



Penerapan Terapi *Guided Imagery* Kombinasi Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Ibu Inpatru Kala I Di Ruang VK RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo

Harismayanti ¹, Indriyati Wahyuni Maani ¹

¹ Program Studi Ners, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia

INFORMASI

Korespondensi:
niar.aryo@gmail.com

Keywords:

Lavender Aromatherapy,
Pain Scale, Guided Imagery
Therapy, Stage I

ABSTRACT

Objective: Labor pain is a natural defense mechanism for the danger signs of pregnancy and discomfort when experiencing uterine contractions. Guided Imagery non-pharmacological therapy aims to increase the patient's ability to tolerate pain. The aim of this research is to determine the application of Guided Imagery, a combination of lavender aroma therapy to reduce pain in mothers in the first stage of birth.

Methods: The research method used is pre-experimental research with one group pre-post test design. The sample that will be used in this research is 17 respondents from pregnant women who experienced labor pain due to uterine contractions.

Results: The results of the research showed that the majority of respondents, before the guided imagery was applied, the lavender aroma therapy combination showed a severe pain scale and after the guided imagery was applied, the lavender aroma therapy combination showed a moderate pain scale in the VK RSUD room. Prof. Dr. H. Aloei Saboe Gorontalo City. After carrying out the test using the Wilcoxon test, the P value = 0.005 with a significance level of <0.05 where P-Value=0.005 <0.05.

Conclusion: Thus, it can be concluded that H_a was accepted, which means that there was an effect of implementing guided imagery therapy combined with lavender aroma therapy on first-stage mothers in the VK room at Prof. Hospital. Dr. H. Aloei Saboe Gorontalo City.

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan kejadian fisiologis yang normal yang dialami oleh seorang ibu berupa hasil konsepsi yang hidup di dalam uterus melalui vagina ke dunia luar. Beberapa kasus seperti plasenta previa, pre eklamsia, panggul sempit, partus tak maju dan partus lama. Sedangkan indikasi janin yaitu gawat janin, kelainan letak janoin, janin besar, bayi kembar. Persalinan melalui vagina mungkin akan meningkatkan kematian ibu dan bayi sehingga diperlukan suatu cara alternatif lain untuk mengeluarkan hasil konsepsi melalui pembuatan sayatan pada dinding uterus ke dinding perut yang disebut dengan section caesarea (Muhtar, 2015).

Nyeri merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan yang dirasakan seseorang terhadap stimulus tertentu dan tidak dapat dibagi kepada orang lain. Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional akibat kerusakan jaringan yang nyata dan potensial. Pada saat proses persalinan terjadi kontraksi myometrium yang terasa begitu menyakitkan. Nyeri persalinan merupakan salah satu mekanisme pertahanan alami dengan adanya tanda bahaya kehamilan serta ketidaknyamanan ketika mengalami kontraksi rahim. Nyeri juga dapat meningkatkan aktivitas uterus yang tidak terkoordinasi sehingga dapat memeperpanjang persalinan dan membahayakan kehidupan janin dan ibu.

Nyeri persalinan hampir dirasakan oleh seluruh ibu bersalin dengan intensitas nyeri yang berbeda-beda (WHO, 2017). Sebagian besar (90%) ibu bersalin mengalami nyeri pada proses persalinannya. Murray melaporkan kejadian nyeri pada 2.700 ibu bersalin, 15% mengalami nyeri ringan, 35% dengan nyeri sedang, 30% dengan nyeri hebat dan 20% persalinan disertai nyeri sangat hebat (Rejeki et al., 2014). Rasa nyeri persalinan bersifat personal, setiap ibu bersalin mempersepsikan rasa nyeri yang berbeda-beda terhadap 2 stimulus yang sama, tergantung pada ambang nyeri yang dimilikinya (Wahyuni et al., 2019).

