

EFEKTIVITAS AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP INTENSITAS NYERI PERINEUM PADA IBU POSTPARTUM : EVIDENCE BASED CASE REPORT

*Effectiveness Of Lavender Aromatherapy On Perineal Pain Intensity In Post Partum
Women : Evidence Based Case Report*

Fikriya Khoerani^{1*}, Ida Widiawati², Rika Resmana³

^{1*} Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung, Prodi Pendidikan Profesi Bidan,
Email: fikri.khoer@gmail.com

² Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung, Prodi Pendidikan Profesi Bidan,
Email: idawidiawati@staff.poltekkesbandung.ac.id

³ Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung, Prodi Pendidikan Profesi Bidan,
Email: rika_resmana@yahoo.com

ABSTRACT

Background: Perineal pain is physiological for mothers who have just given birth, but this pain interferes with their ability to move, which can cause complications such as postpartum bleeding. One non-pharmacological method that can be used is lavender aromatherapy to reduce the perineal pain you feel. Aromatherapy stimulates the hypothalamus, or pituitary gland, to release endorphins, which cause feelings of calm, serenity, and happiness. In addition, the active ingredients lavender, linalool and linalyl acetate, function as an analgesic.

Purpose: The aim of this case study is to apply lavender aromatherapy to reduce perineal pain in post partum mothers. **Method:** The method used is searching for evidence through databases from PubMed and Google Scholar with publication years 2019 – 2023, full text, experimental research design/systematic review, in English or Indonesian. **Results:** The results of the case report show that lavender aromatherapy reduces perineal pain in post partum mothers who experience perineal wound pain, before being given the intervention they get a pain score of 6 and after being given the intervention for 1 hour they get a pain score of 3.

Conclusion: lavender aromatherapy reduces perineal pain in mothers postpartum.

Key words: Perineal pain, Lavender Aromatherapy.

ABSTRAK

Latar Belakang: Nyeri perineum adalah hal fisiologis bagi ibu yang baru melahirkan, tetapi nyeri ini mengganggu kemampuan mereka untuk bergerak, yang dapat menyebabkan komplikasi seperti perdarahan postpartum. Salah satu metode non farmakologis yang dapat dilakukan yaitu aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri perineum yang dirasakan. Aromaterapi merangsang hipotalamus, atau kelenjar hipofise, untuk mengeluarkan hormon endorfin, yang menimbulkan rasa tenang, tenang, dan bahagia. Selain itu, bahan aktif lavender, linalool dan linalyl acetate, berfungsi sebagai analgetik. **Tujuan:** Tujuan studi kasus ini adalah untuk mengaplikasikan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri perineum pada ibu post partum. **Metode:** Metode yang digunakan adalah cara penelusuran bukti melalui basis data dari PubMed dan Google Scholar dengan tahun terbit 2019 – 2023, full text, desain penelitian eksperimen/systematic review, dalam bahasa Inggris atau Indonesia. **Hasil:** Hasil laporan kasus menunjukkan bahwa aromaterapi lavender mengurangi nyeri perineum pada ibu post partum yang mengalami nyeri luka perineum, sebelum diberikan intervensi mendapatkan skor nyeri 6 dan setelah diberikan intervensi selama 1 jam didapatkan skor nyeri 3. **Simpulan:** aromaterapi lavender mengurangi nyeri perineum pada ibu post partum.

Kata kunci: Nyeri perineum, aromaterapi lavender

PENDAHULUAN

Ruptur perineum adalah luka yang terjadi pada perineum selama persalinan karena robekan jalan lahir, apakah itu akibat robekan atau episiotomi. Luka atau robekan jaringan yang tidak beraturan disebut robekan jalan lahir¹.

Nyeri perineum adalah hal fisiologis bagi ibu yang baru melahirkan, tetapi nyeri ini mengganggu kemampuan mereka untuk bergerak, yang dapat menyebabkan komplikasi seperti perdarahan postpartum. Menurut Rumah Sakit Royal Victoria Australia, 90 persen wanita mengalami nyeri perineum. Berjalan (33 persen), duduk (39 persen), dan tidur (45%) menyebabkan nyeri².

