



Asuhan Kebidanan Berkesinambungan pada Ny. T dengan Pemberian Aromaterapi Lavender untuk Mengurangi Nyeri Persalinan di Praktik Mandiri Bidan Hj. Zurrahmi

Cindy Eka Prastika

IKES Payung Negeri Pekanbaru

Desi Nindya Kirana

IKES Payung Negeri Pekanbaru

Alamat: Jl. Tamtama No.6, Labuh Baru Tim., Kec. Payung Sekaki, Kota Pekanbaru, Riau
28112

Korespondensi penulis: cindyekaprastika611@gmail.com

Abstract. Labor pain is a physiological problem experienced by 85-90% of mothers worldwide. In Pekanbaru, 68% of births require pain management. This Evidence-Based Practice (EBP)-based study aims to analyze the effectiveness of lavender aromatherapy in reducing labor pain integrated in the Continuity of Care (COC) model. This case study was conducted on Mrs. T, a 19-year-old primigravida, at the Independent Practice of Midwife Hj. Zurrahmi. Lavender aromatherapy interventions were administered through a diffuser during period I labor, and pain levels were measured using the Visual Analog Scale (VAS) before and after treatment. The results showed a consistent decrease in the pain scale. For example, in the active phase with a 6 cm cervical opening, the pain scale drops from 7 to 5. In the transition phase, the pain scale drops from 9 to 8 after the intervention. Aromatherapy was administered 11 times during the delivery process. The continuous obstetric care provided includes pregnancy, childbirth, postpartum period, newborns, and family planning, all of which run without complications. Delivery takes place spontaneously, the baby is born healthy (BB 3600 grams, APGAR 8/9), and the mother chooses injectable contraception at 3 months. In conclusion, the application of lavender aromatherapy within the framework of COC has been shown to be effective in lowering labor pain, increasing comfort, and supporting a positive childbirth experience.

Keywords: Continuous Midwifery Care, Lavender Aromatherapy, Evidence-Based Practice, Labor Pain.

Abstrak. Nyeri persalinan merupakan masalah fisiologis yang dialami oleh 85-90% ibu bersalin di seluruh dunia. Di Pekanbaru, 68% persalinan memerlukan manajemen nyeri. Penelitian berbasis *Evidence-Based Practice* (EBP) ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas aromaterapi lavender dalam mengurangi nyeri persalinan yang diintegrasikan dalam model *Continuity of Care* (COC). Studi kasus ini dilakukan pada Ny. T, seorang primigravida berusia 19 tahun, di Praktik Mandiri Bidan Hj. Zurrahmi. Intervensi aromaterapi lavender diberikan melalui *diffuser* selama persalinan kala I, dan tingkat nyeri diukur menggunakan *Visual Analog Scale* (VAS) sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil menunjukkan penurunan skala nyeri yang konsisten. Sebagai contoh, pada fase aktif dengan pembukaan serviks 6 cm, skala nyeri turun dari 7 menjadi 5. Pada fase transisi, skala nyeri turun dari 9 menjadi 8 setelah intervensi. Pemberian aromaterapi dilakukan sebanyak 11 kali selama proses persalinan. Asuhan kebidanan berkesinambungan yang diberikan meliputi masa kehamilan, persalinan, nifas, bayi baru lahir, hingga keluarga berencana, seluruhnya berjalan tanpa komplikasi. Persalinan berlangsung spontan, bayi lahir sehat (BB 3600 gram, APGAR 8/9), dan ibu memilih kontrasepsi suntik 3 bulan. Kesimpulannya, penerapan aromaterapi lavender dalam kerangka COC terbukti efektif menurunkan nyeri persalinan, meningkatkan kenyamanan, dan mendukung pengalaman persalinan yang positif.

Kata kunci: Asuhan Kebidanan Berkesinambungan, Aromaterapi Lavender, *Evidence-Based Practice*, Nyeri Persalinan.

LATAR BELAKANG

Persalinan dan kelahiran normal adalah proses pengeluaran janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung dalam 18 jam, tanpa komplikasi pada ibu maupun janin (Prajayanti, 2023). Menurut Prawirohardjo (2023), rasa sakit saat melahirkan muncul sebagai reaksi terhadap kontraksi rahim, peregangan serviks, dan tekanan pada struktur panggul selama proses pengeluaran janin. Tingkat nyeri saat persalinan umumnya meningkat seiring dengan kemajuan pembukaan serviks dan terjadi dalam pola berirama yang mengikuti kontraksi rahim (Manuaba, 2022). Rasa sakit persalinan merupakan salah satu keluhan utama yang dialami sebagian besar wanita hamil saat melahirkan, dan seringkali dapat mempengaruhi pengalaman kenyamanan dan kelahiran (Prajayanti, 2023).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2020, proses persalinan tanpa rasa nyeri hanya terjadi pada sekitar 10 - 15 % kasus. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu yang menjalani proses persalinan mengalami rasa nyeri, dengan prevalensi berkisar antara 85 - 90%. Oleh karena itu, pemahaman mengenai nyeri persalinan serta penanganannya menjadi hal yang sangat penting untuk diperhatikan (World Health Organization, 2020).

