

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PERSALINAN KALA I

THE EFFECT OF LAVENDER AROMATHERAPY ON PAIN REDUCTION DURING FIRST STAGE OF LABOR

Lintang Novita¹, Yulia Ulfah Fatimah², Sri Mulyati³

¹Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Kemenkes Poltekkes Bandung,

¹Email: lintangnovita72@gmail.com

ABSTRACT

Background: Aromatherapy is a number of non-pharmacological techniques that can increase maternal comfort during labor and have an influence on effective coping with the labor experience. **Purpose:** to determine the effect of lavender aromatherapy on reducing pain in labor in the first stage. **Methods:** This study was conducted by searching the literature in several articles such as PubMed and Google Scholar according to predetermined criteria. **Result:** that in the first article there is an effect that occurs on the intensity of pain in labor in the first stage by providing lavender aromatherapy techniques, namely reduced pain between the latent phase and the early active phase is significantly lower in the group given aromatherapy. And in the second article there was also a decrease in labor pain during the active phase 1 after being given lavender aromatherapy with a pvalue = 0.000. **Conclusion:** there is an effect that occurs in reducing pain during the first stage of labor by providing lavender aromatherapy techniques.

Key words: aromatherapy lavender, reduce pain, labor pain, giving birth.

ABSTRAK

Latar belakang : Aromaterapi merupakan beberapa teknik nonfarmakologi yang dapat meningkatkan kenyamanan ibu saat persalinan dan mempunyai pengaruh pada coping yang efektif terhadap pengalaman persalinan. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri pada persalinan kala I. **Metode:** penelitian ini dilakukan dengan menelusuri literatur di beberapa artikel seperti, PubMed dan Google Scholar sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. **Hasil:** bahwa pada artikel pertama terdapat pengaruh yang terjadi pada intensitas nyeri pada persalinan kala I dengan memberikan teknik aromaterapi lavender yaitu berkurangnya nyeri antara fase laten dan fase aktif awal secara signifikan lebih rendah pada kelompok yang diberikan aromaterapi. Dan pada artikel kedua juga terjadi penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif setelah diberikan aromaterapi lavender dengan pvalue = 0,000. **Simpulan:** terdapat pengaruh yang terjadi pada penurunan nyeri saat kala I berlangsung dengan memberikan teknik aromaterapi lavender.

Kata kunci : Aromaterapi lavender, mengurangi nyeri, nyeri persalinan, ibu bersalin.

PENDAHULUAN

Persalinan suatu yang menggembirakan, namun rasa gembira itu dapat berubah menjadi suatu rasa takut dan cemas ketika seorang ibu merasakan nyeri persalinan ketika kontraksinya menjadi lebih intens. Rasa nyeri pada kehamilan dan persalinan “sinyal” untuk memberitahukan kepada ibu bahwa dirinya telah memasuki tahap proses persalinan. Kontraksi menimbulkan rasa sakit pada pinggang, daerah perut dan menjalar kearah paha. Konstraksi ini menyebabkan adanya pembukaan serviks.⁸

Nyeri persalinan normal bisa menimbulkan stres dan bisa menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid, hormon ini dapat menimbulkan stres dan bisa menimbulkan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah, dan dapat mengakibatkan penurunan kontraksi, serta timbul iskemia uterus yang membuat impuls uteri nyeri bertambah banyak saat persalinan.¹

Intensitas nyeri adalah gambaran tentang seberapa parah nyeri dirasakan oleh individu, pengukuran intensitas nyeri sangat subjektif dan individual dan kemungkinan nyeri dalam intensitas yang sama dirasakan sangat berbeda oleh dua orang yang berbeda oleh dua orang yang berbeda. Pengukuran nyeri dengan pendekatan objektif yang paling mungkin menggunakan respon fisiologis tubuh terhadap nyeri itu sendiri. Namun, pengukuran dengan teknik ini juga tidak dapat memberikan gambaran pasti tentang nyeri itu sendiri.²

