

PENURUNAN INTENSITAS NYERI KALA I FASE AKTIF DENGAN AROMATERAPI MINYAK ESENSIAL LEMON

Mahdalena Prihatin Ningsih, Nurul Aziza Ath Thaariq, Lisa Rahmawati
Poltekkes Kemenkes Padang
email: mahdalenaningsih@gmail.com

Riwayat Artikel: Diterima: 23-07-2024, direvisi: 13-09-2024, dipublikasi: 28-05-2025

ABSTRACT

A problem that often occurs during the birthing process is pain. Data shows that of 2700 women giving birth, 20% of them had very severe pain, 30% of them had severe pain, 35% of them had moderate pain, and only 15% had mild pain. Management of labor pain can be managed pharmacologically or non-pharmacologically. This study aimed to determine the effect of lemon essential oil aromatherapy on reducing the intensity of pain in labor during the first active phase. The design of this research was quasi-experiment with non-equivalent control group pretest-posttest. The number of samples used was 14 respondents in each group. The Wilcoxon statistical test obtained a p-value of 0.000 which shows the influence of lemon essential oil aromatherapy on reducing the intensity of pain in labor during the first active phase at Solok Selatan Hospital. It is hoped that health workers can provide caring services for mothers with management to reduce pain when mothers give birth.

Keywords: *aroma therapy; lemon essential oil; labor pain*

ABSTRAK

Masalah yang sering terjadi selama proses persalinan adalah nyeri. Data menunjukkan dari 2700 ibu bersalin, 20% diantaranya dengan nyeri sangat hebat, 30% diantaranya dengan nyeri hebat, 35 % diantaranya dengan nyeri sedang, dan hanya 15% dengan nyeri ringan. Manajemen nyeri persalinan dapat ditatalaksana secara farmakologi maupun non-farmakologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi minyak esensial lemon terhadap penurunan intensitas nyeri ibu bersalin kala I fase aktif. Desain penelitian ini yaitu *quasi-experiment* dengan *non-equivalent control group pretes-post test*. Jumlah sampel yang digunakan 14 responden pada masing-masing kelompok. Uji statistik wilcoxon didapatkan p-value 0,000 yang menunjukkan adanya pengaruh aromaterapi minyak esensial lemon terhadap penurunan intensitas nyeri ibu bersalin kala I fase aktif di RSUD Solok Selatan. Diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan pelayanan asuhan sayang ibu dengan manajemen pengurangan rasa nyeri pada saat ibu bersalin.

Kata Kunci: aromaterapi; minyak esensial lemon; nyeri persalinan

Pendahuluan

Persalinan merupakan waktu yang dinantikan oleh ibu hamil. Namun selama proses persalinan sering ditemukan hambatan atau masalah yang dapat mempengaruhi kesehatan ibu maupun bayi (Novita, Setiawati,

& Fiesta, 2021). Masalah yang sering terjadi selama proses persalinan adalah nyeri (Reeder, Martin, & Koniak-Griffin, 2014). Data menunjukkan dari 2700 ibu bersalin, 20% diantaranya dengan nyeri sangat hebat, 30% diantaranya dengan nyeri hebat, 35% diantaranya dengan nyeri sedang, dan hanya

15% dengan nyeri ringan (Handayani, Patimah, & Wahyuni, 2023).

Nyeri persalinan merupakan reflek fisik dan psikis ibu. Nyeri akibat kontraksi uterus mengakibatkan respon stres yang berefek pada proses fisiologis kala I persalinan (Widiawati & Legiati, 2018). Nyeri persalinan menyebabkan ibu gelisah, tegang, serta stres yang mengakibatkan pelepasan hormon adrenalin, katekolamin, dan steroid yang berlebihan. Peningkatan hormon katekolamin menyebabkan gangguan pada kontraksi uterus yang dapat menyebabkan inersia uterus yang berdampak partus lama. Dampak partus lama pada ibu diantaranya atonia uteri, perdarahan, kelelahan, serta shock. Dampak partus lama pada janin diantaranya asfiksia, cedera, dan trauma cerebri (Sukma, Masthura, & Desreza, 2022).

Penanganan nyeri dalam persalinan harus mendapatkan perhatian dari penolong persalinan. Namun, penolong sering melupakannya. Hal ini menyebabkan ibu memiliki pengalaman persalinan yang buruk, trauma persalinan yang dapat berefek postpartum blues. Sehingga penolong persalinan perlu memenuhi kebutuhan rasa aman dan nyaman selama proses persalinan (Zaharoh, Adriyani, & Yanti, 2021).