Di Indonesia, sekitar 90% wanita yang melahirkan mengalami nyeri saat persalinan, dengan 7-14% di antaranya mengalami nyeri yang parah yang dapat mengganggu proses persalinan (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Dari total 86.542 persalinan, sekitar 75% ibu melaporkan mengalami nyeri dengan tingkat sedang hingga berat selama proses melahirkan (Dinkes Provinsi Riau, 2023).

Selain memiliki situasi atau kondisi tersendiri, penanganan nyeri persalinan masih menjadi tantangan tersendiri dengan minimnya akses terhadap metode farmakologis (Husna & Fitria, 2022). Dalam banyak kasus, pengelolaan nyeri persalinan yang kurang tepat atau kurang efektif dapat memperburuk kondisi ibu dan bahkan berisiko pada kesejahteraan janin. Meski ada berbagai metode untuk mengurangi nyeri, seperti obat-obatan, epidural, atau pendekatan (Nisak et al, 2023).

Dalam upaya mengatasi nyeri persalinan, banyak ibu hamil yang mencari alternatif non-farmakologis yang lebih aman dan alami, salah satunya adalah aromaterapi. Aromaterapi lavender, khususnya, telah dikenal luas karena sifat relaksasinya yang dapat membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan kenyamanan. Aroma lavender

dapat memengaruhi sistem saraf otonom, yang berperan dalam mengatur respons tubuh terhadap stres dan nyeri. Dengan merangsang reseptor penciuman, aroma lavender dapat memicu pelepasan neurotransmitter yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami, sehingga mengurangi persepsi nyeri selama persalinan (Andriani, 2022).

Penelitian (Sari, Winarni, & Hadi, 2022) menunjukkan aromaterapi lavender dengan diffuser mampu menurunkan skor nyeri, dengan efektifitas lebih signifikan pada primipara (35%) dibandingkan multipara (23%). Hasil penelitian (Fitri & Wahyuni, 2022) menunjukkan bahwa aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida, sehingga dapat direkomendasikan sebagai salah satu metode non-farmakologis untuk manajemen nyeri persalinan.

Asuhan Kebidanan Berkesinambungan atau Continuity of Care (COC) adalah model pelayanan kebidanan yang menekankan pentingnya kesinambungan perawatan oleh bidan yang sama atau tim bidan yang konsisten selama masa kehamilan, persalinan, dan nifas (Kemenkes RI, 2022). Dalam model COC, seorang bidan bertanggung jawab untuk memberikan perawatan secara menyeluruh mulai dari kehamilan, persalinan, nifas, hingga perawatan bayi baru lahir dan keluarga berencana dengan pendekatan yang berfokus pada keluarga (Sofiana & Mawarti, 2021). Implementasi COC terbukti dapat mengurangi tingkat kecemasan ibu selama kehamilan dan persalinan, karena ibu merasa lebih siap dan percaya diri dalam menghadapi proses persalinan dengan dukungan bidan yang sudah dikenal (Husna & Prasetya, 2021).

Studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara dengan enam ibu yang melahirkan di Praktik Mandiri Bidan Hj. Zurrahmi, 4 diantaranya mengungkapkan bahwa mereka tidak dapat menahan nyeri yang dirasakan. Dalam wawancara dengan bidan, menyatakan bahwa pemberian aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri saat persalinan belum pernah diterapkan di Praktik Mandiri Bidan Hj. Zurrahmi. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan Asuhan Kebidanan Berkesinambungan Pada Ny. T Dengan Pemberian Aroma Terapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan di Praktik Mandiri Bidan Hj. Zurrahmi.

KAJIAN TEORITIS

Kehamilan

Kehamilan adalah suatu proses yang dimulai dari konsepsi hingga lahirnya janin. Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan di definisikan sebagai

fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum yang di lanjutkan dengan nidasi atau implantasi (Manuaba, 2022). Pemeriksaan kehamilan atau antenatal care (ANC) bertujuan untuk memantau kesehatan ibu dan janin. Standar minimal kunjungan ANC adalah 4 kali (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Persalinan

Persalinan adalah proses pengeluaran hasil konsepsi (janin dan plasenta) yang telah cukup bulan atau dapat hidup diluar kandungan melalui jalan lahir atau melalui jalan lain dengan bantuan atau tanpa bantuan (Manuaba, 2022). Asuhan persalinan normal menggunakan pendekatan 60 langkah APN (Asuhan Persalinan Normal) yang meliputi Persiapan persalinan, Mengenali tanda-tanda persalinan, Persiapan pertolongan persalinan, Menolong kelahiran bayi, Penatalaksanaan kala III, dan Penatalaksanaan kala IV.

Bayi Baru Lahir

Bayi baru lahir (Neonatus) adalah bayi yang baru lahir dari usia 0 hingga 28 hari. Neonatus dibagi menjadi neonatus dini (0-7 hari) dan neonatus lanjut (8-28 hari) (Soetjiningsih, 2023). Bayi baru lahir normal adalah bayi dengan umur kehamilan 37-42 minggu dengan berat badan 2500-4000 gram (Manuaba, 2022). Asuhan bayi baru lahir dilakukan dalam 2 tahap. Pertama, Asuhan segera, meliputi Penilaian awal, Pencegahan hipotermia, Pembersihan jalan napas, Pemotongan dan perawatan tali pusat, dan Inisiasi menyusui dini (IMD). Kedua Asuhan lanjutan, meliputi Pemberian vitamin K, Pemberian salep mata, Imunisasi Hepatitis B, Pemantauan tanda-tanda vital, dan Edukasi perawatan bayi.