Menurut WHO (World Health Organization) memperkirakan setiap tahun terjadi 210 juta kehamilan diseluruh dunia dengan 20 juta perempuan mengalami kesakitan seperti rasa nyeri, dan rasa takut. The World Health Organization (WHO) memperkirakan 303.000 kematian ibu secara global pada tahun 2015, yang mana 99% terjadi di negara berpenghasilan rendah. Sekitar 8% dari semua wanita yang melahirkan mengalami persalinan lama. Persalinan lama juga dikaitkan dengan nyeri persalinan yang lebih buruk

dari yang diperkirakan. Pada primipara lama persalinan pada kala I mempunyai durasi yang lebih lama dibandingkan dengan multipara, dimana lama persalinan kala I pada primipara sekitar 13-14 jam sedangkan pada multipara sekitar 7 jam. Partus lama dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis ibu yang meliputi presepsi ibu pada rasa nyeri saat persalinan.

Berdasarkan Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 tercatat bahwa komplikasi persalinan terbanyak yaitu persalinan lama berjumlah 41%, dan jumlah persalinan melalui bedah caesarea secara nasional berjumlah 17% dari jumlah total persalinan (SDKI, 2017).

Terapi nonfarmakologi Guided Imagery bertujuan untuk meningkatkan kemampuan teloransi pasien terhadap nyeri. Guided Imagery adalah metode relaksasi untuk menghayalkan tempat dan kejadian berhubungan dengan rasa relaksasi yang menyenangkan seseorang untuk mengurangi nyeri pada pasien post sectio caesarea. Pengalihan nyeri dengan menekankan kepada pasien untuk menyadari tentang keberadaan dirinya dan ketidakberdayaan yang dirasakan sekarang adalah atas seizin dan dengan bantuan serta petunjuk dari yang maha kuasa. Hasil penelitian Kriscillia pada tahun 2020 menyatakan terdapat pengaruh pada penurunan nyeri setelah diberikan intervensi teknik Guided Imagery untuk meengurangi nyeri pada pasien post sectio caesarea (Krisicillia, 2020).

Pelatihan Guided Imagery cukup efektif untuk memunculkan keadaan tenang dan rileks. Selanjutnya otot-otot tubuh yang rileks menimbulkan dimana gelombang otak mulai melambat akhirnya membuat seseorang dapat istirahat dengan tenang. Aliran darah akan lancar, neurotransmitter penenang akan dilepaskan dan sistem syaraf akan bekerja secara baik Keuntungan dari Guided Imagery selain mendapatkan manfaat dari relaksasi juga mendapatkan kemanfaatan dari penggunaan keyakinan seperti menambah keimanan, dan kemungkinan akan mendapatkan pengalaman-pengalaman transendensi (Astutiningrum & Fitriyah, 2019)

Aroma terapi merupakan salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri persalinan dan merupakan sebuah terapi komplementer yang melibatkan penggunaan wewangian berasal dari minyak esensial. Minyak esensial dapat dikombinasikan dengan based oil (minyak campuran obat) yang dapat dihirup.

Berdasarkan survey yang dilakukan peneliti di ruang Nifas RSUD Prof DR H Aloei Saboe didapatkan

jumlah pasien yang melakukan persalinan pada bulan November sampai Desember sebanyak 40 orang. Berdasarkan hasil wawancara dengan petugas diruangan Nifas didapatkan bahwa belum ada diterapkan teknik Guided Imagery kombinasi aroma terapi lavender. Selama pasien hanya diajarkan teknik relaksasi nafas dalam untuk menurangi nyeri. Dari hasil observasi dan wawancara di atas maka penulis tertarik untuk melakukan inovasi intervensi tentang pemberian teknik Guided Imagery kombinasi pemberian aroma terapi lavender untuk mengatasi nyeri pada ibu inpartu kala I.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik menyusun karya tulis ilmiah akhir Ners dengan judul “Penerapan Teknik Relaksasi Guided Imagery Kombinasi Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri pada ibu inpartu kala I Di Ruang VK RSUD Aloi Saboe Kota Gorontalo”.

