

## Abstrak

### PENGARUH AROMATERAPI *PEPPERMINT* TERHADAP NYERI PERINEUM PADA IBU POSTPARTUM

Teguh Triana<sup>1</sup>, Desiyani Nani<sup>2</sup>, Aprilia Kartikasari<sup>3</sup>

**Latar Belakang :** Luka ruptur perineum spontan maupun episiotomi merupakan luka yang terjadi ketika proses persalinan yang mengakibatkan nyeri dan jika tidak ditangani dapat menyebabkan ketidaknyamanan, dispareunia, maupun perdarahan. Aromaterapi *peppermint* memiliki kandungan menthol, meton, dan asetat mentil. Mekanisme aromaterapi dimulai dari *olfactory epithelium* hingga pengeluaran hormon endorfin dan serotonin yang menghambat transmisi sinyal nyeri.

**Tujuan :** Untuk mengetahui pengaruh aromaterapi *peppermint* dalam menurunkan skala nyeri perineum pada ibu postpartum

**Metodologi :** Metode penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan rancangan *pre and post with control group design* dengan menggunakan *purposive sampling* terhadap 34 responden. Instrumen yang digunakan adalah *Numeric Rating Scale* (NRS) dan diuji menggunakan uji *Independent t-test*.

**Hasil Penelitian :** Mayoritas responden pada penelitian ini adalah ibu postpartum yang berusia 20-35 tahun dengan pendidikan terakhir SMA, tidak bekerja, ibu multipara yang mengalami ruptur perineum spontan dengan luka perineum derajat 2. Rerata skala nyeri *pretest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (4,29 dan 4,76) merupakan skala nyeri sedang. Sedangkan skala nyeri *posttest* pada kelompok eksperimen (2,82) yaitu skala nyeri ringan dan pada kelompok kontrol (4,47) yaitu skala nyeri sedang.

**Kesimpulan :** Terdapat pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap nyeri perineum pada ibu postpartum.

**Kata Kunci :** Postpartum, Nyeri Perineum, Aromaterapi *Peppermint*

<sup>1</sup>Mahasiswa Jurusan Keperawatan FIKes Universitas Jenderal Soedirman

<sup>2</sup>Departemen Jurusan Keperawatan FIKes Universitas Jenderal Soedirman

<sup>3</sup>Departemen Jurusan Keperawatan FIKes Universitas Jenderal Soedirman

## Abstract

### THE EFFECT OF PEPPERMINT AROMATHERAPY ON PERINEAL PAIN IN POSTPARTUM MOTHERS

*Teguh Triana<sup>1</sup>, Desiyani Nani<sup>2</sup>, Aprilia Kartikasari<sup>3</sup>*

**Background:** Spontaneous perineal rupture or episiotomy wounds are injuries that occur during the birth process which cause pain and if left untreated can cause discomfort, dyspareunia or bleeding. Peppermint aromatherapy contains menthol, methone and menthyl acetate. The aromatherapy mechanism starts from the olfactory epithelium to the release of endorphin and serotonin hormones which inhibit the transmission of pain signals.

**Objective:** To determine the effect of peppermint aromatherapy in reducing the perineal pain scale in postpartum mothers.

**Methodology:** This research method is a quasi experiment with a pre and post with control group design using purposive sampling of 34 respondents. The instrument used was the Numeric Rating Scale (NRS) and tested using the Independent t-test.

**Research Results:** The majority of respondents postpartum mothers aged 20-35 years with a high school education, unemployed, multiparous who experienced spontaneous perineal rupture with grade 2 perineal wounds. The average pain scale pretest in the experimental group and control group was (4.29 and 4.76) which is a moderate pain scale. Meanwhile, the pain scale posttest in the experimental group was (2.82), namely a mild pain scale and in the control group (4.47), namely a moderate pain scale.

**Conclusion:** There is an effect of peppermint aromatherapy on perineal pain in postpartum mothers.

**Keywords:** Postpartum, Perineal Pain, Peppermint Aromatherapy

<sup>1</sup>Student of Nursing Departement FIKes, Jenderal Soedirman University

<sup>2</sup>Departement of Nursing, FIKes, Jenderal Soedirman University

<sup>3</sup>Departement of Nursing, Jenderal Soedirman University