Nifas

Masa nifas (Puerperium) adalah masa setelah partus selesai dan berakhir sekitar kira-kira 6 minggu. Masa nifas dimulai setelah kehahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelumnya (Manuaba, 2022). Asuhan masa nifas dilakukan dengan Kunjungan nifas minimal 4 kali dan Pemeriksaan masa nifas yang meliputi Pemeriksaan tanda-tanda vital, Pemeriksaan payudara dan laktasi, Pemeriksaan involusi uterus, Pemeriksaan lochea, Pemeriksaan luka perineum, dan Pemeriksaan ekstremitas bawah.

Keluarga Berencana

Keluarga Berencana (KB) adalah upaya untuk mengatur kelahiran anak, jarak dan usia ideal melahirkan, mengatur kehamilan, melalui promosi, perlindungan, dan bantuan

sesuai hak reproduksi untuk mewujudkan keluarga yang berkualitas (UU No. 52 Tahun 2009). Program KB bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan ibu dan anak dalam rangka mewujudkan keluarga kecil bahagia dan sejahtera (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, 2022). Beberapa Metode kontrasepsi yaitu Metode kontrasepsi hormonal (Kontrasepsi oral, Kontrasepsi suntik, Kontrasepsi implant) dan Metode kontrasepsi non-hormonal (Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR/IUD), Kontrasepsi barrier, Kontrasepsi mantap, Konseling keluarga berencana).

State Of Art

State of the Art (SOTA) merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan tingkat pencapaian tertinggi dalam suatu bidang pada suatu waktu tertentu. Dalam konteks asuhan kebidanan, khususnya dalam upaya mengurangi rasa nyeri selama proses persalinan, SOTA mencakup berbagai pendekatan modern yang telah terbukti secara ilmiah memiliki efektivitas tinggi. Salah satu contohnya adalah penggunaan metode non-farmakologis seperti aromaterapi dengan minyak esensial lavender, yang telah banyak diterapkan di praktik klinis berdasarkan hasil riset terbaru.

Asuhan Kebidanan Dengan Pemberian Aroma terapi Lavender

Penanganan nyeri saat melahirkan dapat dilakukan dengan berbagai metode, baik farmakologis maupun non-farmakologis. Pengelolaan nyeri dengan pendekatan non-farmakologis salah satunya dapat dilakukan menggunakan aromaterapi lavender. Dengan menggunakan humidifier sebagai alat untuk mendistribusikan minyak esensial lavender, partikel aromaterapi dapat tersebar secara merata dan terus-menerus di udara, sehingga ibu bersalin dapat menghirup aroma lavender secara konsisten selama proses persalinan (Wulandari & Susanti, 2023).

Minyak esensial lavender mengandung linalool dan linalyl acetate yang memiliki efek analgesik, sedatif, dan relaksan otot, sehingga dapat membantu menurunkan intensitas nyeri serta memberikan efek menenangkan pada ibu bersalin (Andriani, 2022). Terapi ini tidak hanya efektif dalam mengurangi nyeri persalinan tetapi juga lebih aman dibandingkan metode farmakologis karena minim efek samping. Implementasi aromaterapi lavender dalam praktik kebidanan dapat menjadi solusi.

Keunggulan penggunaan humidifier sebagai alat untuk mendistribusikan aromaterapi lavender dibandingkan dengan metode lain seperti inhalasi langsung atau kompres terletak pada kemampuannya untuk memberikan paparan aroma secara

konsisten dan terus-menerus tanpa memerlukan intervensi berulang dari tenaga kesehatan. Hal ini memungkinkan bidan untuk tetap fokus pada tugas mereka dalam memberikan asuhan persalinan (Rahayu & Kumalasari, 2023). Selain itu, penggunaan humidifier juga berfungsi untuk menjaga kelembapan udara di ruang bersalin, yang dapat memberikan kenyamanan tambahan bagi ibu yang mengalami kekeringan di mulut dan tenggorokan akibat pernapasan cepat selama kontraksi (Purnamasari & Indriani, 2024).

Prosedur dan Dosis Pemberian Aroma terapi Lavender

Pemberian aromaterapi lavender dapat dimulai sejak fase laten persalinan. Pada fase ini, nyeri masih relatif ringan hingga sedang. Aromaterapi diberikan selama 15-20 menit dengan interval istirahat 60 menit. Diffuser diletakkan pada jarak 50-100 cm dari ibu bersalin. Metode ini efektif mengurangi kecemasan dan memberikan relaksasi pada awal proses persalinan (Rahmawati & Sari, 2021).

Pada fase ini, nyeri persalinan mulai meningkat intensitasnya. Aromaterapi lavender diberikan dengan durasi 20 menit per sesi dengan interval 30-45 menit. Penelitian di RSUD Pasar Rebo Jakarta menunjukkan penurunan skala nyeri rata-rata 2-3 poin pada skala NRS saat diberikan pada fase ini. Kombinasi dengan teknik pernapasan dalam meningkatkan efektivitasnya (Mulyani & Pratiwi, 2023).