Nyeri pada perineum akibat ruptur perineum dapat menyebabkan kesulitan bagi wanita untuk bergerak, yang dapat menyebabkan komplikasi seperti perdarahan post partum. Selain itu, trauma pada perineum dapat menyebabkan nyeri dan ketidaknyamanan saat melakukan hubungan seksual. Selain itu, infeksi pada luka jahitan dapat merambat ke saluran kandungan kemih atau ke jalan lahir, yang dapat menyebabkan komplikasi infeksi kandung kemih dan infeksi jalan lahir. Selain itu, jaringan parut yang terbentuk setelah laserasi perineum juga dapat menyebabkan masalah. Untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan wanita di kemudian hari, identifikasi penyebab ruptur perineum yang benar dan tepat adalah penting³.

Dalam mengurangi nyeri, terapi non farmakologi sering digunakan, seperti relaksasi distraksi, kompres hangat, dan aromaterapi. Kondisi prikis, daya ingat, dan emosi seseorang dapat dipengaruhi oleh aromaterapi yang dilakukan melalui sistem sirkulasi tubuh dan sistem penciuman. Lavender adalah salah satu aromaterapi yang dapat digunakan. Aromaterapi lavender dapat memberikan rasa nyaman,

ketenangan, keyakinan, rasa tenang, dan pengurangan stres, rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, kepanikan, dan rasa sakit. Selain itu, lavender dapat mengurangi rasa sakit dan memberikan relaksasi⁴. Lavender juga memiliki sifat antikoagulan, antidepresi, dan anxiolytic. Aromaterapi merangsang hipotalamus, atau kelenjar hipofise, untuk mengeluarkan hormon endorphin, yang menimbulkan rasa tenang, tenang, dan bahagia. Selain itu, bahan aktif lavender, linalool dan linalyl acetate, berfungsi sebagai analgetik⁵.

Hasil penelitian Wiwimi Widayani 2016 menunjukkan bahwa aroma lavender dapat menurunkan intensitas nyeri jahitan perineum pada ibu yang baru melahirkan, dengan p-value 0,01⁶. Selain itu, penelitian Vakillian menemukan bahwa aromaterapi lavender dapat mengurangi nyeri perineum pada 60 ibu nifas yang mengalami laserasi spontan atau episiotomi, 40% di antaranya tidak mengalami sakit. Penelitian Dale & Cornwell menemukan bahwa aromaterapi lavender mengurangi nyeri perineum pada 635 ibu postpartum⁷.

Dari uraian di atas, peneliti tertarik untuk menilai efektifitas aromaterapi lavender terhadap nyeri luka perineum pada ibu post partum.

KASUS

Asuhan dilakukan di Puskesmas Ibrahim Adjie pada Ny.A usia 33 tahun postpartum 14 jam dengan keluhan nyeri perineum dikarenakan ada luka jahitan. Dilakukan penilaian nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan mendapat hasil 6. Diagnosis yang ditegakkan yaitu P3A0 post partum 14 jam dengan masalah nyeri jahitan perineum. Asuhan yang diberikan adalah penerapan metode non farmakologi untuk mengatasi nyeri yang dirasakan dengan menghirup aromaterapi lavender menggunakan difuser selama 1

jam dan dilakukan penilaian nyeri yang dirasakan menjadi 3 yang berarti dapat mengurangi rasa nyeri yang dirasakan.

RUMUSAN MASALAH (Arial 11, spasi 1, bold, HURUF BESAR)

Berdasarkan permasalahan dan kasus maka dapat dirumuskan pertanyaan klinis “Apakah aromaterapi lavender berpengaruh terhadap penurunan nyeri perineum?”