Manajemen nyeri persalinan dapat ditatalaksana secara farmakologi maupun non-farmakologi. Nyeri persalinan yang tidak tertahankan, mendorong ibu bersalin menggunakan obat analgetik maupun sedative, dimana obat tersebut memberikan efek samping seperti *fetal hipoksia*, penurunan *heart rate/ central nervous system (CNS)* (Mander, 2012). Penatalaksanaan secara non farmakologi yaitu pemberian asuhan komplementer yang lebih aman, sederhana, tidak menimbulkan efek yang merugikan, serta sesuai dengan asuhan sayang ibu (Suarmini & Tangkas, 2020).

Aromaterapi merupakan ekstrak atau esensial oil yang berasal dari bunga, tanaman, tumbuhan herbal, atau pohon yang bermanfaat untuk mengobati, menyeimbangkan tubuh, pikiran, maupun jiwa. Beberapa aromaterapi dapat mengurangi nyeri, menghilangkan rasa cemas dan takut, serta meningkatkan perasaan sejahtera (Handayani et al., 2023).

Aromaterapi lemon citrus berperan dalam pengendalian nyeri persalinan kala I. Kandungan lemon yang berperan dalam

penurunan intensitas nyeri adalah limonene. Kandungan limonene pada lemon sebanyak 60-80% dan pada bitter orange sebanyak 96,6 %. Limonene bekerja dengan mengontrol siklooksigenase I dan II dan menghambat sistem kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi rasa sakit pada saat persalinan (Afdila & Nuraida, 2021).

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi experiment* menggunakan *non equivalent control group pretest and post test design* dimana pada penelitian ini menggunakan dua kelompok subjek penelitian, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi, responden diberikan aromaterapi minyak esensial lemon secara inhalasi, dan pada kelompok kontrol, responden tidak diberikan aromaterapi.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bersalin kala I fase aktif di Ruang Bersalin RSUD Solok Selatan yang berjumlah 150 orang. Dengan menggunakan rumus penelitian analitik numerik berpasangan, didapatkan jumlah sampel masing-masing 14 pada setiap kelompok. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ibu dengan usia kehamilan aterm sedang bersalin kala I fase aktif dan tidak mengkonsumsi obat analgesik sedangkan kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah ibu dengan penyakit komplikasi dan ibu yang alergi terhadap aromaterapi minyak esensial lemon.

Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar observasi *Numeric Rating Scale (NRS)* untuk mengetahui tingkat nyeri responden. Observasi tingkat nyeri dilakukan 2 kali yaitu pada saat responden sudah memasuki masa aktif persalinan dan setelah responden mendapatkan intervensi. Intervensi berupa pemberian aromaterapi minyak esensial lemon. Pada saat responden merasakan nyeri yang kuat dan kontraksi teratur, diberikan terapi minyak esensial lemon secara inhalasi dengan menggunakan *tissue* yang telah ditetesi minyak esensial lemon sebanyak 3 tetes yang dihirup dengan jarak 2-3 cm dari hidung selama 10 menit. Intervensi dilakukan pada saat responden mengalami kontraksi. Setelah 10 menit responden diberikan intervensi, dilakukan post tes dengan

menggunakan NRS. Penelitian sebelumnya dengan intervensi aromaterapi lemon citrus 100% pure essential oil sebanyak 1-3 tetes yang diteteskan pada kassa steril kemudian dihirup langsung selama 30 menit efektif menurunkan rata-rata skor nyeri (Soraya, 2021). Hasil penelitian dianalisis menggunakan analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden dan analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon karena distribusi data tidak normal dengan tingkat kepercayaan 95% untuk menganalisis pengaruh aromaterapi minyak essensial lemon.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Jumlah	Persentase
Usia		
20-35 tahun	28	100
Pendidikan		
SMP/SMA	15	54
Diploma	9	32
Sarjana	4	14
Pekerjaan		
Bekerja	11	39
Ibu Rumah Tangga	17	61
Paritas		
Primipara	6	21
Multipara	22	79

Tabel 1 menunjukkan, mayoritas pendidikan responden adalah pendidikan menengah dengan persentase 54%. Mayoritas responden adalah ibu rumah tangga dengan persentase 61%. Mayoritas responden adalah kehamilan multipara dengan persentase 79%.

