

AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PERSALINAN : EVIDENCE BASED CASE REPORT

*Lavender Aromatherapy To Reduction On Labor Pain :
Evidence Based Case Report*

Anindita Dwiutami¹, Diyan Indrayani²

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Politeknik Kesehatan Bandung¹,
anindita@student.poltekkesbandung.ac.id

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Politeknik Kesehatan Bandung²
diyan.indrayani@gmail.com

ABSTRACT

Pain due to uterine contractions results in an increase in the sympathetic nervous system, changes in blood pressure, heart rate, and respiratory system. Pain can also increase worry, tension, fear and stress resulting in inhibition of labor progress. Labor pain can be treated using complementary therapies with aromatherapy techniques. Lavender aromatherapy can affect the limbic system in the brain which is the center of emotions, and is able to produce endorphins and encephaline which have pain-relieving properties and serotonin that have the effect of relieving anxiety and tension. Lavender aromatherapy has anticonvulsant, antidepressant, anxiolytic, and soothing properties at the time of delivery. Evidence Based Case Report (EBCR) aims to find out the provision of lavender aromatherapy to labor pain in the VK room of Hasan Sadikin Hospital Bandung. Search articles on aromatherapy comparisons was conducted at Pubmed, Cochrane and Garuda Portal. Obtained 2 quasi-experimental articles by Witama Juliani, et al and Hilda Yani, et al. that fit the criteria of inclusion and exclusion and have been filtered before, then critically reviewed. After a critical review of both articles is declared important and can be applied to patients. Lavender aromatherapy is given to the mother at the time of labor. Measurement of pain intensity was carried out before and after the administration of lavender aromatherapy using numeric rating scale (NRS), obtained results that there was a decrease in pain score before given lavender aromatherapy with a value of 5 (moderate pain) and after being given lavender aromatherapy obtained a value of 3 (mild pain). Giving lavender aromatherapy to labor pain can effectively reduce labor pain.

Key words : Aromatherapy, Labor pain, Lavender

ABSTRAK

Rasa nyeri akibat kontraksi uterus mengakibatkan peningkatan sistem saraf simpatis, perubahan tekanan darah, denyut jantung, dan sistem pernapasan. Rasa nyeri juga dapat meningkatkan rasa khawatir, tegang, rasa takut dan stres yang mengakibatkan terhambatnya kemajuan persalinan. Nyeri persalinan dapat ditangani dengan menggunakan terapi komplementer dengan teknik aromaterapi. Aromaterapi lavender dapat memengaruhi sistem limbik di otak yang merupakan pusat emosi, dan mampu menghasilkan hormon endorfin dan enkefalin yang mempunyai sifat penghilang rasa nyeri dan serotonin yang mempunyai efek menghilangkan rasa cemas dan tegang. Aromaterapi lavender mempunyai sifat-sifat antikonvulsan, antidepressan, anxiolytic, dan dan bersifat menenangkan pada saat persalinan. Evidence Based Case Report (EBCR) ini bertujuan untuk mengetahui pemberian aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan di ruang VK RSUP Hasan Sadikin Bandung. Penelusuran artikel mengenai perbandingan pemberian aromaterapi dilakukan di Pubmed, Cochrane dan Portal Garuda. Didapatkan 2 artikel quasi-eksperimental oleh Witama Juliani, dkk dan Hilda Yani, dkk yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi dan telah dilakukan penapisan

sebelumnya, kemudian ditelaah secara kritis. Setelah ditelaah secara kritis dari kedua artikel dinyatakan penting dan dapat diterapkan kepada pasien. Aromaterapi lavender diberikan pada ibu pada saat persalinan. Pengukuran intensitas nyeri dilakukan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), diperoleh hasil bahwa terdapat penurunan skor nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender dengan nilai 5 (nyeri sedang) dan sesudah diberikan aromaterapi lavender diperoleh nilai 3 (nyeri ringan). Pemberian aromaterapi lavender pada nyeri persalinan efektif dapat mengurangi nyeri persalinan.