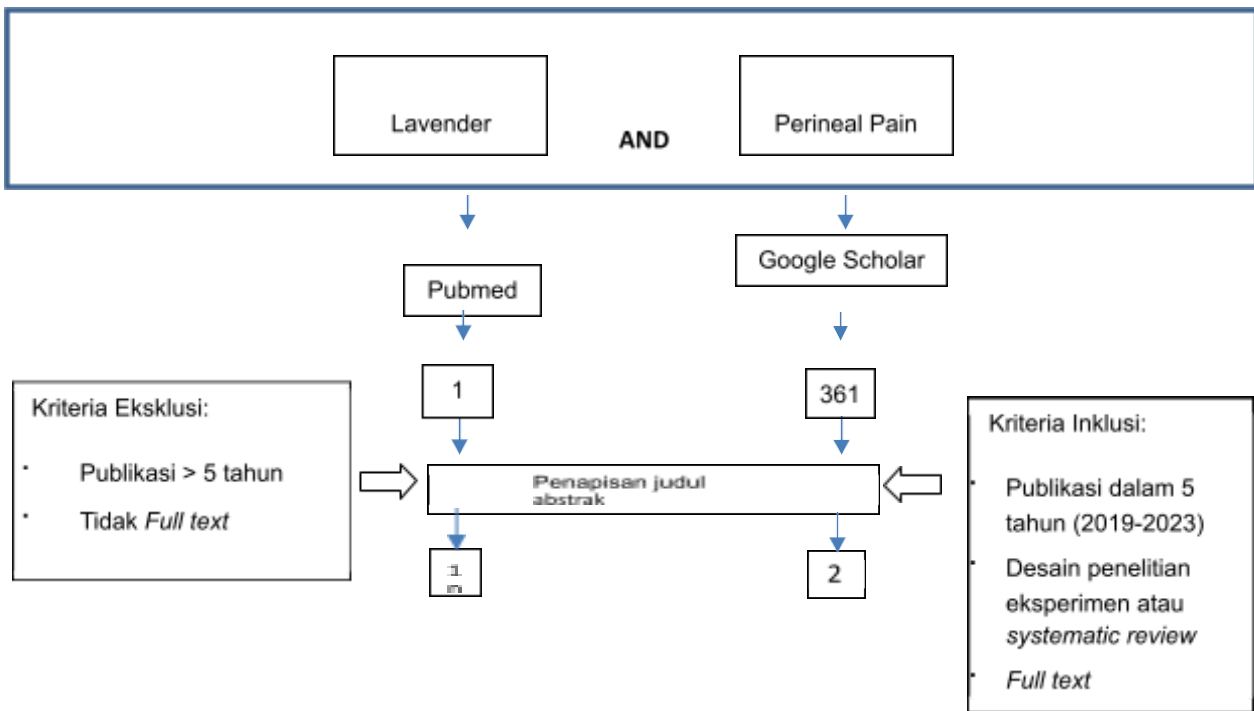
- P** : Ibu dengan ruptur perineum / Episiotomi
- I** : Aromaterapi lavender
- C** : Tidak ada intervensi lainnya
- O** : Nyeri perineum / *Perineal pain*

google scholar. Kata kunci yang digunakan adalah kata yang mewakili populasi yakni *Lavender AND Pain Perineal*.

Artikel jurnal yang relevan kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi yang meliputi batasan terbitan 5 tahun terakhir yakni antara tahun 2019 hingga 2023, full-text, desain penelitian adalah eksperimental / *systematic review*, dalam bahasa Inggris atau Indonesia. Hasil akhir seleksi di dapatkan 3 artikel yang ditunjukkan pada skema pada gambar 1 berikut:

METODE

Penelusuran artikel dengan menggunakan databased pubmed dan





Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Berikut ini adalah hasil telaah dari 3 artikel yang terpilih meliputi validity, importance, dan applicability.

Tabel 1. Telaah Kritis

Artikel	Desain Penelitian	Level of evidence	Validity	Importance	Applicability
Penulis : Sara Abediana, Parvin Abedi, Shayesteh Jahanfar, Mina Iravani, Maryam Zahedian. Judul : The effect of Lavender on pain and healing of episiotomy: A systematic review (2020)	Systematic review	IA	6 artikel yang digunakan berdasarkan pencarian di Medline, Science Direct, Cochrane for randomized controlled trials (Central), dan Web of Science. Dengan kriteria inklusi artikel yaitu intervensi teks lengkap studi yang diterbitkan dalam bahasa Inggris atau bahasa lainnya. Peserta:wanita yang dilakukan episiotomi saat melahirkan. Kriteria eksklusi yang ditetapkan yaitu Studi tentang efek Lavender pada gangguan pascakelahiran lainnya, penelitian tanpa pernyataan jelas mengenai	Dari 6 artikel yang dibahas secara keseluruhan menyebutkan bahwa ada pengaruh dari terapi lavender terhadap penurunan rasa nyeri dan penyembuhan luka episiotomi sehingga dapat disimpulkan terapi lavender dapat mengurangi nyeri perineum.	Artikel ini menemukan bahwa terapi lavender berkontribusi positif terhadap penurunan nyeri perineum. Hal ini disebabkan oleh banyaknya manfaat yang dihasilkan oleh metode ini, serta kemudahan dan biayanya yang rendah.