METODE

Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian pra-eksperimental dengan one group pre post test design dimana pengukuran ini dilakukan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan untuk mengetahui pengaruh yang timbul sebagai akibat dari adanya perlakuan atau eksperimen tersebut. Sampel yang akan digunakan dalam penelian ini berjumlah 17 responden ibu hamil yang mengalami nyeri persalinan akibat dari kontraksi uterus. Kriteria sampel dalam penelitian ini yaitu ibu hamil dengan kontraksi uterus sehingga mengalami nyeri persalinan. Instrument penelitian yang digunakan yaitu SOP pemberian aromaterapi lavender, SOP teknik relaksasi guided imagery dan lembar observasi skala nyeri. Kemudian Teknik Analisa data yang digunakan meliputi analisa univariat untuk menjelaskan karakteristik dari responden dan variabel yang diteliti sedangkan analisis bivariat diolah menggunakan uji alternatif yaitu *wilcoxon* dengan batas nilai keputusan yaitu $\alpha < 0,05$.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik skala nyeri sebelum di berikan penerapan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender

Karakteristik Skala Nyeri	n	%
0	0	0
1-3 (Ringan)	0	0
4-6 (Sedang)	6	35,3
7-9 (Berat)	11	64,7
10 (Berat tak terkontrol)	0	0
Total	17	100

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan table diatas menunjukkan bahwa intensitas nyeri sebelum diberikan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender dari 17 responden mayoritas berada di nyeri berat dengan skala 7-9 yaitu sebanyak 11 respon-

den (64,7%) sedangkan yang nyeri sedang dengan skala 4-6 sebanyak 6 responden (35,7%).

Tabel 2. Karakteristik skala nyeri setelah diberikan penerapan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender

Karakteristik Skala Nyeri	n	%
0	0	0
1-3 (Ringan)	1	5,9
4-6 (Sedang)	14	82,4
7-9 (Berat)	2	11,8
10 (Berat tak terkontrol)	0	0
Total	17	100

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan table diatas menunjukkan bahwa intensitas nyeri setelah diberikan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender dari 17 responden mayoritas berada di nyeri sedang dengan skala 4-6 sebanyak 14 (82,4%) skala berat dengan skala 7-9 yaitu sebanyak 2 responden (11,8%) sedangkan yang nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 1 responden (5,9%).

Tabel 3. Pengaruh penerapan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender di Ruang VK RSUD. Prof. Dr. H. Aloi Saboe Kota Gorontalo menggunakan uji stastistic *Wilcoxon*

Skala Nyeri	N	Mean	SD	P-Value
Pre-test	17	2.65	0.493	0.005
Post-test		2.06	0.429	

Sumber: Data Primer 2024

Setelah dilakukan uji menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai P Value = 0.005 dengan tingkat signifikansi sebesar $< 0,05$ dimana P-Value=0.005 $< 0,05$ dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang artinya ada pengaruh dilakukannya penerapan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender pada ibu inpartu kala I di ruang VK RSUD Prof. Dr. H. Aloi Saboe Kota Gorontalo.

PEMBAHASAN

Karakteristik skala nyeri sebelum di berikan penerapan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas nyeri sebelum diberikan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender dari 17 responden mayoritas berada di nyeri berat dengan skala 7-9 yaitu sebanyak 11 responden (64,7%) sedangkan yang nyeri sedang dengan skala 4-6 sebanyak 6 responden (35,7%)

Terapi relaksasi guided imagerykombinasi aromaterapi lavender dapat mempengaruhi sistem limbik di otak yang merupakan sentralnya emosi, memori, dan suasana hati atau mood untuk menghasilkan bahan neurohormon endorfin dan enkefalin yang mempunyai sifat penghilang rasa nyeri dan serotonin yang mempunyai efek menghilangkan rasa stres dan kecemasan. Teknik relaksasi guided imageryini dirancang untuk mengatasi nyeri ber-

