

Pengaruh Penggunaan Birth Ball dan Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I Tahun 2025

Isty Hafizah^{1*}, Hidayani², Maryam Syarah³

¹⁻³ Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Program Profesi Fakultas Vokasi, Universitas
Email: istyhafizah89@gmail.com

Alamat: Jl. Harapan No.50, RT.2/RW.7, Lenteng Agung, Kec. Jagakarsa, Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12610

Korespondensi penulis: istyhafizah89@gmail.com

Abstract: *The process of labor is identical to the pain or pain that will be experienced. One method to overcome pain in a non-pharmacological way is the distraction method with birth ball which can reduce physiological pain, stress and anxiety. In addition, other non-pharmacological labor pain management is using lavender aromatherapy. This study aims to determine the effect of using birth ball and lavender aroma therapy in reducing labor pain during the active phase I at Sultan Muhammad Jamaludin I Hospital in 2025. This study used a qualitative approach with a case study approach. The population in this study were laboring mothers with normal labor status in the delivery room of the Sultan Muhammad Jamaludin I Hospital in February 2025. The sample in this study were 2 respondents of active phase I laboring mothers, namely 1 respondent to be given an intervention using birth ball and 1 respondent given an intervention using Lavender Aromatherapy. The results showed that the use of birth ball was effective in reducing labor pain during the active phase I at Sultan Muhammad Jamaludin I Hospital in 2025. After three observations, the pain score dropped from 8 to 5. The same thing happened with Lavender Aromatherapy, which also showed effectiveness in reducing pain, with the score dropping from 9 to 5. Comparison between the two methods showed a difference in the level of pain reduction by 1. Therefore, birth ball and Lavender Aromatherapy can be used as non-pharmacological methods to reduce labor pain, with the selection of methods adjusted based on individual comfort and response.*

Keywords: Birth Ball, Lavender Aromatherapy, Labor Pain

Abstrak: Proses persalinan identik dengan rasa sakit atau nyeri yang akan dialami. Salah satu metode untuk mengatasi nyeri dengan cara non farmakologis adalah metode distraksi dengan *birth ball* yang dapat menurunkan nyeri fisiologis, stress dan kecemasan. Selain itu penatalaksanaan nyeri persalinan nonfarmakologis lainnya yaitu dengan menggunakan aromaterapi lavender. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh penggunaan *birth ball* dan aroma terapi lavender dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I tahun 2025. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin dengan status persalinan normal di ruang bersalin RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I pada bulan Februari 2025. Sampel dalam penelitian ini yaitu 2 responden ibu bersalin kala I fase aktif, yaitu 1 orang responden untuk diberikan intervensi menggunakan *birth ball* dan 1 responden diberikan intervensi dengan menggunakan Aromaterapi Lavender. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan *birth ball* terbukti efektif dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I tahun 2025. Setelah tiga kali observasi, skor nyeri turun dari 8 menjadi 5. Hal serupa terjadi pada Aromaterapi Lavender, yang juga menunjukkan efektivitas dalam menurunkan nyeri, dengan skor turun dari 9 menjadi 5. Perbandingan antara kedua metode menunjukkan adanya perbedaan tingkat penurunan nyeri sebesar 1. Oleh karena itu, *birth ball* dan Aromaterapi Lavender dapat digunakan sebagai metode non-farmakologis untuk mengurangi nyeri persalinan, dengan pemilihan metode disesuaikan berdasarkan kenyamanan dan respons individu.

Kata kunci: Birth Ball, Aromaterapi Lavender, Nyeri Persalinan

LATAR BELAKANG

Permasalahan yang cukup besar di Indonesia adalah dengan adanya Angka kematian ibu yang tergolong cukup tinggi. Menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 angka kematian ibu naik pertahunnya, dari data yang dikumpulkan Kementerian Kesehatan pada pencatatan program kesehatan keluarga. Angka kematian ibu di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 7.389. Angka tersebut mengalami kenaikan dari tahun 2020 dengan angka 4.627 kematian ibu. Kematian ibu di Indonesia masih tinggi yang disebabkan oleh beberapa faktor langsung yang berkaitan dengan masalah dan komplikasi pada masa kehamilan, persalinan, dan nifas. (Bayuana et al., 2023)

