

MANFAAT ESSENTIAL THYME TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN IBU BERSALIN KALA I FASE AKTIF

Durrotun Munafiah, Wa Ode Srie Lestari, Witri Hastuti

STIKes Karya Husada Semarang, Jl.Kompol R Soekanto No.46 Semarang, 085866518283
Alamat email: durrotunmunafiah313@gmail.com

ABSTRAK

Persalinan adalah proses lahirnya janin beserta plasenta yang diawali dengan adanya kontraksi uterus yang teratur menyebabkan penipisan dan dilatasi serviks dimana janin dan plasenta didorong menuju jalan lahir dari rahim. Saat dalam proses persalinan seorang ibu akan mengalami nyeri lalu menimbulkan stress dan rasa cemas sehingga terjadi pelepasan hormon yang berlebihan dan mengeluarkan banyak energi serta mengalami perubahan pada fisiologis maupun psikologis ibu. Salah satu cara untuk menangani kecemasan ditinjau dari cara non farmakologi yaitu menggunakan aroma terapi. Tujuan penelitian menganalisis pengaruh essential thyme terhadap kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif. Jenis penelitian ini quasi eksperimental dengan rancangan post test only control group design dengan sampel penelitian pasien ibu bersalin kala I fase aktif diruang bersalin RSUD K.R.M.T Wongsonegoro. Pengambilan data responden menggunakan lembar observasi Hamilton Rating scale for anxiety (HARS). Data dianalisis dengan mann-whitney nilai signifikan $P < 0.05$. Tingkat kecemasan ibu bersalin kelompok intervensi median 13.00 dan kelompok kontrol median sebesar 28.00. Hasil uji mann-whitney menunjukkan nilai p-value = 0.000. Ada pengaruh essential thyme terhadap kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif.

Kata kunci: essential thyme; kecemasan; persalinan

ABSTRACT

Labor is the process of opening and thinning the cervix where this is the movement of the fetus, placenta and membrane from the uterus to the birth canal. In labor process, mother will experience pain that causing stress and anxiety which causes the release of excessive hormones such as catecholamines and steroids and naturally mother will give off a lot of energy and experience changes - both physiological and psychological changes. Anxiety is a concern that is not clearly related to feelings of uncertainty and helplessness, so having to seek treatment, the form of intervention given is in the form of non-pharmacological treatment. One of them uses essential thyme. essential thyme contains antiseptic, antibacterial and linalool compounds. Where the content of this compound has properties that can calm and overcome panic attacks. To prove the effect of essential thyme on maternal anxiety during the active phase I. This type of research was quasi experimental with a post test only control group design. The sample of this study was the maternal patient at the time of the physiologically active phase in the maternity room at the RSUD K.R.M.T Wongsonegoro of Semarang City. Data collection used observation sheet Hamilton Rating scale for anxiety (HARS). Data were analyzed by Mann-Whitney with a significant $p < 0.05$. The maternal anxiety level in the essential thyme group obtained a median of 15.00 and the control group (not given essential thyme) obtained a median of 28.00. The mann-whitney test results show p-value = 0,000. there is an influence of essential thyme on maternal anxiety during the active phase I. Essential thyme is recommended for maternal anxiety to reduce anxiety levels in a non-pharmacological way.

Keywords: anxiety level; essential thyme; labor

LATAR BELAKANG

Persalinan merupakan proses lahirnya janin beserta plasenta yang diawali dengan adanya kontraksi uterus yang teratur menyebabkan penipisan dan dilatasi serviks dimana janin dan plasenta didorong menuju jalan lahir dari rahim. Saat dalam proses persalinan seorang ibu akan mengalami nyeri dalam sehingga menimbulkan stress dan rasa cemas sehingga terjadi pelepasan hormon. Merangsang respon stres neuroendocrinological dan mengeluarkan banyak energi serta mengalami perubahan pada fisiologis maupun psikologis ibu. (Syukrini, 2016).

