

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN POSTPARTUM NORMAL DI RSUD KOTA SEMARANG

¹Angki Bagus Pambudi, ²Endang Supriyanti

¹Mahasiswa Akademi Keperawatan Widya Husada Semarang

Email : Angkibagus96@gmail.com

²Dosen Akademi Keperawatan Widya Husada Semarang

Email : endangsupriyanti007@yahoo.co.id

ABSTRAK

Postpartum adalah masa sesudah persalinan dan kelahiran bayi, plasenta, serta selaput yang diperlukan untuk memulihkan kembali organ kandungan seperti sebelum hamil dengan waktu kurang lebih enam minggu. Hal ini akan berdampak pada ibu setelah melahirkan salah satunya yaitu nyeri karena kontraksi uterus. Perawat atau bidan memiliki peran penting dalam penanggulangan nyeri melalui pendekatan non farmakologi, salah satunya dengan pemberian aromaterapi lavender. Akses aroma lavender melalui hidung merupakan rute yang jauh lebih cepat dibanding cara yang lainnya, ketika minyak lavender dihirup molekul yang mudah menguap (*volatile*) dari minyak tersebut dibawa oleh arus udara dan ditransmisikan ke dalam sistem *limbic*. Hal ini akan merangsang memori dan respons emosional. *Hipotalamus* berperan sebagai relay dan regulator, memunculkan pesan – pesan yang harus disampaikan ke bagian lain otak serta bagian badan yang lain. Pesan yang di terima itu kemudian diubah menjadi tindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan euporia, relaks, atau sedatif. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien postpartum normal. Metode pada penelitian ini menggunakan jenis studi kasus dengan metode pendekatan *deskriptif*. penelitian ini menggunakan *Pretest – Posttest Desain*. Sampel penelitian ini sebanyak 5 orang diambil dengan teknik *Purposive Sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi rata – rata intensitas nyeri pada skala 5.4 sedangkan sesudah pemberian aromaterapi lavender intensitas nyeri mengalami penurunan yaitu rata – rata skala 2.8. Ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada pasien postpartum normal, sehingga dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan tenaga kesehatan khususnya perawat dan bidan dapat mengaplikasikan aromaterapi lavender ini untuk mengurangi intensitas nyeri postpartum atau nyeri akibat hal lainnya.

Kata kunci : Postpartum Normal, Nyeri, Aromaterapi Lavender

PENDAHULUAN

Postpartum atau masa nifas (*puerperium*) adalah masa pulih kembali mulai dari persalinan selesai sampai alat – alat kandungan kembali seperti sebelum hamil. Lama masa nifas ini 6 – 8 minggu (Mochtar, 2012). Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Pusdatin Jakarta, pada tahun 2011 jumlah ibu nifas di Indonesia sebanyak 4.975.636 jiwa (Yana, 2015). Di provinsi Jawa Tengah persalinan yang ditolong oleh tenaga

kesehatan pada tahun 2011 sebanyak 96,79% meningkat pada tahun 2012 sebanyak 97,14% (Depkes 2012). Dampak atau keluhan yang sering di keluhkan ibu setelah mengalami proses persalinan, beberapa keluhan yang sering dikeluhkan ibu postpartum yaitu salah satunya adalah nyeri, terdapat beberapa nyeri paska melahirkan antara lain nyeri pada perut, hal ini terjadi karena adanya kontraksi uterus,. kontraksi uterus ini terjadi secara fisiologi dan menyebabkan nyeri yang dapat mengganggu kenyamanan ibu dimasa nifas (Maryunani, 2016).

Nyeri merupakan pengalaman sensori dan emosi yang tidak menyenangkan akibat adanya kerusakan jaringan yang aktual atau potensial, atau digambarkan dengan istilah seperti (international association for the study of pain); awitan berat yang tiba – tiba atau perlahan dengan intensitas ringan sampai berat dengan akhir yang dapat diantisipasi atau diramalkan (Wilkinson, 2014). Nyeri setelah melahirkan merupakan hal yang fisiologis, tetapi hal ini menjadi salah satu keluhan yang paling di takuti klien setelah melahirkan (postpartum.) Adapun bentuk nyeri yang dialami oleh pasien dengan paska melahirkan adalah nyeri akut (Perry & Potter, 2005). Nyeri dapat diatasi dengan cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Tipe farmakologi untuk meringankan nyeri biasanya menggunakan analgesik yang dibagi menjadi dua yaitu analgesik non narkotik dan analgesik narkotik. Sedangkan pada tipe non farmakologi untuk mengurangi nyeri yang sering digunakan antara lain yaitu dengan meditasi, relaksasi nafas dalam, hipnosis, terapi musik, dan penggunaan aromaterapi (Sulistyo, 2013 dalam Swandari,).

