

**“MANFAAT AROMATERAPI LEMON TERHADAP PENURUNAN NYERI
PERSALINAN KALA SATU FASE AKTIF”**

Findaanggela02@gmail.com

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang: Persalinan merupakan proses yang fisiologis untuk ibu hamil, namun bagi beberapa perempuan persalinan kadang diliputi oleh rasa takut dan cemas. Rasa takut dan cemas terhadap nyeri persalinan dapat merangsang pengeluaran hormon steroid dan katekolamin dan steroid yang sangat berlebihan.

Aromaterapi adalah terapi yang menggunakan minyak murni untuk membantu menyegarkan dan juga meningkatkan keadaan fisik dan psikologi sehingga menjadi baik. Aromaterapi mempunyai efek yang positif karena aroma yang segar dan juga harum dapat merangsang sensori reseptor dan akhirnya dapat mempengaruhi organ lainnya sehingga menimbulkan efek kuat terhadap emosi.

Tujuan: Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu hamil yang akan menjalani proses persalinan secara normal dengan salah satunya menggunakan pengobatan non farmakologi berupa aromaterapi inhalasi lemon.

Metode: Dilakukan dengan meneteskan aroma terapi pada kapas dan menghirupnya selama 5-10 menit dengan jarak lebih kurang 20 cm dari hidung

Deskripsi Luaran: Tema poster ini adalah Manfaat Aroma Terapi Lemon Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Persalinan Kala Satu Aktif, dibuat dengan aplikasi pengolahan gambar Corel Draw X8 dengan ukuran tinggi 80 cm dan lebar 60 cm.

Kesimpulan: Poster dapat membantu mengedukasi, khususnya ibu hamil dan dapat digunakan sebagai salah satu alternatif mengurangi rasa nyeri dengan nonfarmakologi pada ibu hamil rasa nyeri kala satu aktif yaitu berupa aroma terapi lemon.

Kata Kunci: Poster, Nyeri Persalinan, Aroma Terapi Lemon.