dasarkan teori gatekontrol. Teorigatekontrol dari Melzack dan Wall bahwa impuls nyeri dapat diatur atau dihambat oleh mekanisme pertahanan disepanjang sistem saraf pusat. Teori ini mengatakan bahwa impuls nyeri dihantarkan saat sebuah pertahanan ditutup. Salah satu cara menutup mekanisme pertahanan ini dengan merangsang sekresi endorfin yang akan menghambat pelepasan substansi P. Aromaterapi lavender ini juga dapat merangsang peningkatan hormon endorfin dengan menstimulus hipotalamus. Sesuai dengan teori Potter & Perry dalam buku Fundamental Keperawatan menjelaskan bahwa relaksasi merupakan pendekatan perilaku kognitif yang paling luas digunakan untuk manajemen nyeri. Teknik relaksasi tersebut merupakan upaya pencegahan untuk membantu tubuh segar dan bergenerasi kembali (Fira et al., 2021). Peneliti melakukan terapi relaksasi guided imagery kombinasi aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Yuandiria, 2021) menunjukkan nyeri partisipan yang diukur dengan menggunakan alat ukur Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dilakukan aromaterapi lavender partisipan pertama yaitu Ny. S mendapatkan hasil skala nyeri dengan nilai 8 yaitu nyeri berat dan 20 partisipan kedua yaitu Ny. N mendapatkan hasil dengan nilai 7 yaitu nyeri berat.

Karakteristik skala nyeri setelah diberikan penerapan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas nyeri setelah diberikan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender dari 17 responden mayoritas berada di nyeri sedang dengan skala 4-6 sebanyak 14 (82,4%) skala berat dengan skala 7-9 yaitu sebanyak 2 responden (11,8%) sedangkan yang nyeri ringan dengan skala 1-3 sebanyak 1 responden (5,9%).

Aromaterapi lavender merupakan tindakan terapeutik yang bermanfaat meningkatkan kondisi fisik dan psikologis ibu bersalin. Secara fisik baik digunakan untuk mengurangi rasa nyeri, sedangkan secara psikologis dapat rilekskan pikiran, menurunkan ketegangan dan kecemasan serta memberi ketenangan, serta meningkatkan perasaan sejahtera. Minyak lavender dapat meningkatkan relaksasi dan mengurangi rasa sakit nyeri (Gilbert dkk dalam Cashion 2013). Didalam minyak lavender terdapat kandungan linalool. Linalool adalah kandungan aktif utama yang berperan pada efek anti cemas (relaksasi) pada lavender wangi yang dihasilkan bunga lavender akan menstimulus thalamus untuk mengeluarkan enkefalin, berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami (Dewi, 2013)

Aromaterapi mendorong pelepasan neurotransmitter, seperti encephalines dan endorfin yang memiliki efek analgesik dan menghasilkan perasaan tenang. Neurotransmitter lain yang dikeluarkan dapat memperbaiki suasana hati. Efek analgesic minyak esensial dalam konteks pendekatan holistik untuk manajemen nyeri kronis, dapat digunakan sebagai tambahan atau alternatif untuk pendekatan medis konvensional. Minyak aromaterapi lavender dikenal sebagai minyak penenang, efek sedative lavender angustifo-

lia terjadi karena adanya senyawa-senyawa coumarin dalam minyak tersebut. (Haniyah, 2017)

Dalam penelitian ini peneliti melakukan pengukuran kembali setelah memberikan intervensi kombinasi Teknik relaksasi guided imagery dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri pada pasien kala 1 inpartu. Nyeri yang dialami setelah dilakukan tindakan intervensi kombinasi teknik relaksasi guide imagery dengan aromaterapi lavender responden yang merasakan penurunan nyeri skala dari nyeri sedang dan berat menjadi skala nyeri ringan dan sedang, tetapi ada beberapa pasien yang tidak mengalami penurunan secara signifikan karena nyeri yang dialami sudah dalam skala besar.

