

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Persalinan merupakan proses fisiologis alami yang dialami oleh setiap ibu hamil, ditandai dengan pengeluaran hasil konsepsi yaitu bayi dan plasenta, dari rahim ke dunia luar. Proses ini melibatkan peregangan dan pelebaran serviks (mulut rahim) yang terjadi akibat kontraksi otot-otot uterus untuk mendorong janin keluar. Setiap kontraksi uterus memberikan tekanan yang cukup kuat, tidak hanya pada serviks, tetapi juga pada struktur di sekitarnya seperti kandung kemih, rektum, tulang belakang, dan tulang pubis. Tekanan inilah yang menjadi penyebab utama timbulnya rasa nyeri selama proses persalinan (Danuatmaja Bonny, 2004).

Nyeri persalinan merupakan salah satu bentuk nyeri yang paling intens dan umum dialami oleh wanita selama proses persalinan. Menurut sebuah tinjauan yang diterbitkan di *Cochrane Database of Systematic Reviews*, sekitar 90% wanita mengalami nyeri hebat saat persalinan, dengan banyak di antara mereka melaporkan bahwa rasa sakit tersebut sangat menyakitkan dan menguras energi (Jones *et al.*, 2012). Data menunjukkan bahwa mayoritas wanita di Asia Tenggara, termasuk Indonesia, mengalami nyeri persalinan yang signifikan. Sebuah studi menemukan bahwa 97,6% ibu primipara muslim di Indonesia yang berpartisipasi mengalami nyeri persalinan pada tingkat tinggi saat pembukaan serviks mencapai 3-4 cm, dengan skor rata-rata

8,63 pada Skala Analog Visual (VAS), menunjukkan intensitas nyeri yang parah selama tahap aktif persalinan (Nursanti, Anggraini dan Purwaningsih, 2020).

Nyeri yang terjadi pada proses persalinan membuat ibu hamil cenderung lebih memilih untuk menghindari proses persalinan spontan dengan melakukan *sectio caesarea* (SC) atau *SC on request* sebagai upaya untuk tidak merasakan sensasi nyeri yang diakibatkan oleh proses persalinan spontan tersebut. Studi menemukan ketidaktersediaan manajemen nyeri yang memadai selama persalinan dapat menjadi faktor utama yang bertanggung jawab atas lebih dari setengah keputusan wanita untuk memilih SC sebagai metode persalinan. Ketersediaan manajemen nyeri yang memadai selama persalinan dapat mengurangi keputusan wanita untuk menjalani SC lebih dari 50%, terutama pada mereka yang menghadapi nyeri persalinan dengan intensitas sedang hingga berat (Shaaban *et al.*, 2018).

Penanganan dan pemantauan nyeri pada kala I persalinan sangat krusial, karena menentukan apakah persalinan dapat berlangsung normal atau memerlukan tindakan medis akibat nyeri yang berlebihan. Metode pengurangan nyeri persalinan yang umum digunakan di fasilitas kesehatan di Indonesia adalah penggunaan analgesik dan anestesi, seperti epidural. Meski efektif, metode farmakologis ini memiliki berbagai risiko efek samping bagi ibu dan bayi, seperti penurunan tekanan darah, gangguan pernapasan, dan dampak jangka panjang lainnya (Jones *et al.*, 2012). Untuk mengatasi hal ini, pendekatan non-farmakologis seperti hipnoterapi dan aromaterapi mulai

banyak diterapkan dalam praktik kebidanan. Teknik ini dinilai lebih aman karena tidak menggunakan bahan kimia yang dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu dan bayi (Levett *et al.*, 2016).

Aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) mempunyai kandungan zat aktif berupa linalool dan linalyl yang dapat berfungsi sebagai analgetik, dan mampu mempengaruhi sistem limbik di otak dan mampu menghasilkan hormon endorfin dan enkefalin yang mempunyai sifat penghilang rasa nyeri, serta hormon serotonin yang mempunyai efek menghilangkan ketegangan atau stres serta kecemasan (Perez, 2003). Studi yang dilakukan oleh Pratiwi (2024) menemukan bahwa ibu yang menggunakan aromaterapi lavender selama persalinan melaporkan tingkat nyeri yang lebih rendah dan merasa lebih puas dengan pengalaman melahirkan mereka.