Intensitas nyeri semakin meningkat pada fase ini. Studi di Puskesmas Sleman Yogyakarta menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender optimal dilakukan selama 20-30 menit dengan interval 15-20 menit antarsesi. Pada fase ini, konsentrasi minyak lavender dapat ditingkatkan menjadi 5-7 tetes per 200 ml air dalam diffuser untuk efek yang lebih optimal (Widiastuti & Kurniawati, 2022).

Beberapa studi di Indonesia menunjukkan efektivitas aromaterapi lavender yang menurun pada fase transisi. Namun, penelitian di RSUD Dr. Soetomo Surabaya menemukan bahwa pemberian aromaterapi lavender selama 10-15 menit dengan interval kontinyu masih memberikan efek menenangkan meskipun tidak signifikan dalam penurunan skala nyeri. Pada fase ini, aromaterapi lebih berfungsi sebagai pendukung metode manajemen nyeri lainnya (Purwandari & Hartati, 2024).

Analisis Sebab Akibat

Analisis sebab akibat dalam bentuk diagram Fishbone (Ishikawa) dapat membantu mengidentifikasi berbagai faktor yang berkontribusi terhadap masalah yang ingin dipecahkan, dalam hal ini, nyeri persalinan dan penerapan aromaterapi lavender dalam

asuhan kebidanan berkesinambungan dilaksanakan berdasarkan *Evidence Based Practice Midwifery* (EBM) yang dilakukan ini penulis menggunakan diagram fishbone untuk menganalisis permasalahan yang secara jelas dengan mencatat semua faktor yang mempengaruhi nyeri Diagram fishbone membentuk cabang-cabang menuju sumber permasalahan yang ada. Diagram fishbone dapat membantu penulis untuk menganalisis permasalahan secara keseluruhan membentuk cabang-cabang menuju sumber permasalahan sehingga dapat teridentifikasi.

METODE PENELITIAN

Pelaksanaan *Evidence Based Practice* (EBP) yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penerapan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri persalinan pada ibu bersalin. Metode pelaksanaan dilakukan dengan teknik eksperimen (perlakuan) pada ibu bersalin yang mengalami nyeri persalinan. Seluruh proses asuhan dilakukan di PMB Hj. Zurrahmi oleh Mahasiswa Kebidanan dengan supervisi bidan preseptor.

Indikator keberhasilan dalam pelaksanaan kegiatan intervensi *Evidence Based Practice* (EBP) Aroma Terapi dievaluasi menggunakan kuesioner yang berisi data pasien dan lembar observasi pengukuran skala nyeri, baik sebelum maupun sesudah tindakan diberikan. Skala nyeri diukur menggunakan lembar penilaian nyeri *Visual Analog Scale* (VAS). Dalam pelaksanaan praktik EBM ini, data dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif, yaitu dengan memaparkan hasil dari pengujian *pre-test* dan *post-test*. Hasil pelaksanaan kegiatan diintervensikan dalam bentuk table distribusi dan frekuensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses Pelaksanaan Intervensi

Proses pelaksanaan intervensi asuhan kebidanan berkesinambungan pada Ny. T, usia 19 tahun, dimulai sejak masa kehamilan trimester ketiga. Pada kunjungan pertama kehamilan, dilakukan anamnesis lengkap meliputi identitas, riwayat kehamilan sekarang, serta keluhan yang dirasakan, yaitu nyeri pinggang. Pemeriksaan fisik secara menyeluruh dilakukan mulai dari pemeriksaan umum (tekanan darah, suhu, nadi, pernapasan), hingga pemeriksaan obstetri seperti tinggi fundus uteri (TFU), denyut jantung janin (DJJ), palpasi Leopold, dan taksiran berat janin (TBJ). Selain itu, pemeriksaan laboratorium sederhana seperti Hb juga dilakukan untuk menilai status anemia. Pada kunjungan ini, diberikan edukasi mengenai penyebab nyeri pinggang dan cara mengatasinya secara non-

farmakologis, serta diberikan tablet Fe untuk suplementasi. Kunjungan kedua dilakukan untuk memantau perkembangan janin, kesehatan ibu, dan evaluasi keluhan sebelumnya. Pemeriksaan fisik diulang, menunjukkan TFU meningkat sesuai usia kehamilan dan DJJ dalam batas normal. Keluhan nyeri pinggang dilaporkan sudah berkurang. Edukasi kembali diberikan mengenai persiapan persalinan, tanda-tanda persalinan, dan perbedaan kontraksi asli dengan kontraksi palsu. Tidak ditemukan keluhan atau risiko tinggi selama dua kunjungan ANC, sehingga ibu dapat melanjutkan ke proses persalinan dengan kondisi baik.

Intervensi *Evidence-Based Practice* dalam penerapan teknik aromaterapi lavender pada ibu bersalin bertujuan untuk membantu mengurangi tingkat nyeri dan kecemasan selama proses persalinan, khususnya pada kala I fase aktif. Sebelum intervensi dilakukan, bidan memberikan edukasi kepada ibu tentang tujuan, manfaat, dan prosedur dari aromaterapi. Edukasi ini penting untuk memberikan rasa aman dan meningkatkan kesiapan psikologis ibu. Selanjutnya, bidan menciptakan lingkungan yang kondusif dengan suasana tenang, pencahayaan yang redup, serta memastikan adanya privasi agar ibu merasa rileks. Persiapan alat seperti *diffuser* dan minyak esensial lavender dilakukan sesuai kebutuhan dan kenyamanan ibu.