Aromaterapi berasal dari kata *aroma* yang berarti harum atau wangi, dan *therapy* yang dapat diartikan sebagai cara pengobatan atau penyembuhan. Sehingga *aroma therapy* dapat diartikan sebagai: “suatu cara perawatan tubuh dan atau penyembuhan penyakit dengan menggunakan minyak essensial (Jaelani, 2009). Salah satu aromaterapi yang sering di gunakan untuk mengurangi nyeri yaitu aromaterapi lavender. Lavender merupakan tumbuhan berbunga dalam suku lamiaceae yang memiliki 25-30 spesies. Lavender berasal dari wilayah selatan laut tengah Afrika tropis dan ke timur sampai india lavender tumbuh baik di ketinggian 600- 1350 mdpl dimana semakin tinggi tempat tumbuhnya, semakin baik kualitas minyak yang dihasilkan (Nuraini, 2014). Saat ini lavender telah dikembangkan di seluruh dunia. Tanaman cantik dan berbunga kecil berwarna ungu ini memiliki khasiat yang sangat bermanfaat bagi manusia. Minyak aromaterapi lavender dikenal sebagai minyak penenang, efek sedatif, terjadi karena adanya senyawa – senyawa *coumarin* dalam minyak tersebut (Khasani, 2013). Secara teoritis aromaterapi lavender bekerja mempengaruhi tidak hanya fisik tetapi tingkat emosi. Kandungan lavender oil yang terdiri dari *linalool*, *linalool acetate*, mampu salah satunya yaitu meredakan rasa nyeri (Nuraini, 2014).

Akses aroma lavender melalui hidung merupakan rute yang jauh lebih cepat dibanding cara lain dalam penanggulangan problem emosional seperti stress dan depresi, termasuk berbagai jenis sakit kepala (nyeri), karena hidung mempunyai kontak langsung dengan bagian – bagian otak yang bertugas merangsang terbentuknya efek yang di timbulkan oleh minyak lavender, hidung sendiri bukanlah organ untuk membaui, tetapi hanya memodifikasi suhu dan kelembaban udara yang masuk serta mengumpulkan benda asing yang mungkin ikut terhirup. Saraf otak (*cranial*) pertama bertanggung jawab terhadap indera pembau dan menyampaikan pada sel - sel reseptor. Ketika minyak lavender dihirup, molekul yang mudah menguap (*volatile*) dari minyak tersebut dibawa oleh arus udara ke “atap”

hidung dimana *silia – silia* yang lembut muncul dari sel – sel reseptor. Ketika molekul – molekul itu menempel pada rambut rambut tersebut, suatu pesan elektronika akan ditransmisikan melalui bola dan saluran *olfaktori* ke dalam sistem *limbic*. Hal ini akan merangsang memori dan respons emosional. *Hipotalamus* berperan sebagai relay dan regulator, memunculkan pesan – pesan yang harus disampaikan ke bagian lain otak serta bagian badan yang lain. Pesan yang di terima itu kemudian diubah menjadi tindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan euporia, relaks, atau sedatif. Sistem limbik ini terutama digunakan dalam ekspresi emosi. Dalam hal ini (inhalasi) dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti : inhalasi dengan menggunakan botol semprot, inhalasi dengan dihirup dengan tissue, dihirup melalui telapak tangan dan penguapan (Dwijayanti, 2014).

Hasil penelitian Khasani (2013) terdapat pengaruh intensitas nyeri postoperasi seksio sesarea setelah pemberian aromaterapi lavender. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pemberian inhalasi aromaterapi lavender rata-rata intensitas nyeri pada skala (5.36) . Sesudah dilakukan pemberian aromaterapi lavender intensitas nyeri mengalami penurunan yaitu rata-rata skala (2.85). Sedangkan hasil penelitian Karlina (2014) ada pengaruh intensitas nyeri pada ibu nifas kala I persalinan setelah pemberian aromaterapi lavender. Intensitas nyeri sebelum dilakukan pemberian aromaterapi rata – rata sebesar (7.65) dan sesudah pemberian intensitas nyeri sebesar rata – rata (4.65). Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri pada ibu postpartum normal dengan alasan banyaknya tingkat persalinan normal serta masalah yang di alami setelah persalinan normal yaitu nyeri.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan metode deskriptif dengan desain penelitian *case study research* dengan *One Grup Pretest-Posttest Design* yaitu mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi (Nursalam, 2013). Tempat penelitian dilakukan di RSUD Kota Semarang di ruang Parikesit dan Dewi Kunti mulai tanggal 21 November 2016 sampai dengan 20 Januari 2016. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien postpartum normal di RSUD Kota Semarang yang mengalami nyeri setelah bersalin dengan jumlah 5 responden. Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah Ibu postpartum normal dengan usia 20 – 30 tahun, pendidikan SMP dan SMA, tidak mengalami komplikasi, skala nyeri ringan – sedang, postpartum normal hari ke nol, satu dan dua dan tidak mendapatkan terapi analgetik.