Menurut Putri (2022) persalinan diartikan sebagai proses keluarnya hasil konsepsi (janin dan plasenta) melalui jalan lahir atau melalui jalan lain, dengan menggunakan bantuan atau tanpa bantuan (spontan). Proses ini terjadi sejak kontraksi dan ditandai dengan perubahan serviks secara progresif sampai dengan kelahiran plasenta. Namun, proses fisiologis ini dapat berubah menjadi patologis dan meningkatkan mortalitas dan morbiditas ibu hamil, ibu bersalin dan nifas yang masih merupakan masalah besar terutama di negara berkembang salah satunya adalah Indonesia. (Nufus & Tridiyawati, 2023)

Proses persalinan identik dengan rasa sakit atau nyeri yang akan dialami. Secara fisiologis nyeri terjadi saat otot-otot rahim berkontraksi untuk membuka servik dan mendorong kepala bayi kearah panggul. Nyeri pada persalinan kala I merupakan proses fisiologis yang diakibatkan oleh proses dilatasi serviks, hipoksia otot uterus saat kontraksi, iskemia korpus uteri dan peregangan segmen bawah rahim dan kompresi saraf diservik. (Irawati et al., 2020)

Menurut Alam (2020) nyeri saat persalinan merupakan masalah utama yang dirasakan oleh ibu bersalin. Di Negara Brazil, nyeri persalinan menempati angka lebih dari 50% dari angka kelahiran di suatu rumah sakit yang merupakan persentase tertinggi di seluruh dunia. Di Indonesia, Siti Aminah melaporkan hasil survey pendahuluannya di RS Aura Syifa tahun 2015, dari 10 ibu bersalin, 7 (70%) Ibu merasakan nyeri berat, 2 (20%) Ibu merasakan nyeri sedang, dan 1 (10%) Ibu merasakan nyeri ringan. (Hibatulloh et al., 2022)

Angka nyeri persalinan yang telah dilaporkan diperoleh hasil bahwa di Indonesia rata-rata sebanyak 85-90% wanita hamil yang akan menghadapi persalinan merasakan nyeri persalinan yang hebat dan 7-15% tidak disertai rasa nyeri. Menurut (Pravitasari, 2018) Hampir 90% ibu bersalin mengalami nyeri, dari 2.700 ibu bersalin, 15% mengalami nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat.

Nyeri pada persalinan dipengaruhi oleh kontraksi rahim yang menyebabkan dilatasi serta penipisan serviks dan iskemia rahim yaitu penurunan aliran darah sehingga oksigen lokal mengalami defisit akibat kontraksi miometrium. Rasa takut, cemas, dan tegang yang berlebihan pada wanita hamil merupakan faktor psikologis yang dianggap juga berpengaruh dalam terjadinya rasa nyeri pada saat proses persalinan. (Salawati et al., 2021).

Menurut Nufra (2019) cara untuk menurunkan nyeri saat persalinan dapat dilakukan baik dengan farmakologi maupun non farmakologi. Banyak ibu bersalin yang berkeinginan untuk meredakan nyeri dengan meminimalkan penggunaan metode farmakologi. Mengingat potensi efek samping pada ibu dan janin, penggunaan metode farmakologi berupa analgesik dan anestesi memungkinkan untuk tidak menjadi pilihan pertama untuk persalinan.

Penatalaksanaan dalam mengatasi nyeri persalinan berdasarkan penelitian di sembilan rumah sakit, di Amerika Serikat, sebanyak 4171 pasien, yang persalinannya ditolong oleh perawat-bidan menggunakan beberapa tipe penatalaksanaan dalam mengatasi nyeri dengan metode nonfarmakologis, metode tersebut adalah pilihan yang disukai oleh ibu melahirkan. Salah satu metode untuk mengatasi nyeri dengan cara non farmakologis adalah metode distraksi dengan birth ball yang dapat menurunkan nyeri fisiologis, stress dan kecemasan. (Arnanda Lubis Putri, 2021)

Birth ball adalah merupakan terapi fisik atau latihan sederhana dengan menggunakan bola, dimana latihan tersebut bisa digunakan oleh ibu hamil, ibu melahirkan, dan ibu pasca melahirkan. Bola ini berfungsi untuk membantu ibu saat inpartu kala I persalinan dalam mempercepat proses persalinannya, selain itu dapat digunakan dengan berbagai posisi, misalnya dengan duduk di atas bola dan bergoyang-goyang membuat rasa nyaman dan membantu kemajuan persalinan dengan menggunakan gravitasi sambil meningkatkan pelepasan endorphen karena elastisitas dan lengkungan bola merangsang reseptor dipanggul yang bertanggung jawab untuk mensekresi endorphen. (Lestari et al., 2023)