Pelaksanaan pemberian aromaterapi lavender dilakukan oleh bidan dengan menggunakan alat *diffuser* dan minyak esensial lavender diletakan berjarak 100-150 cm dari ibu, diberikaan saat ibu mulai merasakan nyeri, sesuai dengan aturan dan waktu yang telah ditentukan.

Persalinan Ny. T berlangsung fisiologis dan ditangani sejak kala I. Pada kala I fase laten, ibu mulai merasakan kontraksi dan datang ke PMB. Dilakukan pemantauan pembukaan serviks, frekuensi his, DJJ, serta respons ibu terhadap nyeri. Ibu dibimbing untuk mengatur napas, memilih posisi nyaman, diberikan aromaterapi lavender melalui *diffuser* untuk mengurangi nyeri serta memberikan dukungan emosional oleh bidan dan suami. Saat masuk ke fase aktif, dilakukan pencatatan partograf untuk memantau kemajuan persalinan secara objektif dan melanjutkan pemberian aromaterapi lavender saat ibu mulai merasakan kontraksi, di berikan secara kontinyu selama persalinan serta di hentikan saat bayi lahir.

Setelah proses persalinan, dilanjutkan dengan asuhan neonatus yang meliputi kunjungan neonatal pertama hingga ketiga. Pada kunjungan pertama (KN I), dilakukan

dalam 6-48 jam setelah bayi lahir untuk menilai keadaan umum bayi, tanda-tanda vital, dan refleksi fisiologis. Pada kunjungan kedua (KN II) di hari ke-5, dilakukan pemantauan berat badan bayi, kondisi tali pusat, dan efektivitas menyusui. Pada kunjungan ketiga (KN III) di usia 21 hari, dilakukan evaluasi pertumbuhan dan perkembangan bayi secara keseluruhan.

Selama masa nifas, Ny. T dipantau dalam empat kali kunjungan. Kunjungan nifas pertama (KF I) dilakukan pada hari kedua postpartum untuk menilai kontraksi uterus, lochea, dan kondisi perineum. KF II pada hari ke-10 memantau proses penyembuhan dan perubahan lochea. KF III pada hari ke-21 memastikan involusi uterus hampir selesai dan ibu dapat beraktivitas ringan. Pada KF IV di hari ke-35, kondisi ibu dievaluasi secara menyeluruh dan ibu dinyatakan pulih.

Asuhan kebidanan dilanjutkan dengan pelayanan keluarga berencana (KB). Ibu akan diberikan konseling tentang berbagai pilihan kontrasepsi pasca nifas yang aman bagi ibu menyusui. Setelah mempertimbangkan efektivitas dan kenyamanan, ibu akan memilih metode yang paling sesuai.

Hasil Pelaksanaan

Hasil pelaksanaan asuhan kebidanan berkesinambungan pada Ny. T, usia 19 tahun, G1P0A0, menunjukkan bahwa seluruh proses asuhan mulai dari kehamilan hingga perencanaan pelayanan keluarga berencana telah dilakukan sesuai standar asuhan kebidanan dan berjalan dengan baik tanpa komplikasi.

Pada masa kehamilan trimester ketiga, ibu menjalani dua kali kunjungan pemeriksaan antenatal (ANC). Selama pemeriksaan tersebut, ibu tidak menunjukkan faktor risiko atau keluhan yang membahayakan kehamilan. Keluhan fisiologis berupa nyeri pinggang berhasil diatasi dengan intervensi non-farmakologis. Pemeriksaan fisik, pengukuran tinggi fundus uteri, pemantauan DJJ, serta pemberian tablet Fe dan konseling telah dilakukan dengan baik.

Hasil Pelaksanaan *Evidence-Based Practice* (EBP) pada penerapan teknik aromaterapi lavender menunjukkan dampak yang positif terhadap pengurangan nyeri dan kecemasan persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif. Setelah intervensi dilakukan, diharapkan ibu melaporkan adanya penurunan tingkat nyeri yang signifikan. Selain itu, ibu menunjukkan respon fisiologis yang baik, seperti tampak lebih rileks, ketegangan otot berkurang, dan ekspresi wajah lebih tenang. Bidan juga mencatat bahwa ibu menjadi

lebih kooperatif dalam mengikuti teknik pernapasan dan menunjukkan rasa percaya diri yang lebih tinggi. Hasil intervensi ini memperkuat temuan bahwa metode non-farmakologis efektif dalam manajemen nyeri persalinan.

Proses pelaksanaan pertolongan persalinan dilakukan dengan mengikuti prosedur Asuhan Persalinan Normal (APN) yang terdiri dari 60 langkah standar. Persalinan berlangsung melalui proses spontan normal. Kemajuan persalinan dimonitor menggunakan partograf, bayi lahir dengan menangis kuat, skor APGAR baik, dan tidak ada penyulit. Inisiasi menyusui dini (IMD) berhasil dilakukan, dan tidak terjadi komplikasi postpartum dini.

Asuhan pada bayi baru lahir dilakukan dalam tiga kali kunjungan neonatus (KN I-III). Hasil pemantauan menunjukkan bayi dalam keadaan sehat, aktif, refleks fisiologis baik, berat badan meningkat sesuai usia, dan tidak ditemukan tanda infeksi atau bahaya. ASI eksklusif berjalan lancar selama periode neonatus.