Terapi non farmakologi lain yang telah terbukti memiliki pengaruh terhadap penurunan nyeri yaitu hipnoterapi. Penelitian yang dilakukan oleh Kamalimanesh (2025) menunjukkan bahwa nyeri persalinan pada pembukaan serviks 8–10 cm secara signifikan lebih rendah dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p < 0,001$) (Kamalimanesh *et al.*, 2025). Hipnosis dapat mencegah stimulus nyeri dalam otak menembus pikiran sadar, teori tertentu menyebutkan bahwa hipnosis bekerja dengan mengaktifkan saraf dalam otak yang menyebabkan pelepasan zat enkefalin dan endorfin (Cahyadi, 2017).

Hipnoterapi *Relax Birth* merupakan bentuk terapi hipnosis berbasis audio yang tersedia dalam aplikasi *Relax Birth*. Terapi ini memadukan skrip sugestif positif, afirmasi, dan panduan relaksasi yang telah tervalidasi oleh ahli

hypnobirthing. Dilengkapi dengan suara alam dan musik instrumental, audio ini membantu menciptakan ketenangan, menurunkan kecemasan, dan meningkatkan kesiapan mental ibu dalam menghadapi persalinan secara alami.

Penggunaan hipnoterapi pada ibu bersalin terbukti lebih efektif dalam menciptakan ketenangan dan kenyamanan saat dikombinasikan dengan aromaterapi. Studi oleh Alimah L. di RSI Banjarnegara menunjukkan bahwa kombinasi hipnoterapi dan aromaterapi lavender menghasilkan penurunan nyeri yang lebih signifikan dibandingkan dengan hipnoterapi saja. Rata-rata skala nyeri pada kelompok intervensi menurun dari 6,22 menjadi 4,06, sedangkan pada kelompok kontrol hanya turun dari 5,00 menjadi 4,31. Hasil ini menunjukkan bahwa kombinasi kedua terapi tersebut memiliki efek sinergis dalam mengurangi intensitas nyeri pasca operasi sectio caesarea (Alimah, 2023).

Klinik Pratama Puri Adisty merupakan fasilitas kesehatan yang memiliki angka persalinan yang tinggi di kota Yogyakarta. Berdasarkan data register Klinik Pratama Puri Adisty terdapat sejumlah 289 persalinan normal pada tahun 2024. Manajemen nyeri persalinan yang telah diterapkan di klinik Puri Adisty yaitu rileksasi napas, penggunaan *gymball*, dan dukungan pendampingan persalinan oleh keluarga dan bidan. Penggunaan aromaterapi dan hipnoterapi belum menjadi alternatif pilihan dalam mengurangi nyeri persalinan di Klinik Puri Adisty.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Pengaruh Kombinasi Hipnoterapi *Relax Birth* dan Aromaterapi

terhadap Nyeri Persalinan pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif di Klinik Pratama Puri Adisty Yogyakarta”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan pada latar belakang, rumusan masalah penelitian ini dijabarkan seperti berikut : Bagaimanakah pengaruh kombinasi hipnoterapi *Relax Birth* dan aromaterapi terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif di Klinik Pratama Puri Adisty Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya pengaruh kombinasi hipnoterapi *Relax Birth* dan aromaterapi terhadap nyeri persalinan pada ibu inpartu kala I fase aktif di Klinik Pratama Puri Adisti Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya analisis karakteristik ibu inpartu kala I fase aktif di Klinik Pratama Puri Adisty Yogyakarta.
- b. Diketahui perbedaan rerata nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan kombinasi hipnoterapi *Relax Birth* dan aromaterapi pada kelompok intervensi.
- c. Diketahui perbedaan rerata nyeri persalinan sebelum dan sesudah diberikan rileksasi napas pada kelompok kontrol.
- d. Diketuinya perbedaan rerata penurunan nyeri persalinan pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol.

D. Ruang Lingkup

1. Ruang Lingkup Materi

Ruang lingkup materi dalam penelitian ini mencakup analisis pengaruh kombinasi hipnoterapi *Relax Birth* dan aromaterapi terhadap nyeri persalinan pre dan post intervensi, serta analisis karakteristik yang melekat pada responden yang turut mempengaruhi nyeri persalinan.

2. Ruang Lingkup Responden

Responden dalam penelitian ini adalah ibu primigravida inpartu kala I fase aktif yang dipilih secara *consecutive sampling*.

3. Ruang Lingkup Tempat

Penelitian dilakukan di Klinik Puri Adisty Yogyakarta.