			masalah episiotomi dikeluarkan dari tinjauan ini. Kami juga mengecualikan penelitian berikut; studi kuasi eksperimental, artikel yang diterbitkan dalam bentuk konferensi prosiding dan artikel yang teks lengkapnya tidak tersedia.		
Penulis : Anita Indra Afriani, Deny Rahmawati Judul : The Effect Of Lavender Aromatheraphy On Decreasing Of Perineum Paint Pain in Breast Mothers (2019)	Quasi eksperimental	II	Partisipan penelitian ini adalah ibu bersalin secara pervaginam, 2 jam post partum.	Berdasarkan hasil penelitian, dari 15 responden, skor nyeri mean atau rata-rata sebelum diberikan lavender adalah 3,2 menjadi 2,3 setelah mendapatkan aromaterapi lavender dengan nilai signifikansi 0,001 yang berarti terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri luka perineum.	Hasil penelitian ini menunjukkan perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi, sehingga metode ini sangat disarankan untuk diterapkan secara langsung pada pasien yang rupture perineum.
Penulis : Laily Himawati , Dian Vitaloka Judul : Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Pada Ibu Nifas Dengan Nyeri Jahitan	Quasi eksperimental.	II	Pertisipan penelitian ini adalah ibu postpartum dengan luka perineum derajat 2	Hasil penelitian yang didapatkan dari 15 ibu yang diberikan intervensi, memiliki skor rata-rata 6,4 sebelum diberikan intervensi dan setelah	Penerapan aromaterpi lavender ini dapat diberikan kepada ibu nifas yang mengalami luka jahit perineum karena dalam pengaplikasiannya mudah.

Perineum Di Puskesmas Brati (2021)			diberikan intervensi menjadi 3,93 yang berarti terdapat penurunan nyeri yang dirasakan dengan signifikansi 0,000 yang dapat disimpulkan aromaterapi lavender dapat mengurangi nyeri luka perineum.	
--	--	--	---	--

HASIL

Dari hasil penelusuran jurnal sebanyak didapatkan 3 artikel yang digunakan dalam penerapan EBCR aromaterapi lavender dalam penurunan nyeri perineum. Berdasarkan artikel *The effect of Lavender on pain and healing of episiotomy: A systematic review* (Sarah Abediana, Et all, 2020) menunjukkan bahwa dari 6 artikel yang digunakan terdapat pengaruh dari terapi lavender terhadap penurunan rasa nyeri dan penyembuhan luka episiotomi sehingga dapat disimpulkan terapi lavender dapat mengurangi nyeri perineum. Sehingga terapi lavender direkomendasikan untuk digunakan pada ibu dengan nyeri perineum.

Selanjutnya menurut artikel yang kedua yakni *The Effect Of Lavender Aromatherapy On Decreasing Of Perineum Paint Pain in Breast Mothers* (Afriani dan Rahmawati, 2019) dengan melakukan penelitian pada ibu post partum 2 jam dengan nyeri perineum diberikan aromaterapi lavender terdapat penurunan nyeri dengan skor nyeri mean atau rata-rata sebelum diberikan lavender adalah 3,2 menjadi 2,3 setelah mendapatkan aromaterapi lavender yang berarti berarti

terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri luka perineum.

Pada artikel ketiga yaitu *Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Pada Ibu Nifas Dengan Nyeri Jahitan Perineum Di Puskesmas Brati* (Himawati dan Vitaloka, 2021) menunjukkan bahwa aromaterapi lavender yang diberikan pada ibu dengan luka perineum derajat 2 dapat menurunkan rasa nyeri yang dirasakan yaitu memiliki skor rata-rata 6,4 sebelum diberikan intervensi dan setelah diberikan intervensi menjadi 3,93 yang berarti terdapat penurunan nyeri yang dirasakan dengan signifikansi.