Kata Kunci : Aromaterapi, Lavender, Nyeri Persalinan

PENDAHULUAN

Kematian dan kesakitan ibu masih merupakan masalah kesehatan yang serius di negara berkembang. Indonesia termasuk kedalam salah satu negara berkembang. Berdasarkan hasil Survei Antar Sensus (SUPAS) tahun 2015 bahwa angka kematian ibu (AKI) pada tahun 2015 sebanyak 305 orang per 100.000 kelahiran hidup.¹

Menurut WHO (2014), salah satu penyebab tingginya angka kematian ibu (AKI) adalah trauma pada ibu dan janin akibat nyeri persalinan. Nyeri persalinan dibedakan menjadi dua yaitu nyeri persalinan kala I dan nyeri persalinan kala II dengan rasa dan intensitas nyeri yang berbeda-beda.^{2, 3} Rasa nyeri pada persalinan kala I disebabkan oleh munculnya kontraksi otot-otot uterus, hipoksia dari otot-otot yang mengalami kontraksi, peregangan serviks, iskemia korpus uteri, dan peregangan segmen bawah rahim.⁴

Nyeri persalinan normal bisa menimbulkan stres dan bisa menyebabkan pelepasan hormon yang berlebihan seperti katekolamin dan steroid, hormon ini dapat 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.⁵

Rasa nyeri kontraksi uterus yang bisa mengakibatkan peningkatan sistem saraf simpatis, perubahan tekanan darah, denyut jantung, pernapasan dengan warna kulit dan apabila tidak

segera diatasi akan meningkatkan rasa khawatir, tegang, rasa takut dan stres.⁶

Manajemen pengurangan nyeri sangat penting agar seluruh rangkaian proses persalinan berlangsung aman dan nyaman baik bagi ibu maupun bagi janin yang akan dilahirkan.⁷

Nyeri persalinan dapat ditangani dengan menggunakan terapi komplementer bisa dengan teknik relaksasi dan pernapasan, *effleurage* dan tekanan sakrum, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), dan teknik lain seperti hipnoterapi, *massage*, *acupressure*, aromaterapi, yoga dan sentuhan terapeutik.⁸

Salah satu nyeri persalinan dapat ditangani dengan aromaterapi karena dipercaya sebagai terapi komplementer untuk menurunkan intensitas nyeri, yaitu dengan minyak esensial yang berasal dari bau harum tumbuhan untuk mengurangi masalah kesehatan, bau yang berpengaruh terhadap otak yang menenangkan pada saat persalinan.⁹

Keunggulan aromaterapi ini dapat membantu meringankan stress, anti depresan, meningkatkan memori, meningkatkan jumlah energi, menghilangkan rasa sakit, aromaterapi ini memiliki efek positif karena aroma yang segar, bisa merangsang reseptor sensori dan mempengaruhi organ yang lainnya hingga mengontrol emosi. Aromaterapi dapat digunakan dengan cara dihirup atau dioleskan pada kulit untuk dipijat dan dikombinasikan dengan inner oil.¹⁰

Aromaterapi lavender dapat mempengaruhi sistem limbik di otak yang merupakan sentralnya emosi, dan

mampu menghasilkan hormon endorfin dan enkefalin yang mempunyai sifat penghilang rasa nyeri dan serotonin yang mempunyai efek menghilangkan rasa cemas dan tegang. Karena aromaterapi lavender mempunyai sifat-sifat antikonvulsan, antidepresan, anxiolytic, dan dan bersifat menenangkan pada saat persalinan.¹⁰

Sejauh ini belum ada informasi di ruang VK RSUP Hasan Sadikin Bandung mengenai pemberian aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan. Berdasarkan pengakuan tersebut penulis tertarik untuk melakukan asuhan dengan menggunakan aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan.