Teknik relaksasi guided imagery ini dirancang untuk menggantikan suatu perasaan yang negatif atau stress dengan menciptakan suasana yang rileks dan santai dan menyenangkan ini menurut (Sriyani, 2017). Teknik relaksasi guided imagery ini dikombinasikan dengan aromaterapi lavender, dengan melakukan teknik relaksasi dan guided imagery tubuh akan menjadi lebih rileks. Dari prasaan rileks ini akan diteruskan ke salah satu hormon yaitu hipotalamus dimana hipotalamus ini merupakan hormon endokrin yang bertugas dari mengontrol dari kerja hormonal, dimana hipotalamus ini akan menghasilkan corticotropin releasing factor (CRF). Selanjutnya CRF ini akan merangsang kelenjar pituitary untuk meningkatkan proopiomelanocortin (POMC) sehingga produksi enkephalin oleh medulla adrenal meningkat. Dan kelenjar pituitary juga akan menghasilkan endorphin sebagai neurotransiter yang mempengaruhi suasana hati menjadi rileks menurut. Dimana teknikrelaksasi guided imagery dapat menagani kejadian nyeri, depreksi, stres. Aromaterapi lavender adalah suatu cara perawatan tubuh atau penyembuhan dan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis dan memberikan ketenangan dan rileks (Cuncic, 2012). Menangani nyeri pada penderita kanker serviks penanganan yang biasa dilakukan adalah mengkonsumsi obat analgesik sesuai resep yang diberikan dengan upaya dapat menghilangkan rasa nyeri yang dialami. Saat ini intervensi penanganan nyeri pada nyeri kanker bukan hanya menggunakan farmakologis namun saat ini dapat menggunakan terapi non farmakologis yaitu kombinasi teknik relaksasi guided imagery dengan aromaterapi lavender. Ketika telah merasa tenang, kemudian menghirup aroma yang wangi, maka akan tercipta suasana lebih rileks dan menyenangkan. Menghirup aromaterapi lavender mempunyai efek rileks pada tubuh sehingga mengurangi nyeri Kushariyadi et al (2011).

Pengaruh penerapan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender di Ruang VK RSUD. Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo

Setelah dilakukan uji menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai P Value = 0.005 dengan tingkat signifikansi sebesar <0.05 dimana P-Value=0.005 <0.05 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Ha diterima yang artinya ada pengaruh dilakukannya penerapan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender pada ibu inpartu kala I di ruang VK RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo

Dari hasil implementasi dengan menerapkan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender yang diobservasi menggunakan lembar observasi dengan penilaian skala face pain scale sehingga didapatkan hasil sebelum diterapkan mayoritas mengalami nyeri berat dengan rentang skala 7-9 berjumlah 11 responden dengan presentase 64,7%. Setelah diterapkan mayoritas mengalami penurunan nyeri yang berada direntang skala 4-6 (sedang) berjumlah 14 responden dengan presentase 82,3%. Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata penurunan nyeri sebelum diterapkan guided imagery kombinasi aroma terapi lavender 2.58 dan nilai rata-rata penurunan nyeri sesudah diterapkan massage counter pressure 1.92. Hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai P Value = 0.005 dengan tingkat signifikansi sebesar

Guided imagery adalah menggunakan imajinasi seseorang dalam suatu cara yang dirancang secara khusus untuk mencapai efek positif tertentu. Imajinasi terbimbing digunakan untuk relaksasi dan meredakan nyeri serta menurunkan tekanan darah yang dapat terdiri dari penggabungan napas berirama lambat dengan bayangan mental relaksasi dan kenyataan (Fiani, 2016). Istilah guided imagery menunjuk pada berbagai teknik visualisasi sederhana, saran menggunakan imajinasi langsung, metafora dan bercerita, fantasi eksplorasi dan imajinasi yang aktif untuk menampilkan sebagai gambaran yang dapat berkomunikasi dengan pikiran.

Teknik guided imagery digunakan untuk mengelola coping dengan cara berkhayal atau membayangkan sesuatu yang dimulai dengan proses relaksasi pada umumnya yaitu meminta kepada klien untuk perlahan-lahan menutup matanya dan fokus pada nafas mereka, klien didorong untuk relaksasi mengosongkan pikiran dan memenuhi pikiran dengan bayangan untuk membuat damai dan tenang (Smeltzer & Bare, 2008).