Nyeri muncul selama proses persalinan akibat kecemasan emosional, tekanan pada ujung syaraf melebar pada jaringan dan persendian serta otot rahim yang terjadi saat dan setelah kontraksi. Nyeri persalinan terasa sejak kala I fase laten yaitu pada saat pembukaan serviks 3 cm, dan fase aktif pembukaan serviks dari 4 cm -10 cm. pada fase aktif menuju pembukaan

lengkap terjadi peningkatan intensitas serta frekuensi kontraksi, membuat respon puncak nyeri berada pada fase ini.⁷

Nyeri persalinan yang berat dapat meningkatkan tekanan emosional pada ibu bersalin, dan dapat menyebabkan kelelahan dan dapat berdampak pada abnormal fungsi otot uterus selama persalinan yang berujung pada komplikasi persalinan. Pada nyeri persalinan dapat membuat wanita takut untuk melahirkan secara pervaginam, hal ini menjadi salah satu alasan terjadinya peningkatan kejadian operasi Caesar.³

World health Organization (WHO) 2019 Nyeri selama persalinan dan melahirkan adalah peristiwa nyeri yang unik dan paling berat dalam kehidupan wanita. Lebih dari 90% ibu pernah mengalami ketegangan dan stres selama persalinan. Di Belanda dilaporkan sebanyak 54,6% wanita yang melahirkan kehilangan kontrolnya dalam mengendalikan nyeri persalinan. Sebuah studi yang dilakukan di Swedia menunjukkan bahwa 41% peserta melaporkan bahwa nyeri persalinan sebagai pengalaman terburuk yang mereka miliki.⁴

Pusat Data Persatuan Rumah Sakit seluruh Indonesia menjelaskan bahwa 15% ibu di Indonesia mengalami komplikasi persalinan dan 22% menyatakan bahwa persalinan yang dialami merupakan persalinan yang menyakitkan karena merasakan nyeri yang sangat, sedangkan 63% tidak memperoleh informasi tentang persiapan yang harus dilakukan guna mengurangi nyeri pada persalinan.¹⁰

Berdasarkan Pusat Data Dan Informasi Kemenkes RI tahun 2020 jumlah ibu bersalin di Indonesia terdapat 4.984.432. Jumlah ibu bersalin terbanyak di Indonesia terdapat pada Provinsi Jawa Barat yang berjumlah 911.983.

Kekhawatiran dan ketidaktahuan menimbulkan ketegangan, stres, dan kecemasan yang menyebabkan rasa nyeri menjadi bertambah buruk, dan

dapat menciptakan rasa nyeri yang sebenarnya hanya sedikit sekali terasa. Informasi, pengetahuan, sikap dan dukungan dapat mengatasi kecemasan dan kekhawatiran, dan juga akan membantu untuk menghilangkan rasa nyeri.⁹

Cara Mengatasi Nyeri secara Non Farmakologis yaitu Transcutaneous Electrical Nerves Stimulation (TENS) Akupunktur, Tindakan distraksi, Teknik nafas dalam, Imajinasi terbimbing, Aromaterapi, Terapi musik, Kompres (kompres hangat dan kompres dingin).

Aromaterapi dikenal sebagai metode pengobatan alternatif yang memanfaatkan minyak esensial tanaman aromatik untuk meningkatkan kualitas hidup dan juga meminimalisir permasalahan kesehatan.¹³

Penggunaan aromaterapi salah satunya adalah minyak esensial lavender memiliki sifat anxiolytic, antikonvulsan dan antidepresan. Secara psikologis, aromaterapi bekerja dengan mempengaruhi sistem limbik otak, yang kemudian melepaskan hormon endorfin sebagai analgesik.¹²

Aromaterapi merupakan teknik non farmakologi yang dapat meningkatkan kenyamanan ibu saat proses bersalin dan mempunyai pengaruh koping yang efektif terhadap pengalaman persalinan.⁵

Aromaterapi Lavender memiliki kandungan linalool, dan linalyl acetat, yang berefek sebagai analgesik yang dapat membuat seseorang menjadi tenang, oleh karenanya hal ini tidak mengejutkan jika beberapa laporan saat ini menyarankan aromaterapi