KASUS

Seorang perempuan berusia 19 tahun hamil anak pertama belum pernah keguguran, masuk ke RSUP Hasan Sadikin pukul 21.25 WIB tanggal 03 November 2021 dirujuk oleh bidan karena keluar cairan dari jalan lahir, sudah dirawat di ruang Alamanda A selama 2 hari. Pada tanggal 05 November 2021 pukul 08.00 WIB ibu merasakan mulas dan dilakukan observasi yaitu pembukaan 2-3 cm. Ibu masuk ke ruang VK pukul 16.00 WIB dengan keluhan merasakan mulas yang sering dan nyeri di perut sampai ke belakang. HPHT : 25 Februari 2021, TP : 02 Desember 2021. Status imunisasi TT 3. Riwayat kehamilan pemeriksaan ANC 4x di puskesmas dan tidak pernah USG.

Pada pemeriksaan fisik keadaan baik, tampak gelisah, kesadaran composmentis. TD : 110/80 mmHg, N : 87 x/m, R : 20 x/m, S : 36,4°C. TFU 32 cm, L I : teraba bokong, L II : posisi punggung sebelah kiri L III : Kepala sudah masuk PAP, L IV : Divergen, DJJ 150 x/m, HIS 3x10'x35", kuat, punctum max kiri bawah pusat, TBJ : 3255 gram. Vulva/ Vagina: tidak ada kelainan, portio tipis, lunak, pembukaan serviks 6 cm, ketuban negatif, presentasi fetus kepala, UUK kanan depan, penurunan kepala station +1, molase 0, skor nyeri

persalinan diukur dengan *Numeric Rating Scale* (NRS) diperoleh nilai 5 (nyeri sedang).

Diagnosis kasus tersebut adalah G₁P₀A₀ parturien 36 minggu kala I fase aktif dengan ketuban pecah dini, janin tunggal hidup intrauterine, persentasi kepala. Masalah yang dialami adalah nyeri persalinan dan menyebabkan ibu tampak gelisah.

Asuhan yang diberikan pada kasus ini adalah melakukan observasi kemajuan persalinan, keadaan ibu dan janin pemenuhan kebutuhan nutrisi, hidrasi, serta pemberian asuhan teknik mengurangi nyeri persalinan dengan pemberian aromaterapi lavender. Sebelum dilakukan asuhan maka dilakukan penilaian skala nyeri yang diukur menggunakan NRS dan diperoleh nilai skor 5 (nyeri sedang). Setelah itu, dilakukan pemberian aromaterapi lavender jenis essential oil yang diaplikasikan menggunakan *humidifier* dengan 4 tetes essential oil dicampur air bersih sampai batas yang telah ditentukan pada *humidifier* dan dinyalakan di dalam ruangan selama 30 menit. Sesudah asuhan dilakukan, dilakukan kembali penilaian skala nyeri yang diukur menggunakan NRS dan diperoleh nilai skor 3 (nyeri ringan).

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah pada kasus ini adalah "bagaimana pengaruh aromaterapi lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan di ruang VK RSUP Hasan Sadikin Bandung tahun 2021?"