Provinsi Jawa Tengah didapatkan data jumlah kematian ibu pada tahun 2016 kembali turun yaitu menjadi 109,65/100.000 kelahiran hidup, pada tahun 2015 Angka Kematian Ibu yaitu 102/100.000 kelahiran yang hidup dan Angka Kematian Bayi yaitu 23/1000 kelahiran yang hidup Hal ini menunjukkan permasalahan kematian ibu sudah mulai teratasi di Provinsi Jawa Tengah. (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2016). Sehingga perlu adanya asuhan pencegahan terjadinya komplikasi persalinan yang salah satunya disebabkan adanya cemas. Rasa takut dan sakit menimbulkan stress yang mengakibatkan pengeluaran adrenalin, sehingga mengakibatkan penyempitan pembuluh darah dan mengurangi aliran darah yang membawa oksigen ke rahim sehingga terjadi penurunan kontraksi rahim menyebabkan memanjangnya waktu persalinan yang tidak menguntungkan bagi ibu maupun janin yang berada dalam rahim ibu.

Essential thyme telah lama digunakan oleh negara – negara mediterania (Eropa – Italia Selatan). Aroma terapi essential thyme memiliki sifat antiseptic, anti bakteri, anti spasmodic, hipertensi, karena punya sifat menenangkan dan mengatasi depresi. Sehingga perlu diketahui manfaat essential thyme pada ibu bersalin. Tujuan penelitian ini adalah menganalisa pengaruh essential thyme terhadap kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif

METODE

Desain penelitian quasi eksperimental metode post test only control group design. Penelitian dilakukan mulai bulan desember – sampai Januari 2019 di RSUD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang. Sampel pada penelitian ini adalah 32 ibu bersalin kala I fase aktif primigravida dan multigravida yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok intervensi (aroma terapi essential thyme) dan kelompok kontrol.

Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Instrument dalam penelitian ini adalah Ceklis skala Hamilton Rating Scale For Anxiety (HARS), minyak Essential Thyme, dan Difusser. Responden dibagi dalam dua kelompok yaitu kelompok intervensi (yang diberikan essential thyme dan kelompok kontrol (tidak diberi essential thyme). Masing-masing kelompok kemudian dilakukan observasi untuk menilai tingkat kecemasan. Setelah diobservasi dan mendapatkan hasil penelitian, maka disajikan dalam analisis univariat. Uji normalitas data tidak berdistribusi normal, kemudian melakukan uji statistic analisis bivariate menggunakan uji Man Whitney untuk menguji pengaruh dua kelompok yang independen (saling bebas).

HASIL

Tabel 1: Tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif kelompok intervensi (essential thyme) di RSUD K.R.M.T Wongsonegoro tahun 2019

Variabel	N	Median ± SD	Min-Max
Kelompok yang diberikan essential thyme	16	13.00 ± 3.478	10-20

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif yang diberikan essential thyme dengan rata-rata skor kecemasan 13, skor minimal 10 dan maksimal 20.

Tabel 2 Tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif kelompok kontrol di RSUD K.R.M.T Wongsonegoro tahun 2019

Variabel	N	Median \pm SD	Min-Max
Kelompok yang tidak diberi essential thyme	16	28.00 \pm 2.696	22-31

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif yang tidak diberikan essential thyme dengan rata-rata skor kecemasan 28, skor minimal 22 dan maksimal 31.

Tabel 3 Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol Di Ruang Bersalin RSUD K.R.M.T Wongsonegoro tahun 2019

N	Variabel	Mean Rank	P-Value
16	Kelompok Intervensi	8.50	0.000
16	Kelompok Kontrol	24.50	

Berdasarkan analisa bivariat dengan menggunakan uji Man Whitney nilai p-value (Asym sig = 0.000), Ha diterima dan H0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan tingkat kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif yang diberikan essential thyme dan yang tidak diberikan essential thyme di RSUD K.R.M.T Wongsonegoro.