KASUS

Pada tanggal 21 Agustus 2023 datang Ny.I G3P2A0 pada pukul 07.00 WIB, Ny.I mengatakan mulas semakin sering dan ibu merasa lemas karena tidak tidur sudah 1 hari, belum keluar air-air dari jalan lahir. Ny.I dan keluarga

untuk menurunkan tingkat nyeri, sakit dan stress pada kehamilan dan persalinan dimana kecemasan berakibat pada proses persalinan lama sehingga berakibat fatal pada janin.⁶

Aroma bunga lavender merupakan aromaterapi yang memiliki kandungan utama linalyl asetat dan linalool. Dengan menghirup aroma lavender dapat menyebabkan gelombang- gelombang alfa di dalam otak kita meningkat dan gelombang ini yang akan membantu merilekskan pikiran kita.⁷

Karena linalyl asetat dan linalool, dua komponen aktif utama yang ditemukan dalam minyak lavender, keduanya berpotensi memberikan efek menenangkan, tidak ada efek samping atau kontra indikasi yang diketahui terkait dengan penggunaannya. Saat dihirup, senyawa yang terdapat pada aromaterapi lavender akan memicu hipotalamus untuk memproduksi hormon endorfin yang dapat menenangkan dan menenangkan. Aromaterapi lavender juga memiliki khasiat sebagai antibakteri, analgesik, antidepresan, dan antispasmodik. Menurut temuan penelitian lain yang dilakukan oleh.¹⁴

Berdasarkan penelitian Rosalina (2018) di Puskesmas Klego Kabupaten Boyolali tentang Pengaruh Pemberian aromaterapi Lavender terhadap nyeri persalinan Kala I Fase Aktif didapatkan hasil Penurunan nyeri kala I fase aktif sebelum pemberian aromaterapi lavender responden memiliki nyeri berat sedangkan setelah dilakukan tindakan aromaterapi lavender, skala nyeri yang dialami terjadi penurunan menjadi nyeri sedang.¹⁵

tidak memiliki riwayat penyakit menurun, menular, serta menahun. Hasil pemeriksaan fisiknya baik, dan pemeriksaan dalam didapatkan portio tebal lunak, pembukaan 6 cm, ketuban (+), presentasi kepala, penurunan kepala Hodge II, tidak ada molase.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang dirumuskan pertanyaan sebagai berikut: Bagaimana pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I di Poned Puskesmas Pacet?

- P : Persalinan kala I
- I : Aromaterapi lavender
- C : Tidak ada intervensi lainnya
- O : Penurunan Nyeri Persalinan