Penatalaksanaan nyeri persalinan nonfarmakologis lainnya yaitu dengan menggunakan aromaterapi lavender. Menurut beberapa studi, prevalensi penggunaan aromaterapi dalam konteks klinis cenderung meningkat, terutama di kalangan pasien yang mencari metode pengobatan alami atau komplementer untuk mengatasi nyeri, kecemasan, dan stres. Studi tentang aromaterapi untuk nyeri persalinan menunjukkan bahwa metode ini cukup populer. Beberapa penelitian di bidang kebidanan memperkirakan bahwa sekitar 30-50% wanita hamil yang menjalani persalinan alami di beberapa rumah sakit menggunakan aromaterapi untuk mengurangi nyeri persalinan. (Ratumas Ratih Puspita et al, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Saputri (2019) mengenai Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif didapatkan kesimpulan bahwa ada pengaruh ibu yang diberikan aromaterapi lavender pada proses persalinan mengalami nyeri persalinan yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang tidak diberikan aromaterapi lavender pada proses persalinan. Aromaterapi lavender dapat mengurangi rasa cemas menjelang persalinan yang dapat menyebabkan rasa nyeri dan sakit pada saat kontraksi. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa minyak lavender sendiri berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan tingkat kecemasan, peningkatan relaksasi, dan peningkatan rasa kantuk, serta adanya perbaikan mood. (Lestari et al., 2023)

Studi pendahuluan pada RSUD Sultan Muhammad Jamaludin yang terletak di Kabupaten Kayong Utara, terdapat 68 orang ibu partus normal dari bulan Oktober – November tahun 2024 ibu. Peneliti melakukan wawancara pada 15 responden yang diambil secara acak terdapat 11 orang ibu bersalin yang memasuki kala 1 fase aktif tidak mampu menahan nyeri selama persalinan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Penggunaan Birth Ball dan Aroma Terapi Lavender dalam Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I Tahun 2024”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk memahami secara mendalam kondisi alami objek penelitian. Studi kasus ini memungkinkan peneliti mengungkap gambaran rinci mengenai suatu situasi atau kelompok terbatas. Data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh langsung dari responden. Penelitian dilakukan di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I pada Februari 2025, dengan populasi ibu bersalin normal di ruang bersalin. Sampel terdiri dari dua responden ibu bersalin kala I fase aktif, masing-masing diberikan intervensi menggunakan Birth Ball dan Aromaterapi Lavender. Kriteria inklusi mencakup ibu bersalin primigravida dengan persalinan normal, sementara kriteria eksklusi meliputi pasien dengan komplikasi atau yang menolak berpartisipasi.

Prosedur penelitian meliputi penetapan responden, pemberian penjelasan serta persetujuan, kemudian pemberian intervensi yang diamati selama persalinan. Responden pertama diberikan terapi Birth Ball dan responden kedua diberikan Aromaterapi Lavender, dengan observasi dilakukan setiap 60 menit menggunakan metode Numeric Rating Score

(NRS) untuk menilai skala nyeri. Tahapan penelitian mencakup perencanaan, pemilihan lokasi, penentuan subjek, pengumpulan data, analisis data, serta pelaporan hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Pemberian Terapi Birth Ball dan Aromaterapi Lavender

Tabel 1. Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Pemberian Terapi Birth Ball dan Aromaterapi Lavender Pada Ibu Bersalin Dengan Status Persalinan Normal Di Ruang Bersalin RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I pada Tahun 2025

Intervensi	Hasil Pemantauan Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif		
	Observasi ke 1	Observasi ke 2	Observasi ke 3
Intervensi Birth Ball	8	6	5
Intervensi Aromaterapi Lavender	9	7	5

Keterangan kategori nyeri:

Tidak Nyeri : 0

Nyeri ringan : 1-3

Nyeri sedang : 4-6

Nyeri berat : 7-10

Berdasarkan tabel 4.3 di atas menjelaskan bahwa pada responden 1 yaitu pada saat observasi yang pertama ibu bersalin langsung diberikan intervensi Birth Ball mengalami nyeri dengan skor 8, kemudian pada observasi yang kedua mengalami penurunan skor menjadi 6, dan di observasi ketiga mengalami penurunan nyeri dengan skor 5. Sementara pada responden 2 yaitu pada saat observasi yang pertama ibu bersalin langsung diberikan intervensi Aromaterapi Lavender mengalami nyeri dengan skor 9, kemudian pada observasi yang kedua mengalami penurunan skor menjadi 7, dan di observasi ketiga mengalami penurunan nyeri dengan skor 5.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka peneliti berpendapat bahwa ibu bersalin yang mengalami tingkat nyeri persalinan yang diberikan intervensi Birth Ball dan intervensi Aromaterapi Lavender sama-sama mengalami penurunan tingkat nyeri persalinan namun dengan skor dan intensitas tingkat nyeri yang berbeda. Dari hasil skor intensitas tingkat nyeri persalinan yang efektif yaitu responden yang diberikan Aromaterapi Lavender.

Pembahasan

Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Pada Ibu Kala I Fase Aktif Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi Birth Ball di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin 1 Tahun 2025

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan pada ibu bersalin kala I fase aktif yang mendapatkan intervensi berupa terapi Birth Ball terjadi penurunan tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif yang pada saat observasi kesatu diberikan intervensi jumlah skor sebesar 8 dengan tingkat nyeri persalinan yang berat, sedangkan setelah diberikan intervensi yang ketiga turun menjadi jumlah skor 5 dengan tingkat nyeri persalinan sedang.

Sesuai dengan teori latihan dengan menggunakan metode *Birth ball* bermanfaat selama proses persalinan, yang membantu mengurangi rasa nyeri pada saat proses persalinan. Penurunan rasa nyeri pada saat proses persalinan secara signifikan terjadi bila *Birth ball* digunakan pada saat awal persalinan. Sehingga *Birth ball* digunakan sebagai alat yang dapat digunakan untuk terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan. (Raidanti & Mujianti, 2019)

Hal ini sejalan dengan penelitian Indrayani dan Riyanti (2019) yang menyatakan bahwa dari 64,7% ibu yang mengalami nyeri agak banyak menurun menjadi 52,9% setelah mendapatkan perlakuan Birth Ball. Penelitian Lestari et al (2023) juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indarayani dan Riyanti (2019). Penelitian Lestari et al (2023) menyatakan sebelum dilakukan intervensi Birth Ball skala nyeri ibu bersalin kala I fase aktif rata-rata berada pada skala sedang dan berat dengan rentang skala nyeri antara 5 sampai 9. Pada saat penelitian sebelum dilakukan intervensi ibu bersalin tampak gelisah dan hal ini dapat mempengaruhi proses persalinan tetapi setelah dilakukan intervensi nyeri persalinan menurun dan ibu terlihat lebih tenang dan rileks sehingga tampak lebih siap menghadapi persalinan. (Lestari et al., 2023)

Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Wati et al (2022) Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin normal di PMB Fifi Maryoni dari bulan November 2020 s.d Februari 2021, sampel penelitian berjumlah 30 orang kelompok perlakuan. Analisis data dilakukan secara bivariat dengan komputerisasi menggunakan program SPSS. Uji statistik yang digunakan adalah T – test dependent dengan derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil didapatkan ada pengaruh metode birth ball terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif sebelum dan sesudah diberikan metode birth ball dengan p value = 0,000, menunjukkan bahwa ibu bersalin sebelum dilakukan metode Birth Ball pada persalinan kala I fase aktif nilai mean 2,83 dan sesudah dilakukan metode Birth Ball pada persalinan kala I fase

aktif nilai mean 1,60 dari uji statistik didapat pvalue 0,000 ($<0,05$) artinya terdapat pengaruh metode birth ball terhadap penurunan intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif. (Wati et al., 2022)

Sehingga peneliti berasumsi bahwa nyeri persalinan dapat ditangani dengan cara nonfarmakologi seperti dengan terapi Birth Ball tanpa harus melakukan penanganan secara farmakologi atau mengonsumsi obat. Hal ini dikarenakan terapi Birth Ball dapat membantu mengurangi rasa nyeri pada saat proses persalinan dengan beberapa mekanisme kerja yaitu Mekanisme Endogen yang merupakan mekanisme teori keseimbangan, yang terdiri dari penerapan pijatan non-nyeri ke area yang nyeri, dan ibu yang dilatih menggunakan *birth ball* dengan gerakan tertentu akan membuat perhatian ibu terfokus pada gerakan yang sedang dilakukan ibu, sehingga pikiran dan kecemasan ibu terhadap rasa nyeri yang ibu rasakan selama kontraksi akan berkurang. Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi dimana sebelum diberikan terapi Birth Ball tingkat nyeri responden telah diukur kemudian didapatkan hasil responden memiliki jumlah skor sebesar 8 dengan tingkat nyeri berat sedangkan setelah diberikan terapi Birth Ball selama 3 kali observasi jumlah skor menjadi 5 dengan tingkat nyeri sedang. Sehingga didapatkan selisih nilai penurunan tingkat nyeri ibu bersalin yang diberikan terapi Birth Ball yaitu 3.

Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Pada Ibu Kala I Fase Aktif Sebelum dan Sesudah diberikan Aromaterapi Lavender di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin 1 Tahun 2025

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan pada ibu bersalin kala I fase aktif yang mendapatkan intervensi berupa Aromaterapi Lavender terjadi penurunan tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif yang pada saat observasi kesatu diberikan Aromaterapi Lavender jumlah skor sebesar 9 dengan tingkat nyeri persalinan yang berat, sedangkan setelah diberikan intervensi Aromaterapi Lavender yang ketiga menjadi jumlah skor 5 dengan tingkat nyeri persalinan sedang.

Sesuai dengan teori Aromaterapi lavender memiliki efek menenangkan yang meningkatkan keseimbangan, kenyamanan, keterbukaan, dan kepercayaan diri. Selain itu, membantu mengurangi rasa sakit dan dapat memiliki efek relaksasi, serta mengurangi histeria, frustrasi, panik, stres, ketidakseimbangan emosi, dan depresi. Ketika molekul minyak atsiri dihirup, sel-sel reseptor di lapisan hidung menerimanya dan mengirim sinyal ke otak, begitulah cara minyak atsiri bekerja sebagai aromaterapi. Setelah diterima oleh pusat penciuman di otak, elektrokimia berperan dalam merangsang pelepasan neurokimia yang sangat kuat ke dalam

darah, yang kemudian didistribusikan ke seluruh tubuh. Molekul yang dihirup memasuki aliran darah dan didistribusikan secara serupa ke seluruh tubuh. Teori kontrol gerbang, di mana aromaterapi lavender memberikan ketenangan, keseimbangan, rasa nyaman, rasa keterbukaan, dan kepercayaan diri, dipengaruhi oleh fakta bahwa kedua partisipan mengalami penurunan intensitas nyeri sebelum dan setelah perawatan. Perasaan tidak seimbang seperti marah, frustrasi, dan panik, itulah sebabnya aromaterapi lavender dapat menurunkan intensitas skala nyeri. (SHELEMO, 2023)

Hal ini sejalan dengan penelitian Darmawan et al (2022) yang menyatakan aromaterapi lavender yang diberikan pada ibu yang akan bersalin sangat berpengaruh, dengan diberikannya aromaterapi rasa cemas dan nyeri yang dialami ibu selama proses persalinan akan turun. Selama proses penelitian berlangsung ibu yang sebelumnya belum diberikan aromaterapi rata – rata mengalami nyeri berat terkontrol untuk kelompok intervensi dengan presentasi 73,3% sedangkan setelah diberikan aromaterapi mengalami nyeri sedang dengan presentasi 80%. (Darmawan et al., 2022)

Penelitian selanjutnya yang dilakukan Renda Natalia Pratama (2024), hasil pemberian aromaterapi yang dilakukan pada Ny “S” didapatkan bahwa adanya pengurangan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif. Skala nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender adalah 8 dan setelah diberikan aromaterapi selama 30 menit, skala nyeri menjadi 6. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Media et al (2024) penelitian pada Ny “R” didapatkan hasil penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada pembukaan 6 cm didapatkan skor 7 dan sesudah diberikan aromaterapi selama 30 menit nyeri berkurang menjadi skor 5. (Media et al., 2024)