Instrument penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Numeric Rating Scale* (NRS), Minyak Lavender, Kapas atau Sapu Tangan dan Lembar Kerja. Lembar kerja ini berisi tentang intensitas nyeri pasien sebelum dilakukan pemberian aromaterapi dan perubahan intensitas nyeri pasien setelah dilakukan pemberian aromaterapi, sehingga peneliti dapat mengidentifikasi pengaruh pemberian aromaterapi terhadap intensitas nyeri pada pasien postpartum normal

Teknik pemberian aromaterapi tersebut dilakukan dengan cara meneteskan ekstrak minyak lavender pada kapas atau sapu tangan sebanyak \pm 3-5 tetes, kemudian dekatkan kapas

atau sapu tangan yang telah diberi minyak lavender tersebut pada hidung lalu pasien dianjurkan untuk menghirupnya secara perlahan selama \pm 15 menit. Tindakan ini dilakukan sebanyak 2 kali atau dua hari pemberian dengan hari atau jam pemberian yang berbeda untuk mevalidasi ada atau tidaknya pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri pada ibu post partum normal.

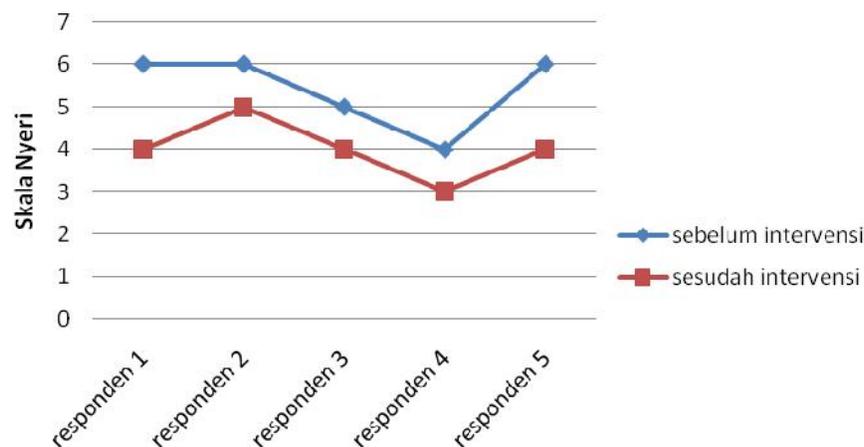
HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Usia, Pekerjaan dan Pendidikan (n = 5)

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (N)	Presentasi (%)
Usia	.> 20 tahun	0	0 %
	< 20 - > 35 tahun	0	0 %
	20 – 35 tahun	5	100 %
Pendidikan	SMP	0	0 %
	SMA	5	100 %
Pekerjaan	IRT	2	40 %
	Swasta	3	60 %
	Buruh Pabrik	0	0 %

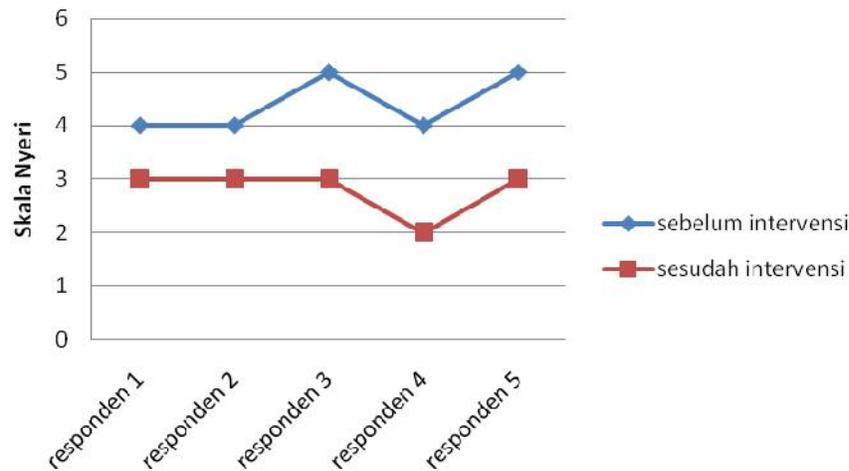
Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa responden yang berusia 20 – 30 tahun yaitu 5 responden (100%), menurut pendidikan responden yang berpendidikan SMA yaitu 5 responden (100%), dan menurut pekerjaan responden sebagai ibu rumah tangga sebanyak 2 responden (40%) dan yang bekerja sebagai karyawan swasta sebanyak 3 responden (60%).