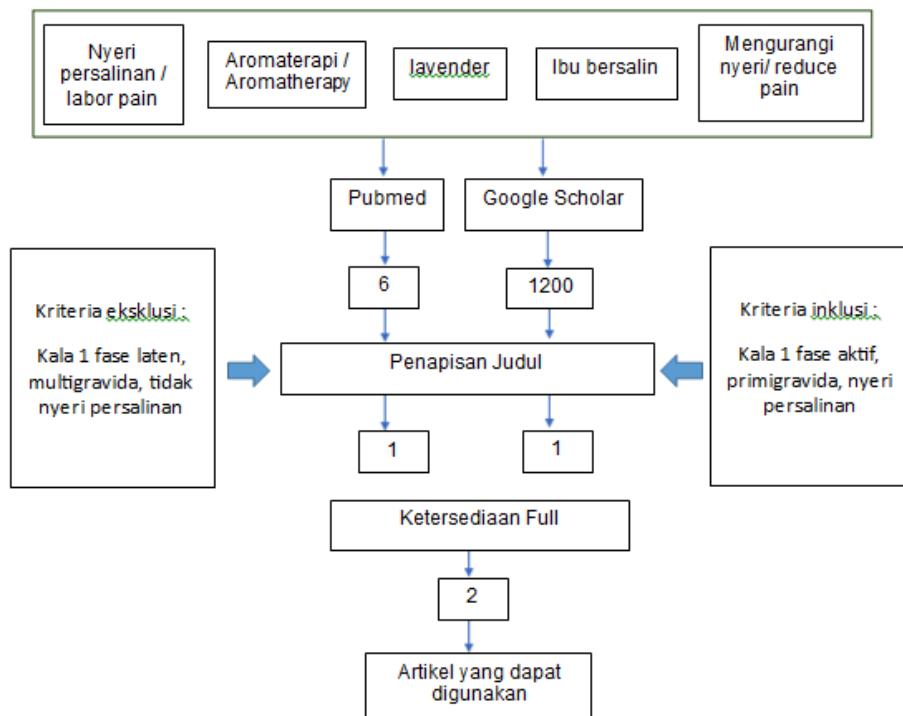
METODE

Metode penelusuran bukti dilakukan dengan penelusuran literatur di PubMed, dan Google Scholar terhadap jurnal-jurnal penelitian yang telah dipublikasikan.

Kata kunci pencarian literatur yang digunakan dalam pencarian literatur:

1. Aromaterapi lavender
2. Nyeri Persalinan

Boolean operator untuk menggabungkan dua atau lebih kata kunci. Boolean operator yang digunakan adalah AND untuk mempersempit pencarian dan OR untuk memperluas hasil pencarian dan untuk memastikan bahwa tidak ada satupun literatur yang terlewat, jadi boolean operator yang digunakan adalah 'aromatherapy lavender' AND 'labor pain'.



Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Tabel 1. Telaah Kritis

Artikel	Desain Penelitian	Level of Evidence	Validity	Importance	Applicability
<p>Judul: “Efficacy of aromatherapy for reducing pain during labor: a randomized controlled trial”</p> <p>Penulis: Rajavadi Tanvisut, Kuntharee Traisrisilp, Theera Tongsong</p> <p>Penerbit : Archives of Gynecology and Obstetrics</p> <p>Tahun : 2018</p>	<p>Desain : Randomized Clinical Trial (RCT), dengan Single blind, randomized controlled experimental</p>	I B	<p>Sampel : Sampel dalam penelitian ini adalah 106 ibu bersalin kala 1 fase aktif yang memenuhi kriteria inklusi di Rumah Sakit Maharaj Nakorn Chiang Mai, Thailand. Dari mereka, dua orang dikeluarkan dari analisis karena data tidak lengkap. Sisanya diacak menjadi dua kelompok, 52 kelompok kontrol dan 52 kelompok intervensi.</p> <p>Analisis : Variabel bebas (independent variable) pada penelitian ini adalah aromaterapi lavender dan variable terkait (dependent variable) pada penelitian ini adalah nyeri persalinan.</p>	<p>Hasil : Sebanyak 104 perempuan dipilih, dan terdapat 52 di setiap kelompoknya. Karakteristik awal dan skor nyeri awal sebanding. Perbedaan rata-rata skor nyeri antara fase laten dan fase aktif awal secara signifikan lebih rendah pada kelompok aromaterapi, masing-masing 1,88 vs 2,6 ($p = 0,010$) dan 3,82 vs 4,39 ($p = 0,031$). Sehingga dapat diartikan bahwa skor nyeri pada fase aktif akhir kurang kondusif diterapkan dibandingkan dengan fase laten dan fase aktif awal.</p> <p>Sehingga hal ini dapat memberikan hasil persalinan yang baik karena kondisi stres mungkin mempunyai efek negatif seperti meningkatkan persepsi nyeri.</p>	<p>Diskusi : Penelitian ini menunjukkan bahwa aromaterapi bermanfaat dalam mengurangi nyeri pada fase laten dan fase aktif, namun tidak pada persalinan akhir. Nyeri persalinan lebih rendah karena tidak adanya samping yang serius masuk akal untuk menyimpulkan bahwa aromaterapi lavender bermanfaat untuk mengendalikan nyeri terutama bila digunakan sebagai perawatan tambahan pada awal persalinan bagi wanita ingin menghindari farmakologis dan analgesik regional.</p>
<p>Judul: “Pemberian aromaterapi lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan kala 1 fase aktif”</p> <p>Penulis: Witama Juliani, Riona Sanjaya, Septika Yani Veronica, Hikmah Ifayanti.</p>	<p>Desain : Penelitian kuantitatif yaitu dengan rancangan pre eksperimen dan desain one group pre-test</p>	IIA	<p>Sampel : Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebanyak 16 ibu bersalin kala 1 fase aktif yang mengalami nyeri di Puskesmas Raman Utara Kabupaten Lampung Timur.</p> <p>Analisis : Variabel bebas (independent variable) pada penelitian ini adalah aromaterapi lavender dan variable</p>	<p>Hasil : Tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif sebelum diberikan aromaterapi lavender 7,19. Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif sesudah diberikan aromaterapi lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan kala 1 fase aktif pada ibu bersalin di wilayah kerja puskesmas Raman Utara Kabupaten Lampung Timur tahun</p>	<p>Diskusi: Penelitian ini dapat memberikan informasi terhadap ibu mengenai teknik relaksasi sebelum persalinan dengan aromaterapi lavender menggunakan edukasi konseling atau meditasi pada saat pemeriksaan atau pada saat persalinan dan saat melakukan pemberian aromaterapi lavender dengan teknik inhalasi</p>