Sehingga peneliti berasumsi bahwa nyeri yang dialami ibu bersalin dapat ditangani dengan metode nonfarmakologi seperti memberikan Aromaterapi Lavender yang mudah dan praktis dalam mengurangi nyeri persalinan, sehingga dapat mengurangi penggunaan metode farmakologi. Pada Lavender wangi yang dihasilkan bunga lavender akan menstimulus talamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami. Enkefalin merupakan neuromodulator yang berfungsi untuk menghambat nyeri fisiologis Enkefalin sama halnya dengan endorphen yang dihasilkan secara alami oleh tubuh dan memiliki kemampuan untuk menghambat transmisi nyeri, sehingga nyeri berkurang. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian dimana sebelum diberikan Aromaterapi Lavender tingkat nyeri persalinan responden telah diukur kemudian didapatkan hasil responden memiliki jumlah skor 9 dengan tingkat nyeri berat sedangkan setelah diberikan Aromaterapi Lavender sebanyak 3 kali observasi jumlah

skor menjadi 5 dengan tingkat nyeri sedang. Sehingga didapatkan selisih nilai penurunan tingkat nyeri ibu bersalin yang diberikan Aromaterapi Lavender yaitu 4.

Perbandingan Penurunan Tingkat Nyeri Persalinan Pada Ibu Kala I Fase Aktif dengan Birth Ball dan Aromaterapi Lavender di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I tahun 2025

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan diketahui bahwa perbedaan rata-rata penurunan tingkat nyeri pada ibu bersalin inpartu kala I fase aktif pada Ny. IS dan Ny. DL adalah 1. Hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan penurunan tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif antara ibu bersalin yang diberikan intervensi terapi Birth Ball dan ibu bersalin yang diberikan intervensi Aromaterapi Lavender.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Letari et al (2023), bahwa sebelum diberikan birthing ball, nyeri persalinan pada ibu bersalin fase aktif sebagian besar responden berada dikategori nyeri berat sebanyak 11 orang (64,7%%) dan yang mengalami nyeri sedang hampir sebagian sebanyak 6 orang (35,3%). Setelah dilakukan birthing ball sebagian besar dari responden merasakan nyeri persalinan pada ibu bersalin fase aktif berada dikategori nyeri sedang sebanyak 11 orang (64,7%%) dan hampir sebagian dari responden lainnya berada di kategori nyeri ringan yaitu sebanyak 6 orang (35,3%). Sedangkan Sebelum diberikan aromaterapi lavender, nyeri persalinan pada ibu bersalin fase aktif hampir seluruh responden berada dikategori nyeri berat sebanyak 13 orang (76,5%%) dan yang mengalami nyeri sedang sebagian kecil yaitu sebanyak 4 orang (23,5%). Setelah dilakukan aromaterapi lavender hampir seluruh dari responden merasakan nyeri persalinan pada ibu bersalin fase aktif berada dikategori nyeri sedang sebanyak 16 orang (94,1%%) dan sebagian kecil dari responden lainnya berada dikategori nyeri ringan yaitu sebanyak 1 orang (5,93%). Sehingga didapatkan perbedaan nyeri persalinan kala I kelompok yang diberikan birthing ball memiliki nilai mean rank sebesar 10,47 sedangkan kelompok yang diberikan aromaterapi lavender memiliki nilai mean rank sebesar 24,53 yang artinya sebaran data pada kelompok birthing ball lebih kecil dibandingkan dengan nilai mean rank kelompok aromaterapi lavender. (Lestari et al., 2023)

Sehingga peneliti berasumsi bahwa intervensi dengan menggunakan aromaterapi lavender lebih berpengaruh daripada intervensi Birth Ball. Karena aromaterapi lavender memiliki kelebihan yaitu sederhana, mudah digunakan, dapat disimpan dan dapat digunakan kembali jika mengalami nyeri persalinan, dapat digunakan hingga 60 menit. Aromaterapi lavender meningkatkan kesejahteraan fisik, mental dan spiritual, mengurangi