PEMBAHASAN

Penerapan (EBCR) *Evidence Based Case Report* dalam laporan ini mengacu pada penelitian yang dilakukan oleh Sara, dkk (2020), Anita, dkk (2019), dan Laily, dkk (2021) dimana dalam beberapa penelitian ini membahas mengenai artikel-artikel yang menerapkan aromaterapi lavender sebagai upaya penurunan nyeri luka jahit perineum pada ibu post partum. Dalam kasus ini, saat penulis melakukan anamnesa kepada ibu, ibu mengatakan merasa nyeri di luka jahit dan setelah dilakukan pemeriksaan genitalia terdapat luka jahit di mukosa vagina dan kulit perineum. Penulis menilai

tingkat nyeri ibu menggunakan *Visual Analogue Scale* (VAS) dengan skala 0–10 yaitu tidak nyeri (0); nyeri ringan (1-3); rasa nyeri seperti rasa gatal, rasa tersetrum, melilit, terpukul, perih, nyut-nyutan, kram; nyeri sedang (4-7); rasa nyeri seperti nyut-nyutan/ kram; nyeri berat (8-9): sangat nyeri, sulit bergerak tapi masih terkontrol; dan nyeri sangat berat (10): sangat nyeri, sulit bergerak sampai tidak terkontrol seperti menangis, menjerit. Pada hasil *pre-test* yang penulis lakukan sebelum diberikan intervensi didapatkan hasil tingkat nyeri ibu berada 5 yang artinya ibu mengalami nyeri sedang⁶.

Saat persalinan, dilatasi serviks dan distensi korpus uteri meregangkan segmen bawah uterus dan serviks. Setelah itu, nyeri berlanjut ke dermaton, yang disuplai oleh bagian medula spinalis yang sama dengan bagian yang menerima nosiseptif dari uterus dan serviks. Nyeri yang disebabkan oleh rangsangan struktur somatik superficial dan terlokalisasi, terutama di daerah yang disuplai oleh saraf pudendus. Regangan dan robekan jaringan yang terjadi selama persalinan menyebabkan tekanan pada otot skelet perineum⁸.

Selama beberapa hari setelah persalinan, seorang ibu akan mengalami nyeri di perineum. Untuk wanita, kekuatan otot perineum sangat penting karena robekan perineum selama persalinan dapat menyebabkan kelemahan otot dasar panggul. Selain itu, robekan perineum dapat menyebabkan dispareunia dan ketidaknyamanan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 35,7% responden mengalami nyeri sedang. Proses penghantaran nyeri yang dirasakan ini dapat berasal dari sel saraf aferen atau neuron sensori, serabut konektor atau interneuron, dan sel saraf eferen atau neuron motorik yang dihantarkan ke otak, yang menghasilkan sensasi nyeri yang dirasakan oleh tubuh⁶.

Setelah persalinan pervaginam, bayi dapat mengalami nyeri perineum

karena laserasi spontan saat lahir atau robekan yang disebabkan oleh tindakan episiotomy. Proses ini memerlukan penjahitan, yang dapat menyebabkan nyeri pada luka jahitan⁹.

Nyeri pada perineum akibat ruptur perineum dapat menyebabkan kesulitan bagi wanita untuk bergerak, yang dapat menyebabkan komplikasi seperti perdarahan post partum. Selain itu, trauma pada perineum dapat menyebabkan nyeri dan ketidaknyamanan saat melakukan hubungan seksual. Selain itu, infeksi pada luka jahitan dapat merambat ke saluran kandungan kemih atau ke jalan lahir, yang dapat menyebabkan komplikasi infeksi kandung kemih dan infeksi jalan lahir. Selain itu, jaringan parut yang terbentuk setelah laserasi perineum juga dapat menyebabkan masalah. Untuk menjaga kesehatan dan kesejahteraan wanita di kemudian hari, identifikasi penyebab ruptur perineum yang benar dan tepat adalah penting³.

Untuk membantu ibu yang baru melahirkan mengurangi rasa sakit yang disebabkan oleh luka jahitan perineum, inhalasi aromaterapi lavender adalah salah satu metode yang dapat digunakan. Berdasarkan hasil penelitian, p-value 0,01 menunjukkan perbedaan signifikan dalam intensitas nyeri antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol⁶.