<p>Penerbit : Wellness and Healthy Magazine</p> <p>Tahun : 2019</p>			<p>terkait (dependent variable) pada penelitian ini adalah nyeri persalinan.</p>	<p>2021 dengan pvalue 0,000.</p> <p>Hasil penelitian menunjukkan pemberian aromaterapi lavender pada ibu bersalin dapat mengurangi nyeri.</p>	<p>ataupun menggunakan aromaterapi dengan yang berbeda dan didapatkan hasil yang efektif sebagai alternatif mengurangi nyeri persalinan.</p>
---	--	--	--	---	--

HASIL

Berdasarkan hasil penelusuran literatur jurnal, diperoleh dua artikel yang merujuk pada hasil yang mendukung penerapan aromaterapi lavender guna menurunkan tingkat nyeri pada ibu bersalin kala I.

Berdasarkan artikel pertama yang digunakan berjudul "efficacy of aromatherapy for reducing pain during labor: a randomized controlled trial" menyebutkan bahwa Perbedaan rata-rata skor nyeri antara fase laten dan fase aktif awal secara signifikan lebih rendah pada kelompok aromaterapi, masing-masing 1,88 vs 2,6 ($p = 0,010$) dan 3,82 vs 4,39 ($p = 0,031$). Sehingga dapat diartikan bahwa skor nyeri pada fase aktif akhir kurang kondusif diterapkan dibandingkan dengan fase laten dan fase aktif awal.

Artikel kedua yang digunakan berjudul "Pemberian aromaterapi lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan kala 1 fase aktif" menunjukkan bahwa tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif sebelum diberikan aromaterapi lavender 7,19. Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif sesudah diberikan aromaterapi lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan kala 1 fase aktif pada ibu bersalin di wilayah kerja puskesmas Raman Utara Kabupaten Lampung Timur tahun 2021 dengan pvalue 0,000.

PEMBAHASAN

Berdasarkan pengkajian, data yang didapat menunjukkan hal yang normal. Hanya saja ibu terlihat pucat karena

lemas dan intoleransi rasa nyerinya rendah, sehingga saat nyeri karena kontraksi pasien merasa gelisah. Tindakan non-farmakologi yang diberikan pada Ny.I untuk mengatasi nyeri persalinan pada kala 1 yaitu dengan pemberian aromaterapi lavender.

Berdasarkan hasil pencarian jurnal, terdapat dua artikel yang sesuai dengan rumusan masalah yang dilakukan dan kemudian ditelaah kritis. Menurut penelitian tersebut Aromaterapi adalah teknik yang menggunakan diffuser dan tetes oil yang tujuan utamanya menghilangkan rasa sakit, aromaterapi juga digunakan selama persalinan untuk mengurangi kecemasan dan ketakutan.