kecemasan dan rasa sakit, membuat tubuh lebih rileks, menenangkan tubuh dan pikiran sehingga sakit dapat berkurang. Sedangkan terapi Birth Ball digunakan hingga 20-30 menit. Tidak dapat digunakan oleh ibu bersalin dengan alergi lateks karena pada umumnya Birth Ball terbuat dari bahan lateks.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Pengaruh Penggunaan Birth Ball Dan Aromaterapi Lavender Dalam Menurunkan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I Tahun 2025” diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh penggunaan Birth Ball dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I tahun 2025, didapatkan hasil setelah diberikan intervensi Birth Ball selama 3 kali observasi dan dilakukan pemantauan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin mengalami penurunan yaitu dari observasi kesatu dengan skor 8 turun menjadi skor 5 setelah observasi ketiga.
2. Terdapat pengaruh penggunaan aromaterapi Lavender dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I tahun 2025, didapatkan hasil setelah diberikan intervensi Aromaterapi Lavender selama 3 kali observasi dan dilakukan pemantauan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin mengalami penurunan yaitu dari observasi kesatu dengan skor 9 turun menjadi skor 5 setelah observasi ketiga.
3. Terdapat perbandingan pengaruh penggunaan Birth Ball dan Aromaterapi Lavender dalam menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif di RSUD Sultan Muhammad Jamaludin I tahun 2025, didapatkan hasil diketahui bahwa perbedaan rata-rata penurunan tingkat nyeri pada ibu bersalin inpartu kala I fase aktif pada Ny. IS dan Ny. DL adalah 1. Hasil ini menunjukkan bahwa ada perbedaan penurunan tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif antara ibu bersalin yang diberikan intervensi terapi Birth Ball dan ibu bersalin yang diberikan intervensi Aromaterapi Lavender.

DAFTAR REFERENSI

- Arnanda, L. P. (2021). Pengaruh terapi birth ball terhadap penurunan nyeri persalinan kala I pada ibu primigravida di Klinik Bidan Lilis Sri Suriani Tampubolon tahun 2021 (Skripsi). *Jurnal Ilmiah*, 14(1), 1–13.
- Bayuana, A., Anjani, A. D., Nurul, D. L., Selawati, S., Sai'dah, N., Susianti, R., & Anggraini, R. (2023). Komplikasi pada kehamilan, persalinan, nifas dan bayi baru lahir: Literature review. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(1), 26. <https://doi.org/10.52822/jwk.v8i1.517>
- Darmawan, E. W. N., Suprihatin, S., & Indrayani, T. (2022). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di RS Lira Medika Karawang-Jawa Barat. *Journal for Quality in Women's Health*, 5(1), 99–106. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v5i1.141>
- Hibatulloh, Q. N., Rahayu, D. E., Siti, R., & Rahmawati, N. (2022). Efektivitas terapi akupresur terhadap nyeri persalinan pada fase aktif tahap pertama. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 6(1), 96–110. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v6i1.2022.96-Hibatulloh>
- Irawati, A., Susianti, S., & Haryono, I. (2020). Mengurangi nyeri persalinan dengan teknik birthing ball. *Jurnal Bidan Cerdas*, 2(1), 15–22. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i1.78>
- Lestari, N. E. A., Parellangi, A., & Syukur, N. A. (2023). Efektivitas birthing ball dan aromaterapi lavender terhadap nyeri kala I fase aktif pada ibu bersalin di RSUD Abadi Samboja tahun 2023. *SAINTEKES: Jurnal Sains, Teknologi dan Kesehatan*, 2(4), 613–622. <https://doi.org/10.55681/saintekes.v2i4.219>
- Media, P., Terhadap, A., Dan, P., Dalam, S., Penanganan, M., Pada, T., Yang, I. B. U., Anak, M., Effect, T. H. E., Audiovisual, O. F., On, M., In, A., Choking, H., Mothers, I. N., & Have, W. H. O. (2024). (Jurnal Inspirasi Kesehatan) Jika. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, 2(1), 70–83.
- Nufus, O., & Tridiyawati, F. (2023). Pengaruh pelatihan terhadap keinginan ibu dalam penggunaan gym ball pelvic rocking. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5, 1461–1468.
- Raidanti, D., & Mujianti, C. (2019). Birthing ball alternatif dalam mengurangi nyeri persalinan. *AHLIMEDIA PRESS*.
- Ratumas, R. P., et al. (2020). *Edu Dharma Journal*, 4(1), 1–9.
- Salawati, R., Kambey, B., & Tanbajong, H. (2021). Efektivitas terapi intervensi non farmakologis pada persalinan parturien pervaginam. *E-CliniC*, 9(2), 318. <https://doi.org/10.35790/ecl.v9i2.32861>
- Shelemo, A. A. (2023). Efektivitas kombinasi pijat endorfin dan aromaterapi lavender dengan pijat endorfin dan aromaterapi chamomile terhadap nyeri persalinan di Puskesmas Karangmalang. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Wati, L., Monarisa, M., & Hamdanesti, R. (2022). Pengaruh metode birth ball terhadap intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di Praktek Mandiri Bidan (PMB) Fifi Maryoni. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), 89. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i1.1666>