PEMBAHASAN

Dari data tingkat kecemasan pada kelompok intervensi (essential thyme) sebagian besar mengalami tingkat kecemasan ringan. Kandungan essential thyme dapat meningkatkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak dan gelombang tersebut yang dapat membantu untuk menciptakan keadaan menjadi rileks. Essential thyme memiliki

komponen kimia yang kandungannya yaitu linalool yang berefek sebagai anti cemas (relaksasi) dan anti depresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh essential thyme terhadap kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif di ruang bersalin RSUD K.R.M.T Wongsonegoro dengan nilai p-value (Asym sig = 0.000). Hal ini diungkapkan Curzik, et al bahwa kecemasan dapat timbul dari reaksi seseorang terhadap nyeri. Hal ini akan meningkatkan aktifitas saraf simpatik dan meningkatkan sekresi katekolamin. Sekresi katekolamin yang berlebihan akan menimbulkan penurunan aliran darah ke plasenta sehingga membatasi suplai oksigen serta penurunan efektifitas dari kontraksi uterus yang dapat memperlambat proses persalinan. Sama dengan penelitian C. Reck dkk bahwa persalinan spesifik kecemasan berdampak pada lama persalinan.

Persalinan merupakan proses lahirnya janin beserta plasenta yang diawali dengan adanya kontraksi uterus yang teratur menyebabkan penipisan dan dilatasi serviks dimana janin dan plasenta didorong menuju jalan lahir dari rahim. Saat dalam proses persalinan seorang ibu akan mengalami nyeri dalam sehingga menimbulkan stress dan rasa cemas sehingga terjadi pelepasan hormon. Merangsang respon stres neuroendocrinological dan mengeluarkan banyak energi serta mengalami perubahan pada fisiologis maupun psikologis ibu. (Syukrini, 2016).

Secara epidemiologis, kecemasan dapat terjadi pada semua persalinan baik pada persalinan primigravida maupun multigravida. Rasa takut dan sakit menimbulkan stress yang mengakibatkan pengeluaran adrenalin yang mengakibatkan penyempitan pembuluh darah sehingga terjadi penurunan kontraksi rahim menyebabkan memanjangnya waktu persalinan sehingga perlu adanya upaya untuk mengurangi kecemasan dengan memanfaatkan aromaterapi essential thyme (Syukrini, 2016).

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh essential thyme terhadap penurunan kecemasan ibu bersalin kala I fase aktif di ruang bersalin RSUD K.R.M.T Wongsonegoro. RSUD K.R.M.T Wongsonegoro dan Bidan sebaiknya memfasilitasi pemberian essential thyme sebagai salah satu terapi alamiah untuk menurunkan kecemasan ibu saat bersalin kala I fase aktif.

REFERENSI

- Amir H, Asgari, Ramin F. Physiology of parturition. *International journal of Advanced Biological and Biomedical Research*. 2013;1(3):214-21.
- Ahmet Salih Sonmezdag, Hasim Kelebek, Serkan Selli. Characterization of aroma-active and phenolic profiles of wild thyme (*Thymus serpyllum*) by GC-MS-Olfactometry and LC-ESI-MS/MS. *J Food Sci Technol* (April 2016) 53(4):1957–1965
- C. Reck, K. Zimmer, S. Dubber, B. Zipser & B. Schlehe & S. Gawlik. The influence of general anxiety and childbirth-specific anxiety on birth outcome. *Arch Womens Ment Health* (2013) 16:363–369
- Depkes RI. 2016. Profil Kesehatan Indonesia 2016. Diakses pada tanggal 10 September 2018. www.depkes.go.id
- Doris Curzik, Natasa Jokic-Begic. Anxiety sensitivity and anxiety as correlates of expected, experienced and recalled labor pain. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 2011; 32(4): 198–203
- Jeremy L. Neal, Nancy K, Karen L. Ahijevych, Thelma E. Patrick, Cabbage, dkk. 'Active Labour' Duration and dilatation rates among low-risk, nulliparous women with spontaneous labour onset: a systematic review. *J Midwifery Womens Health*. 2011;55(4):308–18
- Syukrini, R.D., 2016 . Pengaruh Aromaterapi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin kala I. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*.