Hasil artikel pertama oleh Rajavadi dkk mengungkapkan bahwa Penelitian ini mendukung bahwa aromaterapi bermanfaat dalam mengurangi nyeri persalinan pada fase laten dan fase aktif awal namun tidak efektif pada persalinan akhir ketika nyeri persalinan lebih hebat. Karena tidak adanya efek samping yang serius, maka masuk akal untuk menyimpulkan bahwa aromaterapi adalah metode alternatif yang bermanfaat untuk mengendalikan nyeri, terutama bila digunakan sebagai perawatan tambahan pada awal persalinan bagi wanita yang ingin menghindari efek farmakologis.

Lalu berdasarkan hasil artikel kedua juga mengungkapkan bahwa aromaterapi ini memiliki pengaruh untuk penurunan nyeri pada ibu bersalin kala 1 fase aktif, namun selain dengan pemberian aromaterapi lavender ternyata semakin membesarnya pembukaan nyeri tersebut tidak hanya

tercover dengan pemberian aromaterapi tersebut. ada pengaruh juga dukungan dari suami dan keluarga, support dari bidan penolong persalinan juga berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan.

Setelah dilakukan dengan pemberian aromaterapi lavender selama 60 menit pada pembukaan 4 cm ada penurunan nyeri dan ada juga yang tidak ada penurunan intensitas nyeri, Pada pembukaan 6 cm ada penurunan intensitas nyeri, pada pembukaan 7 cm ada penurunan nyeri dan ada juga yang tidak ada penurunan intensitas nyeri.

Oil lavender terdapat kandungan linalil dan linalol yang dihirup masuk ke hidung ditangkap oleh bulbus olfactory kemudian melalui traktus olfaktorius yang bercabang menjadi dua, yaitu sisi lateral dan medial. Pada sisi lateral. traktus ini bersinap pada neuron ketiga di amigdala, girus semilunaris, dan girus ambiens yang merupakan bagian dari limbik. Jalur sisi medial juga berakhir pada sistem limbik. Limbik merupakan bagian dari otak yang berbentuk seperti huruf C sebagai tempat pusat memori, suasana hati, dan intelektualitas berada. Bagian dari limbik yaitu amigdala bertanggung jawab atas respon emosi kita terhadap aroma.

Pemberian aromaterapi lavender yang dihirup atau inhalasi, akan mengeluarkan zat aktif hingga dapat merangsang hipotalamus (kelenjar hipofise) untuk mengeluarkan hormon endorfin merupakan zat yang dapat menimbulkan rasa rileks, tenang dan bahagia. Studi yang dilakukan pada masalah ini telah menunjukkan bahwa aroma lavender dapat menekan aktivitas sistem saraf simpatik. Senyawa olatyle dapat memasuki aliran darah melalui mukosa hidung atau paru-paru, atau langsung berdifusi ke saraf penciuman dan meneruskan ke sistem limbik yang dapat mempengaruhi sistem saraf simpati.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa aromaterapi lavender cocok dengan wanita primipara di Indonesia

Sumatera Utara dan telah terbukti efektif dalam mengurangi nyeri persalinan. Maka dalam hal ini terdapat relevansi antara hasil intervensi yang dilakukan penulis di Puskesmas Pacet dengan kedua hasil telaah jurnal yang sudah dilakukan.

Dalam memberikan asuhan aromaterapi lavender kepada ibu bersalin yaitu menghirup aroma yang dapat mengurangi ketegangan, terutama saat persalinan tahap awal. Juga untuk mengharumkan ruangan persalinan karena dapat memberikan efek menenangkan dengan posisi berbaring miring ke kiri, kedua lutut dan kedua lengan ditekuk, di bawah kepala diberi bantal.

Aromaterapi salinan ensitas lavender jenis essential oil yang diaplikasikan kedalam diffuser aromaterapi listrik, yang dinyalakan di ruang intervensi selama 30 menit dengan 4 tetes essential oil dan di campur air bersih sampai batas yang telah ditentukan pada humidifier dinyalakan saat ibu dalam persalinan. Pasien menyatakan bahwa aromaterapi lavender berpengaruh dalam penurunan intensitas nyeri persalinan secara inhalasi ditandai dengan penurunan nilai rata-rata intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender dengan intensitas nyeri menggunakan skala nyeri pada ibu bersalin sebelum diberikan aromaterapi lavender diperoleh nilai 5 (nyeri sedang) dan intensitas nyeri pada ibu bersalin sesudah diberikan aromaterapi lavender diperoleh nilai 3 (nyeri ringan).