Grafik 1. Hasil pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender hari - pertama di RSUD Kota Semarang (n = 5)



Grafik diatas menunjukkan bahwa pada semua responden terdapat penurunan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender terhadap nyeri ibu postpartum.

Grafik 4.2 Hasil pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender hari kedua di RSUD Kota Semarang (n = 5)



Grafik diatas menunjukkan bahwa pada semua responden terdapat penurunan sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender terhadap nyeri ibu postpartum.

Tabel 2. Rata – rata skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian aroma terapi lavender di RSUD Kota Semarang (n = 5)

Waktu Intervensi	Sebelum intervensi	Sesudah intervensi	Penurunan
Hari 1	5,4	4,0	1,4
Hari 2	4,4	2,8	1,6

Tabel diatas menunjukkan bahwa rata - rata skala nyeri sebelum pemberian aromaterapi pada hari pertama yaitu (5.4) dan menjadi sebesar (4.0) sesudah pemberian. Pada hari kedua rata - rata skala nyeri sebelum pemberian yaitu (4.4) dan menjadi (2.8) sesudah pemberian. Hal ini menunjukkan adanya penurunan atau perubahan skala nyeri setelah pemberian aromaterapi lavender pada hari pertama mengalami penurunan rata – rata sebesar (1.4) dan pada hari kedua mengalami penurunan rata – rata sebesar (1.6), setelah di hitung rata – rata penurunan nyeri selama dua hari yaitu sebesar (2.6) skala nyeri.

PEMBAHASAN

Usia merupakan salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan nyeri persalinan variabel usia dikelompokkan menjadi dua yaitu *High Risk* yaitu pada usia (< 20 - > 35 tahun) dan *Low Risk* pada usia (20 – 35 tahun). Pada usia < 20 - > 35 tahun merupakan usia yang beresiko tinggi terhadap komplikasi persalinan dan ketidaknyaman akibat nyeri yang timbul. Sedangkan usia 20 – 35 tahun, dianggap aman menjalani persalinan karena usia tersebut dalam rentang kondisi prima (Astuti, 2008)

Hasil penelitian ini terdapat 4 responden usia 26 tahun dan 1 responden usia 23 tahun. Intensitas nyeri semua responden dalam rentang 4 – 6 skala nyeri, intensitas nyeri tersebut termasuk nyeri sedang. Sebagian besar atau 3 responden yang berusia 26 tahun intensitas nyeri yang dirasakan sebelum dilakukan intervensi yaitu sebesar 6.0 skala nyeri, dan 1 responden yang berusia 23 tahun intensitas nyeri yang dirasakan sebesar 5.0 skala nyeri. Hal tersebut menunjukkan bahwa usia yang lebih muda (23 tahun) memiliki toleransi lebih terhadap nyeri dibandingkan dengan usia yang lebih tua 26 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Magfuroh (2014) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas nyeri dengan usia ibu, didukung oleh penelitian yang dilakukan Rusdiatin (2007) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan nyeri persalinan. Dapat disimpulkan bahwa usia mempengaruhi intensitas nyeri pada ibu postpartum normal dan pada responden dalam penelitian ini semua responden termasuk dalam kelompok usia *Low Risk* (20 tahun – 35 tahun).

Pada penelitian ini intensitas nyeri yang dialami oleh pasien postpartum normal sebelum diberikan aromaterapi lavender rata – rata sebesar 5.4 dan sesudah pemberian aromaterapi lavender selama dua hari intensitas nyerinya mengalami penurunan yaitu rata – rata sebesar 2.8 skala nyeri. Terdapat penurunan intensitas nyeri sesudah pemberian aromaterapi lavender selama dua hari atau dua kali pemberian yaitu rata – rata penurunannya sebesar 2.6. hal tersebut menunjukkan bahwa adanya pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu postpartum normal.

Hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya pengaruh aromaterapi terhadap nyeri yang penurunannya rata – rata sebesar (2 - 3) skala nyeri, pada penelitian yang dilakukan (Khasani, 2013) penurunannya sebesar 2.51 skala nyeri, penelitian yang dilakukan (Bangun, 2013) penurunannya sebesar 2.27 skala nyeri, penelitian yang dilakukan (Astuti, 2015) penurunannya sebesar 2.33 skala nyeri, penelitian yang dilakukan (Cholifah, 2015) penurunannya sebesar 2.68 skala nyeri dan penelitian yang dilakukan (Purwandari, 2014) penurunannya sebesar 2.47.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan adanya pengaruh aromaterapi terhadap nyeri yang penurunannya rata – rata sebesar (1 - < 2) skala nyeri, pada penelitian yang dilakukan (Dwijayanti, 2013) penurunannya sebesar 1.1 skala nyeri, penelitian yang dilakukan (Swandari, 2014) penurunannya sebesar 1.5 dan penelitian yang dilakukan (Tarsikah, 2009) penurunannya sebesar 1.4 skala nyeri

Hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya pengaruh aromaterapi terhadap nyeri yang rata – rata penurunannya sebesar (3) yaitu penelitian yang dilakukan (Pratiwi, 2012) penurunan nyerinya sebesar 3.0 skala nyeri, penelitian yang dilakukan (Karlina, 2014) penurunan nyerinya sebesar 3.0 skala nyeri dan penelitian yang dilakukan (Annisa, 2014) penurunan nyerinya sebesar 3.0 skala nyeri.

Aromaterapi dapat berpengaruh atau menurunkan intensitas nyeri pada penelitian ini atau penelitian yang dilakukan sebelumnya, Akses aroma lavender melalui hidung merupakan rute yang jauh lebih cepat dibanding cara yang lain ketika minyak lavender dihirup, molekul yang mudah menguap (*volatile*) dari minyak tersebut dibawa oleh arus udara ke “atap” hidung dimana *silia – silia* yang lembut muncul dari sel – sel reseptor. Ketika molekul – molekul itu menempel pada rambut rambut tersebut, suatu pesan elektronika akan ditransmisikan melalui bola dan saluran *olfaktori* ke dalam sistem *limbic*.

Hal ini akan merangsang memori dan respons emosional. *Hipotalamus* berperan sebagai relay dan regulator, memunculkan pesan – pesan yang harus disampaikan ke bagian lain otak serta bagian badan yang lain. Pesan yang di terima itu kemudian diubah menjadi tindakan yang berupa pelepasan senyawa elektrokimia yang menyebabkan euphoria, relaks, atau sedatif. Sistem limbik ini terutama digunakan dalam ekspresi emosi (Dwijayanti,2014). Dari proses tersebutlah yang membuat aromaterapi lavender secara inhalasi dapat berpengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri.

KESIMPULAN

1. Usia mempengaruhi intensitas nyeri pada ibu postpartum normal. usia yang lebih muda (23 tahun) memiliki toleransi lebih terhadap nyeri dibandingkan dengan usia yang lebih tua (26 tahun).
2. Adanya pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu postpartum normal di RSUD Kota Semarang, dengan rata – rata sebesar 2.6 skala nyeri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, R. A. (2009). *Asuhan kebidanan nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendekia
- Andarmoyo, S. (2013). *Persalinan tanpa nyeri berlebih*. Yogyakarta: Ar - Ruzz Media
- Astuti, T. (2008). *Efektifitas paket "materna" terhadap rasa nyeri dan lamanya kala I persalinan ibu primipara di bandar lampung*. <http://jurnal.unimus.ac.id>. diakses pada tanggal 14 Juli 2014, jam 5.23 WIB
- Bangun dan Nuraini.(2013). *Pengaruh aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri pada pasien pasca operasi di rumah sakit dustira cimahi*. <http://jks.fikes.unsoed.ac.id>. diakses pada tanggal 14 Juli 2016, jam 5.23 WIB
- Cholifah, dkk.(2015).*Pengaruh aromaterapi inhalasi lemon terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif*. <http://opac.unisayoga.ac.if>.diakses pada tanggal14 juli 2016, jam 5.23 WIB
- Dewi, S. (2011). *Asuhan kebidanan ibu nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Dwijayanti, W. (2014). *efek aromaterapi lavender inhalasi terhadap intensitas nyeri paska sectio caesarea*. <http://www.medicahospitalia.rskariadi.co.id> .diakses pada tanggal 12 Apri 2016, jam 3.12 WIB
- Herdman, T. (2016). *Diagnosis keperawatan definisi & klasifikasi* . Jakrata: EGC
- Hidayat, A. A. (2014). *Pengantar kebutuhan dasar manusia*. Jakarta: EGC
- Isa Khasani, N. A. (2013). *Pengaruh aromaterapi terhadap nyeri pada pasien post operasi sektio caesarea di rsud kajen kabupaten pekalongan*. www.e-skripsi.stikesmuh-pkj.ac.id. diakses pada tanggal 12 April 2016, jam 3.12 WIB
- Jaelani. (2009). *Aromaterapi*. Jakarta: Pustaka Populer