Tabel 2. Tingkat Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin Sebelum Pemberian Aromaterapi Lemon

Variabel	N	Mean	Min-Max	SD
Pre-test intervensi	14	7.64	7-9	0.633
Pre-test kontrol	14	7.43	6-8	0.756

Tabel 2 menunjukkan rata-rata tingkat nyeri ibu bersalin kala I pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi tidak berbeda signifikan, yaitu 7.64 pada kelompok intervensi dan 7.43 pada kelompok kontrol yang berarti rata-rata

responden pada kelompok kontrol maupun kelompok intervensi dalam kategori nyeri berat.

Tabel 3. Tingkat Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin Setelah Pemberian Aromaterapi Lemon

Variabel	N	Mean	Min-Max	SD
Post-test intervensi	14	5.79	4-7	0.802
Post-test kontrol	14	7.14	5-8	0.864

Tabel 3 menunjukkan rata-rata tingkat nyeri ibu bersalin kala I pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan intervensi. Setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon melalui inhalasi, rata-rata tingkat nyeri ibu adalah 5.79, yang berarti rata-rata tingkat nyeri responden pada kelompok intervensi setelah mendapatkan intervensi pemberian aromaterapi lemon dalam skala nyeri sedang. Sedangkan pada kelompok kontrol, rata-rata tingkat nyeri ibu 7.14, yang berarti rata-rata tingkat nyeri responden pada kelompok kontrol dalam skala nyeri berat.

Tabel 4. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin

Variabel	N	Mean	SD	p-value
Sebelum intervensi	14	7.64	0.633	0.001
Sesudah intervensi	14	5.79	0.576	

Tabel 4 menunjukkan pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap tingkat nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin, didapatkan $p\text{-value} = 0.001$ yang berarti terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di RSUD Solok Selatan, dimana pemberian aromaterapi lemon menurunkan rata-rata intensitas nyeri.

Tabel 5. Perbedaan Rerata Tingkat Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin Setelah Pemberian Aromaterapi Lemon

Variabel	N	Mean	SD	p-value
Kelompok intervensi	14	5.79	0.802	0,000
Kelompok kontrol	14	7.14	0.864	

Tabel 5 menunjukkan menunjukkan rata-rata tingkat nyeri ibu bersalin kala I setelah

pemberian aromaterapi lemon secara inhalasi pada kelompok intervensi adalah 5.79 dan kelompok kontrol 7.14, dengan selisih nilai rata-rata 1.35. Berdasarkan uji statistik didapatkan *p-value* 0.000 yang berarti terdapat perbedaan rerata tingkat nyeri yang signifikan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol.

Karakteristik responden dilihat dari aspek usia, pendidikan, pekerjaan usia kehamilan, dan paritas. Seluruh responden berumur 20-35 tahun. Umur berhubungan dengan pengalaman seseorang terhadap suatu masalah kesehatan atau penyakit dan pengambilan keputusan. Seseorang yang berusia lebih tua dapat merespon terhadap stressor yang dihadapi. Setiap orang memiliki cara yang berbeda dalam mengatasi dan menginterpretasikan nyeri (Novita et al., 2021).

Mayoritas responden mempunyai tingkat pendidikan menengah. Tingkat pendidikan mempengaruhi seseorang dalam memberikan respon terhadap segala sesuatu yang datang dari luar. Seseorang yang mempunyai pendidikan tinggi dapat memberikan respon lebih rasional daripada yang berpendidikan rendah. Orang dengan pendidikan tinggi diasumsikan lebih mudah menyerap informasi. Pengetahuan seseorang dalam pengelolaan nyeri diperoleh dari pengalaman klien sendiri maupun dari sumber lain (Novita et al., 2021).