Selama masa nifas, ibu menjalani empat kali kunjungan (KF I-IV). Setiap kunjungan menunjukkan progres pemulihan yang baik. Fundus uteri menunjukkan proses involusi yang normal, lochia berubah sesuai tahapan, dan tidak ada infeksi atau perdarahan abnormal. Ibu dapat kembali beraktivitas dan tidak memiliki keluhan fisik maupun psikis.

Pembahasan

Asuhan kebidanan berkesinambungan merupakan pendekatan pelayanan yang mencakup seluruh siklus reproduksi perempuan secara terpadu. Pelaksanaan asuhan ini bertujuan memberikan pelayanan yang komprehensif untuk mencegah komplikasi dan meningkatkan derajat kesehatan ibu serta bayi. Dalam kasus ini, Ny. T, seorang ibu primigravida berusia 19 tahun, mendapatkan asuhan kebidanan berkelanjutan yang sesuai dengan standar pelayanan kebidanan.

Selama masa kehamilan, kunjungan dilakukan dua kali dalam trimester ketiga. Sesuai dengan Standar Pelayanan Antenatal, pemeriksaan mencakup anamnesis lengkap, pemeriksaan fisik umum dan obstetri, serta edukasi. Penanganan keluhan nyeri pinggang dengan pendekatan non-farmakologis menunjukkan penerapan asuhan yang holistik. Tidak ditemukan faktor risiko, dan kondisi kehamilan Ny. T termasuk normal.

Pada masa persalinan, Ny. T menjalani persalinan spontan tanpa penyulit. Penatalaksanaan kala I hingga kala IV dilakukan sesuai Asuhan Persalinan

Normal (APN), termasuk pemantauan partograf, manajemen aktif kala III, serta inisiasi menyusui dini (IMD). Penerapan manajemen nyeri non-farmakologis seperti aromaterapi lavender sejalan dengan prinsip persalinan ramah ibu yang mendukung proses fisiologis dan psikologis dalam kelahiran.

Pada periode neonatal, asuhan dilakukan melalui tiga kali kunjungan (KN I-III). Hasil observasi menunjukkan bayi dalam keadaan baik, aktif menyusui, dengan pertumbuhan dan perkembangan sesuai usia. Praktik ini sesuai dengan pedoman yang menekankan pentingnya pemantauan bayi baru lahir untuk mencegah morbiditas dan mortalitas neonatal.

Selama masa nifas, Ny. T dipantau melalui empat kunjungan (KF I-IV). Hasil menunjukkan proses involusi uterus berjalan normal, dan ibu tidak mengalami komplikasi. Pelayanan nifas yang menyeluruh ini mendukung pemulihan ibu secara fisik dan emosional.

Pada fase akhir, ibu menerima asuhan keluarga berencana. Intervensi dilakukan setelah pemberian konseling dan skrining medis. Hal ini mencerminkan penerapan pelayanan kontrasepsi yang berfokus pada klien (*client-centered care*) dan sesuai prinsip *informed choice* dalam program KB.

Intervensi utama dalam studi kasus ini adalah pemberian aromaterapi lavender sebagai manajemen nyeri non-farmakologis selama persalinan. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa intervensi ini berhasil menurunkan skala nyeri dan tingkat kecemasan Ny.T secara konsisten. Ibu yang awalnya cemas sebagai primipara, mengatakan merasa lebih tenang, rileks dan kooperatif setelah menghirup aroma lavender

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri & Wahyuni (2022) yang menemukan bahwa aromaterapi lavender efektif secara signifikan dalam penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida. Penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2022) menyatakan bahwa aromaterapi lavender mampu merangsang pelepasan endorfin yang berfungsi sebagai analgesik alami, sehingga mampu mengurangi persepsi nyeri

Asumsi penulis, efektivitas aromaterapi pada Ny. T dimaksimalkan oleh beberapa hal, yang pertama sebagai sorang primigravida, tingkat kecemasan awal Ny. T cenderung tinggi, sehingga efek relaksasi dari lavender menjadi signifikan. Kedua penerapan dalam model COC memungkinkan terbangunnya rasa percaya antara ibu dan bidan, sehingga

lebih reseptif terhadap intervensi yang di sarankan. Ketiga penggunaan diffuser memberikan paparan aroma yang konsisten dan tidak invasif, memungkinkan ibu, untuk fokus pada teknik pernapasan dan relaksasi. Dan keempat yaitu adanya dukungan dari keluarga terutama suami dan orang tua yang selalu mendampingi ibu saat ibu merasakan kontraksi.

Implementasi Asuhan Kebidanan Berdasarkan EBP : Pemberian Aroma Terapi Lavender Pada Ny. T

Pada Ny. T sudah dilakukan terapi non farmakologi pemberian aromaterapi lavender dalam upaya mengurangi nyeri persalinan, dilakukan sejak fase laten persalinan di PMB Hj. Zurrahmi. Hal ini dilakukan saat ibu mulai merasakan kontraksi persalinan untuk membantu mengurangi intensitas nyeri dan memberikan rasa nyaman selama proses persalinan berlangsung, sehingga ibu dapat menjalani proses persalinan dengan lebih tenang dan dapat bekerja sama dengan baik dalam setiap fase persalinan.