P : Ibu bersalin di ruang VK

I : Aromaterapi lavender

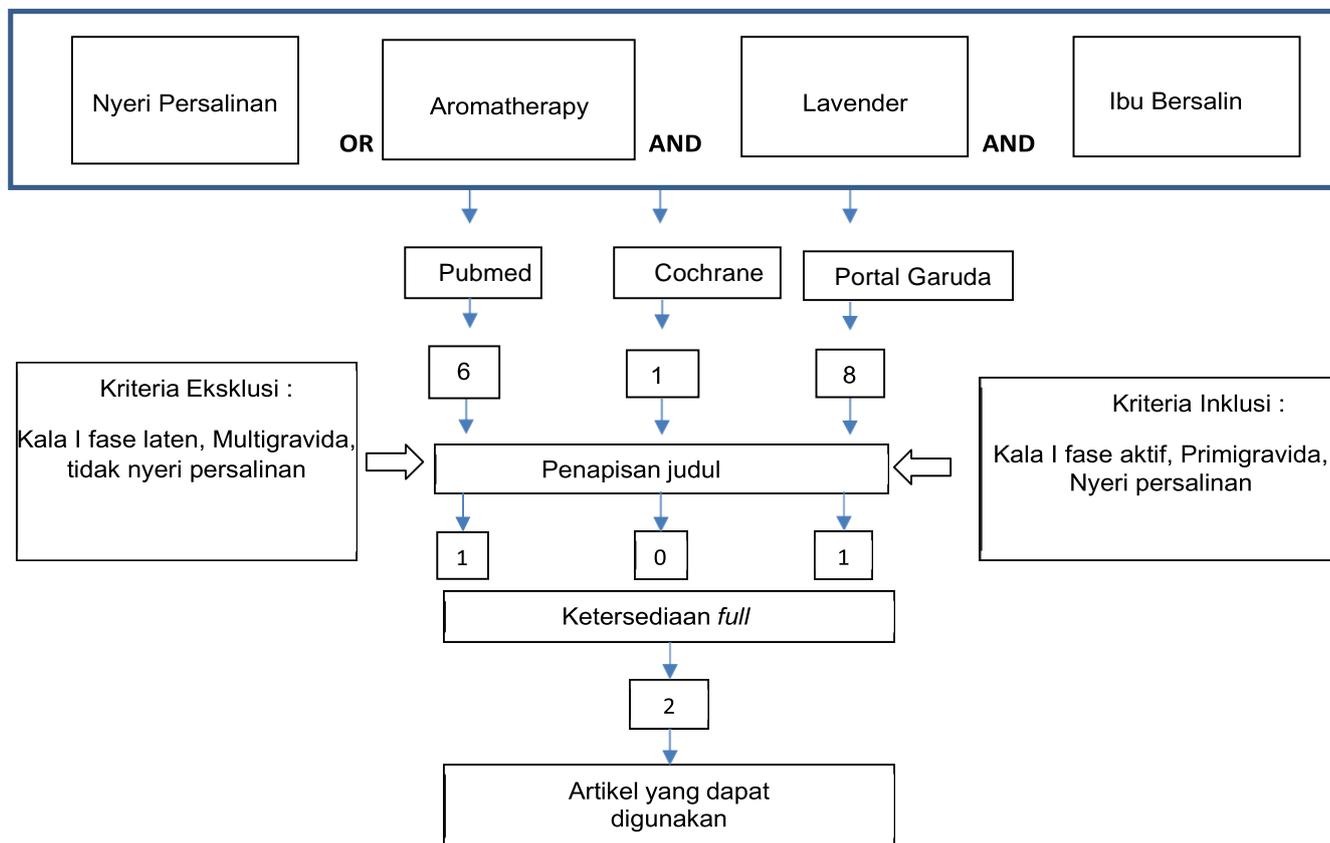
C : Nyeri persalinan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender

O : Menunjukkan pengaruh pemberian aromaterapi lavender untuk mengurangi rasa nyeri persalinan

METODE

Dilakukan penelusuran literatur pada tanggal 07 Oktober 2021 di

Pubmed, *Cochrane Library* dan Portal Garuda. Kata Kunci yang digunakan adalah kata yang mewakili populasi yakni pemberian aromaterapi lavender dan nyeri persalinan. Pencarian artikel dibatasi yang dipublikasi 5 tahun terakhir.



Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Artikel yang naskah lengkapnya terpilih selanjutnya dilakukan telaah kritis, yang terdiri atas 3 aspek yaitu validitas penelitian, kepentingan klinis dan aplikabilitas atau relevansi terhadap masalah klinis yang ada. Terhadap masing-masing artikel yang terpilih juga dilakukan penentuan derajat kekuatan bukti atau *level of evidence*, yang digambarkan dalam sebuah tabel, sehingga pada tabel tersebut akan tampak presisi, konsistensi, kesesuaian, dan kontroversi hasil, serta bukti mana yang merupakan *the best evidence*.