Setelah *pre-test* selesai, penulis meminta izin kepada ibu apakah bersedia untuk diberikan intervensi yaitu diberikan aromaterapi lavender dalam bentuk inhalasi untuk mengurangi rasa sakitnya. Ibu setuju, dan penulis langsung memberikan aromaterapi lavender selama 10 menit dalam kurun waktu menit ke 10, 30, 60 dengan jarak dengan aromaterapi kurang dari 30 cm¹⁰. Setelah menghirup selama 1 jam, penulis melakukan penilaian *post-test* menggunakan *Visual Analogue Scale* (VAS) kembali. Ibu mengatakan bahwa rasa nyerinya sedikit berkurang setelah nilai *pre-test* berada di angka 5, dan nilai

post-testnya berada di angka 2, yang berarti rasa nyerinya lebih ringan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa intensitas nyeri ibu telah berkurang dari sebelum intervensi hingga setelah intervensi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Stea Susana menunjukkan bahwa minyak lavender esensial memiliki efek positif terhadap kecemasan, insomnia, dan rasa sakit¹¹. Oleh karena itu, aromaterapi lavender dapat menjadi salah satu opsi untuk mengobati nyeri luka perineum, yang dapat memperbaiki kesehatan fisik dan mental ibu. Hasil penelitian Salamati juga menunjukkan bahwa minyak esensial lavender mengurangi rasa sakit secara signifikan baik sebelum maupun setelah menghirupnya, dengan p-value <0,05¹². Aromaterapi, menurut Dochterman, adalah pemberian minyak esensial melalui massase, salep topikal, inhalasi, atau mandi kompres (panas atau dingin) untuk mengurangi nyeri dan memiliki efek relaksasi dan terapi pengobatan⁹. Lavender adalah jenis aromaterapi yang populer untuk mengurangi rasa sakit dan memiliki sifat antiseptik. Studi Dale & Cornwell melihat 635 wanita di kelompok pertama, di mana minyak lavender murni ditambahkan pada air mandi mereka sebanyak enam tetes pada hari ke sepuluh pertama setelah persalinan. Pada hari kesepuluh, wanita dan bidan mengisi survei tentang rasa sakit di perineum. Menurut data yang dikumpulkan, sembilan puluh persen ibu mengatakan bahwa mereka merasa lebih baik setelah mandi dengan minyak lavender dan tidak menemukan efek samping apa pun⁷. Kristanti menjelaskan bahwa molekul dan partikel lavender yang dihirup masuk melalui hidung dan kemudian diterima oleh reseptor saraf sebagai sinyal yang baik dan dianggap sebagai bau yang menyenangkan. Akhirnya, sensasi bau tersebut masuk ke sistem limbic, yang bertanggung jawab atas perasaan seseorang, sehingga saraf dan

pembuluh darah merasa lebih nyaman dan akhirnya rasa sakit berkurang¹³.

Pratiwi juga menjelaskan bahwa aromaterapi lavender mengurangi nyeri melalui gagasan gate control, yang mengacu pada fisiologi mekanisme penghantaran impuls nyeri yang terjadi saat sistem pertahanan dibuka, dan saat sistem pertahanan ditutup, penghantaran impuls nyeri dapat dihentikan. Salah satu cara untuk menutup sistem pertahanan adalah dengan menggunakan aroma lavender. Lavender juga membantu melancarkan sirkulasi darah, yang berarti lebih banyak nutrisi masuk ke luka dan penyembuhan lebih cepat. Aromaterapi memiliki zat aktif yang merangsang hipotalamus, juga dikenal sebagai kelenjar hipofise, untuk mengeluarkan hormon endorfin. Endorfin dikenal sebagai zat yang menimbulkan rasa tenang, relaks¹⁴.

Ini sesuai dengan temuan studi (Turlina, 2017). yang menunjukkan bahwa minyak lavender esensial membantu mengurangi rasa sakit dan kecemasan. Salah satu cara untuk mengurangi penyebab rasa sakit adalah dengan menggunakan aroma terapi, atau lavender. Aromaterapi memengaruhi limbic (melalui sistem olfaktori) dan pusat emosi otak. Aroma diterima oleh reseptor dihidung dan kemudian dikirim ke bagian medulla spinalis otak. Di sana, gelombang alfa ditingkatkan, yang menyebabkan rasa relaksasi¹⁵.