Aromaterapi lavender dilakukan sebanyak 11 kali pemberian selama proses persalinan dengan durasi bervariasi antara 10-25 menit dengan rincian :

Tabel 1. Impelentasi Asuhan Kebidanan

Waktu	Lokasi	Hasil
20.40 WIB (Fase Laten)	PMB Hj. Zurrahmi	Ibu merasa lebih tenang, skala nyeri turun dari 2 menjadi 1, pembukaan serviks 1 cm, kontraksi ringan, ibu kooperatif dengan terapi
22.00 WIB (Fase Laten)	PMB Hj. Zurrahmi	Ibu mersa rileks, skala menurun dari 3 menjadi 2, aromaterapi diberikan dengan jarak optimal 75 cm
22.30 WIB (Fase Laten)	PMB Hj. Zurrahmi	Ibu merasa nyaman, skala nyeri stabil di 2, di kombinasi dengan teknik pernapasan dalam untuk hasil optimal
01.00 WIB (Fase Laten)	PMB Hj. Zurrahmi	Ibu merasa lebih tenang meski nyeri meningkat, skala nyeri turun dari 4 menjadi 3, pembukaan serviks 3 cm, kontraksi mulai teratur
02.30 WIB (Fase Laten)	PMB Hj. Zurrahmi	Ibu masih merasa nyaman, skala nyeri stabil di 3, kemajuan persalinan lambat namun ibu tetap kooperatif
04.00 WIB (Fase Aktif)	PMB Hj. Zurrahmi	Ibu merasa terbantu mengatasi nyeri, skala nyeri turun dari 5 menjadi 3, kontraksi semakin kuat
05.15 WIB (Fase Aktif)	PMB Hj. Zurrahmi	Ibu merasa nyaman, skala nyeri turun dari 6 menjadi 4, di kombinasi dengan teknik massage
06.30 WIB (Fase Aktif)	PMB Hj. Zurrahmi	Ibu merasa terbantu, skala nyeri turun dari 7 menjadi 5, konsentrasi aromaterapi di tingkatkan
07.15 WIB (Fase Aktif)	PMB Hj. Zurrahmi	Ibu merasa lebih tenang, skala nyeri turun dari 8 menjadi 6, interval pemberian dipersingkat

08.00 WIB (Fase Transisi)	PMB Hj. Zurrahmi	Ibu merasa terbantu menghadapi HIS yang kuat, skala nyeri turun dari 9 menjadi 8, pembukaan lengkap 10 cm
08.12 WIB (Kelahiran)	PMB Hj. Zurrahmi	Bayi lahir selamat, ibu merasa lega dan bahagia, proses persalinan berjalan lancar dengan bantuan aromaterapi

Aromaterapi lavender ini penulis berikan menggunakan diffuser dengan jarak 50-100 cm dari pasien, disesuaikan dengan kenyamanan ibu dan efektivitas aroma yang di hasilkan. Pemberian dilakukan secara continue selama proses persalinan dengan interval istirahat yang disesuaikan dengan kondisi ibu dan kemajuan persalinan. Konsentrasi aromaterapi juga disesuaikan, dimulai dengan konsentrasi standart dan ditingkatkan menjadi 5 tetes per 200 ml air pada fase aktif untuk memberikan efek yang lebih optimal.

Aromaterapi lavender ini merupakan pengalaman pertama bagi Ny.T sebagai primigravida dalam menjalani proses persalinan pertamanya. Sebagai ibu yang baru pertama kali melahirkan, Ny.T awalnya cemas dan takut menghadapi rasa nyeri persalinan karena belum pernah merasakan pengalaman tersebut sebelumnya. Namun dengan pemberian aromaterapi lavender, ibu mengatakan merasa lebih tenang dan rileks dalam menghadapi setiap kontraksi yang datang. Ibu merasa aromaterapi ini sangat membantu mengurangi kecemasan dan ketakutan yang dialaminya sebagai primipara.

Ibu merasa proses pendampingan yang dilakukan bidan terkait persalinan pertama dengan aromaterapi lavender ini merupakan pengalaman berharga bagi ibu sebagai primipara, dan ibu merasa mendapatkan dukungan yang luar biasa dalam mengatasi rasa takut dan cemas yang natural dialami oleh ibu primigravida dalam menghadapi persalinan pertamanya. Ibu juga merasa lebih percaya diri dan kooperatif dalam mengikuti arahan bidan selama proses persalinan berlangsung, meskipun ini merupakan pengalaman pertama baginya.

Ditambah dengan terapi aromaterapi lavender yang sudah penulis berikan semakin meningkatkan kepercayaan ibu terhadap metode persalinan alami dan non farmakologis, sehingga ini merupakan keunggulan dan manfaat yang baik penulis rasakan dalam mendampingi dan memberikan asuhan berkesinambungan kepada Ny.T ini. Penulis dapat menerapkan dan mengaplikasikan ilmu evidence-based practice dalam memberikan asuhan yang berkesinambungan dan holistik selama proses persalinan.

Aromaterapi lavender adalah suatu terapi komplementer menggunakan minyak

esensial lavender yang diberikan melalui inhalasi untuk memberikan efek relaksasi dan mengurangi persepsi nyeri selama persalinan (Sari et al., 2022). Aromaterapi lavender bekerja melalui sistem limbik yang dapat mempengaruhi pelepasan endorfin alami tubuh, sehingga membantu mengurangi intensitas nyeri dan memberikan efek menenangkan pada ibu bersalin (Wijayanti, Handayani, & Putri, 2023).