Tabel 1. Telaah Kritis

Artikel	Desain Penelitian	Level Of Evidence	Validity	Importance	Applicability
<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 pretest-posttest design.</p>	II a	<p>Sampel : Sampel dalam penelitian ini adalah 16 ibu bersalin kala 1 fase aktif yang mengalami nyeri di Puskesmas Raman Utara Kabupaten Lampung Timur.</p> <p>Analisis : Variabel bebas (independent variabel) pada penelitian ini adalah aroma terapi lavender dan variable terikat (dependent variabel) pada penelitian ini adalah nyeri persalinan.</p>	<p>Tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif sebelum diberikan aromaterapi lavender 7,19. Rata-rata tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif sesudah diberikan aromaterapi lavender 5,50 dengan standar deviasi 1, 932. Ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Raman Utara Kabupaten Lampung Timur tahun 2021 dengan pvalue 0,000.</p>	<p>Dapat memberikan informasi kepada ibu tentang teknik pengurangan rasa nyeri seperti aromaterapi lavender melalui konseling atau media leaflet pada saat pemeriksaan kehamilan atau pada saat proses persalinan dan melakukan terapi aromaterapi lavender dengan teknik melalui inhalasi ataupun menggunakan aromaterapi dengan aroma yang berbeda sehingga didapatkan hasil aromaterapi yang lebih efektif untuk mengurangi nyeri.</p>
<p>Judul : "Lavender (<i>Lavandula Angustifolia</i>) Aromatherapy As An Alternative Treatment In Reducing Pain In Primiparous Mothers In The Active First Stage Of Labor"</p> <p>Penulis : Hilda Yani Karo Karo, Noor Pramono, Sri Wahyuni, Imam Djamaluddin Mashoedi, Leny Latifah</p>	<p>Desain : Penelitian quasi eksperiment dengan desain pretest dan posttest dengan kontrol grup</p>	II b	<p>Sampel : 40 responden dipilih dengan teknik <i>consecutive sampling</i>, dimana masing-masing kelompok berjumlah 20 orang dalam waktu 2 bulan Oktober – November 2016.</p> <p>Analisis : Skala nyeri <i>Numerical Rating Scale</i> (NRS) digunakan. Uji-t berpasangan dan independen.</p> <p>Instrumen Minyak lavender digunakan sebagai aromaterapi sebanyak 10 ml per bungkus. Aromaterapi lavender telah diaplikasikan pada diffuser aromaterapi elektrik yang dinyalakan selama 5 menit di ruang intervensi. Ketika ruangan sudah siap, maka peneliti mempersilahkan responden ke ruangan selama 30 menit.</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok kontrol adalah 0,450 dengan t hitung 2,13 dan p-value 0,046 (<0,05), sedangkan rerata nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi adalah 2,800 dengan t hitung 10,46 dan p -nilai 0,000 (<0,05), yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan aromaterapi pada kelompok intervensi dan perlakuan standar pada kelompok kontrol terhadap nyeri persalinan. Namun penurunan nyeri lebih tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan dengan penurunan nyeri pada kelompok kontrol.</p>	<p>Para wanita dalam kelompok aromaterapi lavender melaporkan intensitas nyeri persalinan yang lebih rendah. Studi intervensi dapat dipraktekkan di Puskesmas untuk ibu hamil agar mereka dapat menerapkan metode penyembuhan ini.</p>

HASIL

Didapatkan 2 artikel quasi eksperimen dari penelusuran jurnal. Pada artikel pertama oleh Witama dkk, diketahui bahwa dari 16 responden sebelum diberikan aroma terapi lavender didapatkan rata-rata tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif 7,19 dengan standar deviasi 1,601, skala nyeri minimal 4 dan skala nyeri maksimal 9 dan dari 16 responden. Sedangkan sesudah diberikan aroma terapi lavender didapatkan rata-rata tingkat nyeri persalinan kala 1 fase aktif 5,50 dengan standar deviasi 1,932, skala nyeri minimal 2 dan skala nyeri maksimal 9.