4. Ruang Ruang Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan April hingga Mei 2025.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu kebidanan, khususnya dalam bidang manajemen nyeri persalinan melalui pendekatan non-farmakologis. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang bagaimana pendekatan kombinasi hipnoterapi dan aromaterapi dapat digunakan secara efektif untuk meningkatkan kenyamanan ibu selama proses persalinan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat mengubah pendekatan yang digunakan dalam pelayanan kesehatan maternal seperti di rumah sakit, Bidan Praktik Mandiri dan klinik bersalin, dengan menyediakan alternatif yang aman dan efektif untuk mengelola nyeri persalinan sehingga dapat meningkatkan kualitas pelayanan kebidanan secara keseluruhan.

b. Bagi Ibu Hamil dan Ibu Bersalin

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi ibu hamil dan bersalin untuk dapat mempertimbangkan penggunaan kombinasi hipnoterapi *Relax Birth* dan aromaterapi sehingga dapat memberikan kenyamanan dan pengalaman yang lebih baik selama proses persalinan dengan mengurangi rasa sakit dan kecemasan.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi berharga bagi institusi pendidikan yang dapat digunakan sebagai bahan ajar untuk memperkenalkan metode non-farmakologis dalam manajemen nyeri persalinan kepada mahasiswa kebidanan.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat mendorong mahasiswa dan peneliti selanjutnya untuk terus melakukan riset lebih lanjut tentang metode alternatif dalam mengurangi nyeri persalinan, sehingga berkontribusi pada peningkatan ilmu pengetahuan di bidang ini.

F. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian serupa yang pernah dilakukan yaitu :

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Judul/Peneliti/ Tahun	Desain Penelitian/ Analisis Data	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1.	Pengaruh Kombinasi Hipnoterapi dan Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri <i>Post Sectio Caesarea</i> di RSI Banjarnegara (Alimah, 2023)	Menggunakan rancangan penelitian Pre-tes-Post-tes <i>with control group</i> . Jumlah sampel sebanyak 72 responden yang terdiri dari 36 responden kelompok intervensi dan 36 responden kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>Numerical Rating Scale</i> (NRS).	Rata-rata skala nyeri pada kelompok intervensi sebelum diberikan intervensi 6,22 dan setelah diberikan intervensi 4,06, sedangkan pada kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi 5,00 dan setelah diberikan intervensi 4,31. Hal ini menunjukkan penurunan pada kelompok intervensi kombinasi hipnoterapi dan aromaterapi lavender lebih besar.	Persamaan dengan penelitian saat ini yaitu dari terapi perlakuan yang digunakan. Perbedaan dengan penelitian saat ini yaitu pada responden penelitian dan variabel dependen yaitu nyeri <i>Post Sectio Caesarea</i> .
2.	Pemberian Kompres Air Hangat dan Aromaterapi Mawar terhadap Penurunan Nyeri pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif (Fazdria <i>et al.</i> , 2024)	Jenis penelitian quasi eksperimental dengan desain penelitian <i>nonequivalent control group design</i> . Instrumen dengan skala nyeri NRS. Analisis dengan uji Wilcoxon test dan uji mann whitney test	Pemberian kompres hangat dan aromaterapi mawar efektif terhadap penurunan nyeri persalinan pada ibu bersalin kala I fase aktif ($p= 0,000$) dan kompres hangat dan aromaterapi sama-sama efektif dalam menurunkan nyeri persalinan ($p= 0,000$).	Persamaan dengan penelitian saat ini yaitu pada kombinasi 2 terapi. Perbedaan dari penelitian saat ini yaitu jenis terapi yang digunakan yaitu kompres air hangat dan aromaterapi mawar.
3	Pengaruh Kombinasi Hipnobirthing dan Essential Oil Bergamot terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Bersalin Kala I (Darwanti, 2024)	Jenis praeksperimental dengan desain satu kelompok pretes-postes. Kuesioner Skala Penilaian Kecemasan untuk Wanita Hamil dalam Persalinan digunakan untuk menilai kecemasan pada peserta sebelum dan sesudah intervensi. Intervensi melibatkan pemberian kombinasi hipnobirthing dan aromaterapi minyak esensial bergamot secara bersamaan selama 30 menit.	Terdapat penurunan yang signifikan dalam skor kecemasan antara periode sebelum dan sesudah intervensi ($p\text{-value Wilcoxon} = 0,000$)	Persamaan dengan penelitian saat ini yaitu pada kombinasi 2 terapi. Perbedaan dari penelitian saat ini pada variabel dependen yaitu kecemasan ibu bersalin kala I