SIMPULAN

Dari hasil telaah kritis jurnal di atas, dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lavender efektif terhadap penurunan rasa nyeri persalinan karena aromaterapi lavender yang dihirup akan membuat molekul-molekul atsiri dalam minyak tersebut akan terhirup menjulur dari

sel-sel reseptor ke dalam saluran hidung dan proses ini akan memicu respon memori dan emosional yang lewat hipotalamus yang bekerja sebagai pemancar serta regulator menyebabkan pesan tersebut dikirim ke bagian otak dan pesannya diterima untuk pelepasan zat-zat neurokimia yang bersifat euforik, relaksan, sedatif atau stimulan menurut keperluannya sehingga aliran darah ke uterus meningkat, oksigen meningkat dan kontraksi uterus baik. Maka dari itu pemberi pelayanan kebidanan dapat menyediakan aromaterapi lavender sebagai alternatif asuhan untuk mengurangi rasa nyeri saat persalinan sehingga menjadikan proses melahirkan yang menyenangkan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sagita, Yona Desni, & Martina, M. (2019). Pemberian Aromaterapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. *Wellness And Healthy Magazine*, 1(2), 151-156.
2. Hukuba, Siti Nurhayati, & Tridiyawati, Feva. (2022). Pengaruh Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pada Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif: The Effecto of Lavender Aroma Therapy on Reducing Pain Intensity in Primigravida Labor in the First Stage of Active Phase. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(3), 71-77.
3. WHO (World Health Statistics). 2019. Trends in Maternal Mortality 1990 to 2019". WHO, UNICEF, UNFPA: World Bank Group
4. Rosalina. (2018). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Lavender Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Wilayah Puskesmas Klego I Boyolali. 9(1), 1–10.
5. Sagita, Y. D., & Martina. (2020). Pemberian Aromaterapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan. *Journal Wellnes*, 2 (February), 309–313. <https://wellnes.journalpress.id/wellnes>
6. Fanda. (2019). Applies Relaxation Technique of Lavender Aromatheraphy To Client Post Sectio Caesarea With Pain. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 3,2.
7. Rahmawati, N., ST, S., Keb, M., Kartika, I., Keb, M., Meliyanti, B. M., ... & Ediawati, S. S. M. K. I. Pengaruh Teknik Rebozo Terhadap Rasa Nyeri Persalinan Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di Pmb Ny. I Desa Cibulakan Tahun 2023.
8. Wijayanti Rina dan Fariya Azzuri Rahman (2020). Efektivitas Pernafasan Dalam Dan Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Di Puskesmas Kecamatan Tanah Abang Periode Januari 2020. *Akademi Kebidanan RSPAD Gatot Soebroto*
9. Anggraeni Ryke. (2021). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Relaksasi Nafas Dalam Pengurangan Intensi.
10. Indratningrum R. (2020). Penerapan Terapi Music Instrumental Terhadap Nyeri Persalinan Fase Aktif Kala I Di Rumah Bersalin Aulia Mojosongo Boyolali Tahun 2019. *Stikes Aisyiyah*.
11. Dinkes Jabar, Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2020, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Bandung.
12. Linda Rambe, N. (2022) ‘Pengaruh Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan: A

- Systematic Review', *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 8(1), pp. 25–34.
13. Situmorang, C., Losu, F.N. and Pratiwi, D.P. (2020) 'Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Percepatan Persalinan pada Ibu Primipara di RSUD Selebesolu Kota Sorong', *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 7(1), pp. 1–7.
 14. Anjelia, N. (2021). The Effect of Lavender Essential Oil on Post-Caesarean Section. *Journal of Maternal and Child Health Sciences (JAKIA)*, 1(1), 8–13.
 15. Rosalina. (2018). Pengaruh Pemberian Aromatherapi Lavender Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Persalinan Kala I Di Wilayah Puskesmas Klego I Boyolali. *9(1)*, 1–10