Hasil uji *paired sample t-test* didapatkan nilai *p value* $0,000 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap pengurangan nyeri persalinan kala 1 fase aktif pada ibu bersalin di Wilayah Kerja Puskesmas Raman Utara Kabupaten Lampung Timur tahun 2021.

Artikel kedua oleh Hilda dkk, menunjukkan bahwa hasil yang didapatkan rerata nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok kontrol adalah 0,450 dengan *t* hitung 2,13 dan *p-value* 0,046 ($<0,05$), sedangkan rerata nyeri sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi adalah 2,800 dengan *t* hitung 10,46 dan *p-nilai* 0,000 ($<0,05$), yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan aromaterapi pada kelompok intervensi dan perlakuan standar pada kelompok kontrol terhadap nyeri persalinan. Namun penurunan nyeri lebih tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan dengan penurunan nyeri pada kelompok kontrol.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pencarian jurnal, didapatkan dua artikel yang sesuai dengan rumusan masalah yang diajukan dan kemudian dilakukan telaah kritis. Penelitian tersebut merupakan penelitian quasi eksperimental.

Menurut Witama dkk, berasumsi bahwa penelitian yang telah dilakukan ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri persalinan kala 1 fase aktif dikarenakan aromaterapi lavender memiliki kandungan linalool dan eklefalin yang dapat menurunkan rasa nyeri secara alami.

Selain dengan pemberian aroma terapi lavender ternyata semakin bertambahnya pembukaan nyeri tidak hanya tercover dengan pemberian aroma terapi tersebut. Ada pengaruh juga dukungan dari suami dan keluarga, suport 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.

Minyak 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.¹⁰

Hasil artikel kedua oleh Hilda dkk, mengungkapkan bahwa ada perbedaan signifikan nyeri persalinan sebelum dan sesudah aromaterapi lavender untuk mengurangi rasa sakit ibu selama tahap pertama persalinan. Sebuah uji klinis *quasi-eksperimental* menemukan bahwa wanita yang diobati dengan

aromaterapi lavender selama persalinan dengan rata-rata persepsi intensitas rasa sakit pada waktu 30-60 menit setelah intervensi pemberian aromaterapi lebih rendah ($p < 0,001$).

Aromaterapi mempengaruhi tubuh dalam tiga cara : efek farmakologis dari hormon dan enzim yang dapat menyebabkan perubahan kimia dalam tubuh, efek psikologis, termasuk relaksasi dan efek sedatif pada tubuh dan efek fisiologis yang dihasilkan dari respons otak terhadap menghirup aroma.¹¹

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 relaks, tenang dan bahagia.

Studi yang dilakukan pada masalah ini telah menunjukkan bahwa aroma lavender dapat menekan aktivitas sistem saraf simpatik. Senyawa olatile 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 simpatik.¹²

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 ruang VK RSUP Hasan Sadikin Bandung dengan kedua hasil telaah jurnal yang sudah dilakukan.^{13, 14, 15}

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 lavender jenis essential oil yang diaplikasikan kedalam *diffuser* aromaterapi listrik, yang dinyalakan diruang 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.

Pemberi pelayanan kebidanan dapat menyediakan aroma terapi lavender sebagai alternatif asuhan untuk mengurangi rasa nyeri saat persalinan sehingga menjadikan proses melahirkan yang menyenangkan dan menenangkan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada dosen pembimbing artikel *Evidence Based Case Report* (EBCR) ibu Bd. Diyan Indrayani, S.ST., M.Keb.