Berdasarkan penilaian tingkat nyeri responden menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) didapatkan rata-rata tingkat nyeri ibu bersalin kala I pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi tidak berbeda signifikan, yaitu 7.64 pada kelompok intervensi dan 7.43 pada kelompok kontrol yang berarti rata-rata responden pada kelompok kontrol maupun kelompok intervensi dalam kategori nyeri berat. Rentang nyeri berkaitan dengan perasaan tidak nyaman. Nyeri persalinan merupakan manifestasi dari kontraksi otot uterus. Nyeri persalinan terdiri dari nyeri viseral dan nyeri somatik. Nyeri viseral disebabkan oleh dilatasi serviks dan peregangan segmen bawah rahim serta distensi korpus uteri. Pada setiap kontraksi uterus, tekanan ditransmisikan ke serviks menyebabkan peregangan dan distensi sehingga mengaktifkan rangsang nosiseptor aferen yang sebagian disebabkan oleh iskemia dalam rahim akibat kontraksi. Impuls yang dihasilkan dihantarkan ke

sumsum tulang belakang oleh serabut C aferen kecil tanpa mielin yang berjalan dengan serabut simpatis melewati fleksus pelvikus menuju nervus hipogastrik medius, kemudian menjalar ke hipogastrik superior menuju simpatis lumbal. Serabut nyeri dari rantai simpatis memasuki dorsal kornu yang terkait dengan saraf-saraf tulang belakang T10 hingga L1 dan melewati akar saraf posterior ke sinaps di dorsal kornusumsum tulang belakang. Beberapa sinaps menyeberang pada dorsal kornu dengan ekstensi rostral dan kaudal yang ekstensif sehingga menyebabkan nyeri yang terlokalisasi di perut bagian bawah. Nyeri somatik terjadi pada saat mendekati persalinan awal kala II, bersifat nyeri dan terlokalisasi ke vagina, rektum dan perineum sehingga nyeri didominasi oleh kerusakan jaringan di panggul dan perineum. Nyeri somatik menjalar ke dermatom yang berdekatan T10 dan L1. Semua impuls saraf yang dihasilkan (visceral dan somatic) menjalar ke sel-sel tanduk dorsal kemudian diproses dan ditransmisikan ke otak melalui saluran spino-thalamic. Transmisi ke sistem hipotalamus dan limbik menyumbang respons emosional dan otonom yang terkait dengan rasa sakit. Sehingga rasa sakit pada saat proses persalinan memberikan pengalaman emosional dan menghadirkan tantangan psikologis (Widiawati & Legiati, 2018). Nyeri dapat diekspresikan dengan perubahan emosional serta perilaku secara tidak langsung melalui munculnya gejala atau mekanisme koping sebagai upaya untuk mengatasi nyeri. Salah satu respon mengatasi nyeri yaitu dengan ekspresi yang dapat terlihat dari wajah serta teriak kesakitan (Sulastri, Wahyuningsih, & Hapsari, 2018).

Intervensi yang diberikan dalam penelitian ini adalah pemberian aromaterapi. Aromaterapi merupakan suatu metode pengobatan atau terapi menggunakan aroma atau bau dari bunga, buah, atau tumbuhan yang berbau harum kemudian diolah dalam bentuk minyak esensial yang dapat meningkatkan kesehatan dengan sifat terapeutik yang dimiliki (Hartati, Novitasari, Suryani, & Suryono, 2023).

Intervensi yang diberikan dalam penelitian ini adalah pemberian aromaterapi minyak esensial lemon dengan inhalasi.

Terdapat beberapa metode untuk mengatasi nyeri persalinan, baik metode farmakologis maupun nonfarmakologis. Penatalaksanaan secara non farmakologi merupakan asuhan komplementer yang lebih aman, sederhana, tidak menimbulkan efek yang merugikan, serta sesuai dengan asuhan sayang ibu (Suarmini & Tangkas, 2020).

Aromaterapi dapat diberikan dengan berbagai cara, salah satunya dengan cara inhalasi. Penggunaan aromaterapi dengan inhalasi efektif digunakan. Minyak yang dihirup membuat vibrasi di hidung yang selanjutnya mempengaruhi sistem limbik, suasana hati dan intelektualitas (Sulastri et al., 2018).

Penelitian ini memberikan intervensi inhalasi minyak esensial lemon. Responden saat merasakan nyeri yang kuat dan kontraksi teratur, diberikan terapi minyak esensial lemon secara inhalasi dengan menggunakan *tissue* yang telah ditetesi minyak esensial lemon sebanyak 3 tetes yang dihirup dengan jarak 2-3 cm dari hidung selama 10 menit. Penelitian sebelumnya dengan intervensi aromaterapi lemon citrus 100% pure essential oil sebanyak 1-3 tetes yang ditetaskan pada kassa steril kemudian dihirup langsung selama 30 menit dapat menurunkan rata-rata skor nyeri responden diukur dengan menggunakan NRS sebelum diberikan intervensi adalah 7,94 dan setelah diberikan intervensi adalah 7,59 (Soraya, 2021).