Aromaterapi lavender mempunyai efek menenangkan. Lavender dapat memberikan ketenangan, keseimbangan, rasa nyaman, rasa keterbukaan dan keyakinan. Disamping itu lavender juga dapat mengurangi rasa tertekan, stress, rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, histeria, rasa frustrasi dan kepanikan. Lavender dapat bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri, dan dapat memberikan relaksasi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelaahan artikel dan penerapan aromaterapi lavender, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari aromaterapi lavender terhadap nyeri perineum. Hal ini dapat dilakukan pada ibu post partum karena aromaterapi lavender juga memberikan efek relaksasi.

Metode nonfarmakologis aromaterapi lavender ini dapat dijadikan alternatif bagi ibu post partum dengan nyeri luka perineum. Untuk instansi pelayanan kesehatan diharapkan metode aromaterapi lavender ini dapat diterapkan pada ibu post partum yang memiliki keluhan nyeri luka perineum, dengan mengajarkan kepada keluarga.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada puskesmas Ibrahim Adjie, dosen pembimbing, dan semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan *evidence based case report* ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Himawati L, Vitaloka D. Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Pada Ibu Nifas Dengan Nyeri Jahitan Perineum di Puskesmas Brati. *J TSJKeb.* 2021;6(1):2774-8731.
- Afriani AI, Rahmawati D. The Effect Of Lavender Aromatheraphy On Decreasing Of Perineum Paint Pain in Breast Mothers. *Media Keperawatan Indones.* 2019;2(1):10. doi:10.26714/mki.2.1.2019.10-15
- Nurhidayah ES, S LH, Thamrin H, Kebidanan D, Masyarakat FK, Indonesia UM. Asuhan Kebidanan Postpartum pada Ny. M dengan Nyeri Luka Jahitan Perineum. *Wind Midwifery J.* 2022;03(01):52-60.
- Rahmawati I, Setyowati H, Rohmawati. Efektivitas Aromaterapi Lavender Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea (SC) Di Rumah Sakit Budi Rahayu Kota Magelang. Published online 2015.
- Woollard AC, Tatham KC, Barker S. The influence of essential oils on the process of wound healing: a review of the current evidence. *J Wound Care.* 2007;16(6):255-257. doi:10.12968/jowc.2007.16.6.27064
- Widayani W. Aromaterapi Lavender dapat Menurunkan Intensitas Nyeri Perineum pada Ibu Post Partum. *J Ners dan Kebidanan Indones.* 2017;4(3):123. doi:10.21927/jnki.2016.4(3).123-128
- Koulivand PH, Khaleghi Ghadiri M, Gorji A. Lavender and the nervous system. *Evidence-based Complement Altern Med.* 2013;2013. doi:10.1155/2013/681304
- Mander. *Buku Ajar Kebidanan Persalinan.* Pustaka Rihama; 2010.
- Dochterman J. *Nursing Intervention Classification (NIC) Fourth Edition.* Mosby; 2004.
- Abedian S, Abedi P, Jahanfar S, Irvani M, Zahedian M. The effect of Lavender on pain and healing of episiotomy: A systematic review. *Complement Ther Med.* 2020;53(June). doi:10.1016/j.ctim.2020.102510
- Stea S, Beraudi A, De Pasquale D. Essential oils for complementary treatment of surgical patients: State of the art. *Evidence-based Complement Altern Med.* 2014;2014. doi:10.1155/2014/726341
- Salamati A, Mashouf S, Sahbaei F, Mojab F. Effects of inhalation of lavender essential oil on Open-Heart surgery pain. *Iran J Pharm Res.* 2014;13(4):1257-1261.
- Kristanti E. Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Derajat Kecemasan Pada Lansia di

- Panti Wredha St. Yoseph Kediri. *J Penelit STIKES Kediri*. 2010;3(2):94-100-100.
14. Pratiwi R, Ermiami, Widiasih R. Penurunan Intesitas Nyeri Akibat Luka Post Sectio Caesarea Setelah Dilakukan Latihan Teknik Relaksasi Pernapasan Menggunakan Aromaterapi Lavender Di Rumah Sakit Al Islam Bandung. *Elem J Slav Stud Comp Cult Semiot*. 2012;1(3):95-103.
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/viewFile/1290/1343>
15. Gustirini R, Susanti L, Andriani R. Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Giving Lavender Aromatherapy To Reduce Labor Pain in Active Phase I. *J Inspirasi Kesehat*. 2023;1(1).