DAFTAR RUJUKAN

1. Kementerian Kesehatan R. *Profil Kesehatan Indonesian Tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan dan Kementerian Agama ; 2020.
2. Sekjen Kementerian Kesehatan. *Rencana Aksi Kegiatan (RAK) 2020-2024*

- [Internet]. 2020. Available from : e-renggar.kemkes.go.id
3. Andarmoyo. S. 2013. *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Jakarta : AR- RUZZ Media.
 4. Cuningham, F. G. 2013. *Obstetri Williams (Williams Obstetri)*. Jakarta : EGC.
 5. Sagita, Y. D., & Martina. 2019. *Pemberian Aroma Terapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pemberian Aroma Terapi Lavender untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Persalinan*. *Wellness and Healthy Magazine*, [Internet]. 1(2), 151–156. DOI : <https://doi.org/10.30604/well.26122019> . [Diakses 13 November 2021].
 6. Astuti, D., Supardi, & Puspitasari, I. 2017. *Perbandingan Penggunaan Minyak Lavender Dan Minyak Jahe Pada Massage Punggung Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan*. *Maternal*, [Internet]. II(2), 92–101. <http://journal.ummgl.ac.id/index.php/urecol/article/download/1149/843/>. [Diakses 13 November 2021].
 7. Rohani, dkk. 2011. *Asuhan Pada Masa Persalinan*. Jakarta : Salemba Medika.
 8. Rahmita, H., Wiji, R. N., & Rahmi, R. 2018. *Efektivitas Aromaterapi Untuk Menurunkan Nyeri Persalinan Di Bpm Rosita Kota Pekanbaru*. *Al-Insyirah Midwifery Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, [Internet]. 7(2), 53–57. <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/61>. [Diakses 13 November 2021].
 9. Turlina, L., & Nurul Fadhilah. 2017. *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif Di BPM Ny. Margelina, Amd. Keb Desa Supenuh Kecamatan Sugio Kabupaten Lamongan*. [Diakses 13 November 2021].
 10. Azizah, N., Rosyidah, R., & Machfudloh, H. (2020). *Efektivitas Inhalasi Aromaterapi Lavender (Lavendula Augustifolia) dan Neroli (Citrus Aurantium) terhadap Penurunan Nyeri Proses Persalinan*. *Midwifery Jurnal Kebidanan*, [Internet]. 6(1), 26–31. <https://doi.org/10.21070/midwifery.vi%vi%i.44>. <http://dosen.umsida.ac.id/modul/publikasi/filesktp/214392/sktp-04-11-2020%2010:33:08-214392.pdf>. [Diakses 13 November 2021].
 11. Karo, H. Y. K., Pramono, N., Wahyuni, S., Mashoedi, I. D., & Latifah, L. 2017. *Lavender (Lavandula Angustifolia) Aromatherapy As An Alternative Treatment In Reducing Pain In Primiparous Mothers In The Active First Stage Of Labor*. *Belitung Nursing Journal*, [Internet]. 3(4), 420–425. DOI: <https://doi.org/10.33546/bnj.159>. [Diakses 13 November 2021].
 12. Waslia, D. 2018. *Literatur Review : Terapi Komplementer Dalam Mengatasi Nyeri Persalinan (Literature Review : Complementary Therapy for Overcoming Labour Pain)*. *Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian & Pengabdian Masyarakat (PINLITAMAS 1)*, [Internet]. 1(1), 502–507. <http://repository2.stikesayani.ac.id/index.php/pinlitamas1/article/download/421/378>. [Diakses 13 November 2021].
 13. Juniartati, E., & Widyawati, M. N. 2018. *Literature Review : Penerapan Counter Pressure Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I*. *Jurnal Kebidanan*, [Internet]. 8(2), 112– 119. DOI: <https://doi.org/10.31983/jkb.v8i2.3740>.
 14. Juliani, Witama, dkk. 2021. *Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif*. *Wellness And Healty Magazine*. DOI: 10.30604/well.165322021
 15. Yani, Hilda Karo, dkk. 2017. *Lavender (Lavandula Angustifolia) Aromatherapy As An Alternative Treatment In Reducing Pain In Primiparous Mothers In The Active First Stage Of Labor*. *Belitung Nursing Journal*.