohammad, H., Shinta, P. (2015). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Inhalasi Neroli (*Citrus Aurantium*) Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. Tesis S2 Ilmu Kedokteran Klinik. Perpustakaan Universitas Gadjah Mada.

Reeder, Martin Griffin, K. (2011). Keperawatan Maternitas, Jakarta.

Sumarah. (2009). Perawatan Ibu Bersalin (Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin), Yogyakarta : Fitramaya.

Usatama, I.P. (2013). Pengaruh Pijat Aromaterapi Terhadap Skala Nyeri Klien Inpartu Kala 1 Fase Aktif Di BPS Bunda Bukit Tinggi Tahun 2013.

Wiji, A., Heni, SER., Kartika, W. (2015). Pengaruh Aromaterapi Bitter Orange Terhadap Nyeri Dan Kecemasan Fase Aktif Kala 1. The 2nd University Research Colloquium 2015. ISSN 2407-9189

Y. L. Tzeng, Y. L. Yang, P. C. Kuo, Y. C. Lin, and S. L. Chen. (2017). "Pain, anxiety, and fatigue during labor: A prospective, repeated measures study," J. Nurs. Res., vol. 25, no. 1, pp. 59–67, 2017.