Hasil penelitian menunjukkan setelah diberikan intervensi aromaterapi lemon melalui inhalasi, rata-rata tingkat nyeri ibu adalah 5.79, yang berarti rata-rata tingkat nyeri responden pada kelompok intervensi setelah mendapatkan intervensi pemberian aromaterapi lemon dalam skala nyeri sedang. Sedangkan pada kelompok kontrol, rata-rata tingkat nyeri ibu 7.14, yang berarti rata-rata tingkat nyeri responden pada kelompok kontrol dalam skala nyeri berat. Hal ini menunjukkan pada kelompok intervensi, terdapat penurunan tingkat nyeri, dari tingkat nyeri berat menjadi sedang. Namun pada kelompok kontrol tidak.

Aromaterapi bermanfaat dalam mempengaruhi emosi seseorang dan membantu meredakan gejala penyakit. Minyak esensial yang digunakan pada aromaterapi bermanfaat untuk mengurangi stress, melancarkan sirkulasi darah, meredakan nyeri, mengurangi begkuk, mengobati infeksi oleh virus atau bakteri, tekanan darah tinggi, susah

tidur (insomnia), luka bakar, menyingkirkan zat racun dari tubuh, gangguan pencernaan, dsb. Aromaterapi mempengaruhi sistem limbik yang berada di otak yang mempengaruhi suasana hati, emosi, serta memori yang dapat menghasilkan neurohormon di endorfin dan encephalin yang berfungsi untuk menghilangkan rasa sakit serta serotonin yang berfungsi menghilangkan stres serta kecemasan saat menghadapi persalinan (Sulastri et al., 2018).

Aromaterapi yang digunakan dalam penelitian adalah minyak esensial lemon. Lemon merupakan salah satu minyak esensial tradisional dengan aroma yang kuat, segar, segar, serta memberikan energi semangat (Hartati et al., 2023). Kandungan utama lemon adalah *limonene* sebanyak 70,58%. Kandungan *limonene* yang merupakan komponen utama senyawa kimia pada jeruk berfungsi dalam menghambat kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi rasa nyeri yang dapat menjadi anestesi yang efektif untuk mengurangi rasa cemas selama proses persalinan. Kandungan lain dalam buah lemon adalah linalool. Linalool bermanfaat untuk menstabilkan sistem saraf yang dapat memberikan efek menenangkan apabila dihirup. Selain itu linalil asetat yang terkandung pada aromaterapi lemon berfungsi untuk menormalkan keadaan emosi serta mempunyai sifat sebagai obat penenang yang memberikan efek menenangkan (Nurlaili, Marsum, & Widyawati, 2024).

Minyak esensial lemon mengandung minyak aromatik yang mampu meredakan rasa nyeri. Kandungan yang terdapat pada minyak esensial lemon diantaranya limeone 66-80, geranyl acetate, neutral, terpine 6-14%, α pinene 1-4% dan mcylene (Suwanti, Wahyuningsih, & Liliana, 2018). Lemon mempunyai sifat antioksidan sehingga ketika terdapat kerusakan sel, senyawa ini akan mengikat enzim endoperoksida. Enzim endoperoksida merupakan salah satu enzim yang bertanggung jawab atas terbentuknya prostaglandin yang dapat menghambat terbentuknya mediator nyeri sehingga dapat meredakan nyeri (Namazi et al., 2014). Penelitian sebelumnya intervensi aromaterapi lemon citrus 100% pure essential oil pada 17 ibu inpartu kala I fase aktif dapat menurunkan rata-rata skor nyeri responden diukur dengan menggunakan NRS sebelum diberikan

intervensi 7,94 dan setelah diberikan intervensi menjadi 7,59 (Soraya, 2021).

Semua responden pada penelitian ini tetap mendapatkan asuhan sayang ibu dengan mendapatkan pemijatan pada punggung untuk mengurangi nyeri. Namun pada kelompok kontrol tidak diberikan intervensi aromaterapi minyak esensial lemon.