Watanabe et al (2006) membuktikan hasil penelitiannya yang menyebutkan bahwa bimbingan imajinasi meningkatkan mood positif dan menurunkan mood negatif individu secara signifikan dan level kortisol yang diukur menggunakan saliva test juga menunjukkan penurunan yang signifikan. Guided imagery adalah proses yang menggunakan kekuatan pikiran dengan menggerakkan tubuh untuk menyembuhkan diri dan memelihara kesehatan atau rileks melalui komunikasi dalam tubuh melibatkan semua indra meliputi sentuhan, penciuman, penglihatan, dan pendengaran (Potter & Perry, 2005).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuliza et al, (2022) yang menunjukkan bahwa nyeri persalinan pada responden sebelum dilakukan guided imagery sebagian besar mengalami nyeri berat (96,7%) dan setelah dilakukan massage guided imagery menunjukkan penurunan nyeri menjadi nyeri sedang (66,7%). Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Christiani et al., 2022) tentang efektivitas aroma terapi lavender terhadap intensitas rasa nyeri pada persalinan kala I fase aktif menunjukkan aroma terapi lavender memberikan hasil nilai mean 6,700 menjadi 4,950 yang artinya ada penurunan tingkat nyeri setelah diberikan aroma terapi lavender

Asumsi peneliti yaitu dengan penerapan guided imag-

ery kombinasi aroma terapi lavender yang penilaiannya melalui metode observasi langsung ke responden dengan pengukuran intensitas nyeri menggunakan Face Pain Scale, sehingga didapatkan mayoritas responden mengatakan bahwa setelah diterapkan guided imagery kombinasi aroma terapi lavender merasa lebih rileks, tenang, nyaman dan nyeri persalinan yang dirasakannya berkurang walaupun respon nyeri yang ditunjukkan berbeda-beda pada setiap responden. Kemudian guided imagery kombinasi aroma terapi lavender juga dapat mengurangi rasa trauma pada persalinan.

KESIMPULAN

Sebagian besar responden sebelum diterapkan guided imagery kombinasi aroma terapi lavender menunjukkan skala nyeri berat dan sesudah diterapkan guided imagery kombinasi aroma terapi lavender menunjukkan skala nyeri sedang di ruangan VK RSUD. Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo. Terdapat pengaruh penerapan guided imagery kombinasi aroma terapi lavender terhadap penurunan nyeri pada ibu inpartu kala I di ruangan VK RSUD. Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo.

SARAN

Bagi Rumah Sakit

Karya ilmiah ini diharapkan menjadi sumber informasi bagi rumah sakit dalam meningkatkan pemahaman dan wawasan mengenai manfaat penerapan terapi guided imagery kombinasi aroma terapi lavender terhadap penurunan nyeri pada ibu bersalin kala I sehingga rumah sakit dapat menerapkannya.

Bagi Profesi Keperawatan

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat dipertimbangkan sebagai salah satu tindakan keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan pada ibu hamil dengan nyeri hebat ketika akan bersalin sehingga membantu merileksasikan dan mengurangi trauma pada persalinan.

Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini dapat dijadikan referensi mahasiswa keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo dalam memberikan asuhan keperawatan maternitas yaitu antenatal care terutama pada ibu yang mengalami nyeri hebat pada saat masuk masa persalinan sehingga dapat menurunkan nyeri dan rasa trauma.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdila Nisa. (2016). Pengaruh terapi guided imagery terhadap tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi. Universitas airlangga. Surabaya
- Arikunto. (2017). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, B. P. (2017). *Survei Demografi dan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI & USAID
- Kurniarum, A. (2016). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Notoadmodjo, S. (2017). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Rejeki, S., Nurullita, U., & Krestanti, R. (2014). Tingkat Nyeri Pinggang Kala I Persalinan melalui Teknik Back- Effluerage dan Counter- Pressure. *Jurnal Keperawatan Maternitas*,
- Patricia dalam Kalsum, (2012). Pengaruh Teknik Relaksasi Guided Imagery terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Wanita dengan Insomnia Usia 20-25 Tahun. *Jurnal Makalah Kesehatan FKUB*
- Potter, P. A., & Perry, A. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan, Volume 2, Edisi 4*. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta. World Health Organization, (2019). *Maternal Mortality*. Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>, diakses 02 Januari 2024