Manfaat lain dari aromaterapi lavender akan membantu ibu bersalin mengurangi tingkat kecemasan, meningkatkan kualitas relaksasi, mempercepat kemajuan persalinan melalui pengurangan ketegangan otot, dan memberikan pengalaman persalinan yang lebih positif serta meningkatkan kepuasan ibu terhadap proses persalinan yang dialaminya (Maharani, Susanti, & Fitria, 2023).

KESIMPULAN DAN SARAN

Asuhan kebidanan berkesinambungan yang diberikan kepada Ny.T, seorang ibu primigravida usia 19 tahun dengan kehamilan cukup bulan, menunjukkan bahwa pendekatan holistic dengan dukungan edukasi, psikologis, serta intervensi non-farmakologis seperti aromaterapi lavender mampu memberikan dampak positif dalam proses persalinan. Pemberian aromaterapi lavender terbukti dapat membantu mengurangi intensitas nyeri persalinan melalui efek relaksasi dan pengurangan kecemasan, selain itu penerapan teknik relaksasi, senam hamil, dan dukungan dari suami serta keluarga meningkatkan kesiapan fisik dan mental ibu. Persalinan Ny.T berlangsung dengan baik tanpa komplikasi, dan ibu melahirkan bayinya secara spontan dalam keadaan sehat. Model Continuity of Care (COC) terbukti efektif dalam membangun hubungan kepercayaan antara bidan dan ibu, serta memastikan keberlangsungan informasi dan kualitas layanan dari masa kehamilan hingga masa nifas.

DAFTAR REFERENSI

- Andriani, R. (2022). Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 2, 108–115.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2022). *Pedoman Pelayanan Keluarga Berencana Era Desentralisasi*. BKKBN.
- Dinkes Provinsi Riau. (2023). *Laporan Tahunan Kesehatan Ibu dan Anak Provinsi Riau*. Dinas Kesehatan Provinsi Riau.
- Fitri, & Wahyuni. (2022). Efektivitas Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida Di RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. *Kebidanan*.
- Husna, A., & Fitria, N. (2022). Analisis Intensitas Nyeri Persalinan Menggunakan Visual

- Analog Scale pada Ibu Bersalin di RS Ibnu Sina Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, 1(4), 55–63.
- Husna, A., & Prasetya, E. (2021). Efektivitas Continuity of Care (COC) terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi*, 2(8), 142–132.
- Kemendes RI. (2022). *Pedoman Pelaksanaan Asuhan Kebidanan Berkesinambungan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman Pelayanan Antenatal, Persalinan, Nifas, dan Bayi Baru Lahir*. Kemendes RI.
- Maharani, T., Susanti, E., & Fitria, M. (2023). Manfaat aromaterapi lavender dalam meningkatkan kualitas persalinan. *Jurnal Kebidanan Komplementer*, 8(2), 78–89.
- Manuaba, I. B. G. (2022). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Mulyani, S., & Pratiwi, R. (2023). Efektivitas Aromaterapi Lavender terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(2), 78–89.
- Nisak et al. (2023). Efektivitas Kombinasi Pijat Endorphin Dan Audioanalgesik Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*.
- Prajayanti. (2023). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Persalinan*. Global Ekektif Teknologi.
- Prawirohardjo, S. (2023). *Ilmu Kebidanan (5th ed.)*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Purnamasari, D., & Indriani, D. (2024). *Manfaat Tambahan Penggunaan Humidifier dalam Ruang Bersalin (1st ed., Vol. 9)*. Muhammadiyah University Press.
- Purwandari, F., & Hartati, E. (2024). *Manajemen Nyeri Non-Farmakologis pada Persalinan: Perspektif Evidence Based*. Airlangga University Press.
- Rahayu, S., & Kumalasari, I. (2023). *Perbandingan Metode Aplikasi Aromaterapi Lavender pada Ibu Bersalin*. Salemba Medika.
- Rahmawati, A., & Sari, D. K. (2021). *Implementasi Aromaterapi dalam Asuhan Kebidanan Persalinan*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sari, D. P., Winarni, E., & Hadi, S. (2022). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada primipara dan multipara. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(2), 189–202.
- Soetjningsih. (2023). *Tumbuh Kembang Anak (3rd ed.)*. EGC.
- Sofiana, I., & Mawarti, R. (2021). Konsep dan Implementasi Continuity of Care dalam Asuhan Kebidanan Komprehensif. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 1(17), 56–64.
- Widiastuti, Y., & Kurniawati, H. (2022). *Panduan Praktis Terapi Komplementer dalam Kebidanan*. Penerbit Andi.
- Wijayanti, K., Handayani, S., & Putri, R. (2023). Mekanisme kerja aromaterapi lavender dalam mengurangi nyeri persalinan. *Jurnal Penelitian Kebidanan Indonesia*, 11(4), 234–247.
- World Health Organization. (2020). *Data Nyeri Persalinaan*.
- Wulandari, P., & Susanti, H. D. (2023). *Aromaterapi Lavender dengan Humidifier: Intervensi Inovatif Penanganan Nyeri Persalinan*. UB Press.