Kesimpulan

Aromaterapi minyak esensial lemon berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri ibu bersalin kala I fase aktif di RSUD Solok Selatan. Penggunaan aromaterapi lemon secara inhalasi dengan menggunakan tissue yang telah ditetesi minyak esensial lemon sebanyak 3 tetes yang dihirup dengan jarak 2-3 cm dari hidung selama 10 menit dapat diterapkan sebagai salah satu cara untuk mengurangi nyeri persalinan kala I. Keterbatasan dalam penelitian ini peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat menyebabkan penurunan nyeri pada kala I. Diharapkan untuk penelitian sebelumnya dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi nyeri persalinan pada kala I.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Poltekkes Kemenkes Padang dan RSUD Solok Selatan yang membantu pelaksanaan penelitian.

Daftar Pustaka

- Afdila, R., & Nuraida. (2021). Efektifitas Aroma Therapy Lemon dan Bitter Orange terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Kebidanan*, 7(1), 1–5.
<https://doi.org/10.33024/jkm.v7i1.3253>
- Handayani, F., Patimah, M., & Wahyuni, S. (2023). Aromaterapi Boswellia Carterii untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *JURNAL BIMTAS*, 6(1), 1–9.
<https://doi.org/https://doi.org/10.35568/bimtas.v6i1.2431>
- Hartati, Y., Novitasari, D., Suryani, R. L., & Suryono, A. (2023). Edukasi dan Implementasi Aromaterapi Lemon (Citrus) untuk Penurunan Skala Nyeri pada Pasien Post Sectio Caesarea di RSUD Dr. Soedirman Kebumen. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(3), 587–598.
<https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jpm.v5i3.1970>
- Mander, R. (2012). *Nyeri Persalinan*. Jakarta: EGC.
- Namazi, M., Akbari, S. A. A., Mojab, F., et al. (2014). Effects of Citrus Aurantium (Bitter Orange) on The Severity of First-Stage Labor Pain. *Iran Journal of Pharmacheutical Research IJPR*, 13(3), 1011–1018.
- Novita, N., Setiawati, D., & Fiesta, O. (2021). Penurunan Nyeri Persalinan Kala I dengan Aromaterapi Lavender. *Journal Complementary of Health*, 1(2), 40–46.
<https://doi.org/https://doi.org/10.36086/jch.v1i2.1118>
- Nurlaili, S., Marsum, & Widyawati, M. N. (2024). Pengaruh Aromaterapi Lemon pada Postpartum. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 15(1), 21–27.
<https://doi.org/DOI:https://dx.doi.org/10.33846/sf15nk104>
- Reeder, S. J., Martin, L. L., & Koniak-Griffin, D. (2014). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi Dan Keluarga*. Jakarta: EGC.
- Soraya, S. (2021). Pengaruh Pemberian Inhalasi Aromaterapi Lemon Citrus Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(2), 184–191.
<https://doi.org/https://doi.org/10.37012/jik.v13i2.653>
- Suarmini, K. A., & Tangkas, N. M. K. S. (2020). Pengaruh Kompetensi Asuhan Kebidanan Komplementer Massage Punggung terhadap Intensitas Nyeri Ibu Bersalin. *Jurnal Kesehatan MIDWINERSLION*, 5(235–243).
<https://doi.org/10.52073/midwinerslion.v5i2.113>

- Sukma, M., Masthura, S., & Desreza, N. (2022). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Mawar terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan di Praktek Mandiri Bidan Jawiriyah Kota Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 8(2), 590–598.
<https://doi.org/https://doi.org/10.33143/jhtm.v8i2.2306>
- Sulastri, Wahyuningsih, M. S. H., & Hapsari, E. D. (2018). The Effect of Rose Aromatherapy on Labor Pain During 1 Active Phase. *The 7th University Research Colloqium 2018*, 227–235.
<https://doi.org/10.33024/jkm.v9i1.8926>
- Suwanti, S., Wahyuningsih, M., & Liliana, A. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lemon (Cytrus) terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi pada Mahasiswi di Universitas Respati Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(1), 345–349.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.35842/jkry.v5i1.131>
- Widiawati, I., & Legiati, T. (2018). Mengenal Nyeri Persalinan pada Primipara dan Multipara. *JURNAL BIMTAS*, 2(1), 42–48.
<https://doi.org/https://doi.org/10.35568/bimtas.v2i1.340>
- Zaharoh, A., Adriyani, F. H. N., & Yanti, L. (2021). Teknik Counter Pressure untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM)*, 1009–1013.