- Judha, M. (2012). *Teory pengukuran nyeri dan nyeri persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Karlina, dkk. (2014). *Pengaruh pemberian aromaterapi levender secara inhalasi terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan fisiologi pada primipara inpartu kala satu fase aktif bpm "fetty fatiyah" mataram*, (Online). <http://jks.fikes.unsoed.ac.id>. diakses tanggal 14 Juli 2016, jam 5.23 WIB
- Koensoemardiyah. (2009). *A- Z Aromaterapi untuk kesehatan, kebugaran, dan kecantikan*. Yogyakarta: Lily Publiser
- Magfuroh, A. (2012). *Faktor - Faktor yang berhubungan dengan nyeri persalinan kala I fase aktif*. <http://repository.uinjkt.ac.id>. diakses pada tanggal 14 Juli 2016, jam 5.23 WIB
- Maryunani, A. (2016). *Management kebidanan*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Mochtar, R. (2012). *Sinopsis obstetri fisiologi dan patologi*. Jakarta: EGC
- Nuraini, D. N. (2014). *Aneka manfaat bunga untuk kesehatan*. Yogyakarta: Gava Media
- Nurjanah, S. N. (2013). *Asihan kebidanan postpartum*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2013). *Metodelogi penelitian dan ilmu keperawatan: pendekatan praktis edisi.3*. Jakarta: Salemba Medika
- Patricia, P. A. (2005). *Buku ajar fundamental keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Prasetyo, S. N. (2013). *Konsep dan proses keperawatan nyeri*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Pratiwi, R. (2012). *Penurunan intensitas nyeri akibat luka post sectio caesarea setelah dilakukan latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender di Rumah Sakit Al. Islam Bandung*. <http://jurnal.unimus.ac.id>. diakses pada tanggal 12 April 2016, jam 3.12
- Purwandari, dkk. (2014). *Efektifitas terapi aroma lemon terhadap penurunan skala nyeri pada pasien postoperasi laparatomi*. <http://jom.unri.ac.id>. diakses pada tanggal 14 Juli 2016, jam 5.23 WIB
- Purwoastuti, E. (2008). *Ilmu obstetri dan ginekologi sosial bagi kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Pres
- Tarsikah, dkk. (2009). *Penurunan nyeri persalinan primigravida kala I fase aktif pascapenghirupan aromaterapi lavender* <http://downloadportalgaruda.org>. diakses pada tanggal 4 Juli 2014, jam 5.23 WIB
- Saefudin, A. B. (2010). *Ilmu kebidanan: sarwono prawiroharjo*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Saleha, S. (2009). *Asuhan kebidanan pada masa nifas*. Jakarta: Salemba Medika.

- Setyoadi dan Kushayadi.(2011). *Terapi modalitas keperawatan pada klien psikogeriantik*. Jakarta: Salemba Medika
- Sulistyaningsih. (2012). *Metodelogi penelitian kebidanan kuantitatif kualitatif* . Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sulistiyowati. (2015). *Efektifitas aromaterapi lavender terhadap tingkat nyeri dan kecemasan persalinan primipara kala I* .<http://journal.ummg.ac.id>. diakses pada tanggal 14 Juli 2016, jam 5.23 WIB
- Swandari, P. (2014). *perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada ibu postoperasi sectio sesarea di rsud Ambarawa*.
<http://perpusnwu.wed.id>. diakses pada tanggal 12 April 2014, jam 3.12 WIB
- Wahyuningsih, M. (2014). *Efektifitas aromaterapi lavender dan massage effleurage terhadap tingkat nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida di BPS utami dan ruang ponek rsud karanganyar*.<http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id>. diakses pada tanggal 14 Juli 2016, jam 5.23 WIB
- Wilkinson, J. M. (2014). *Buku saku diagnosis keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Yanti.(2010). *Buku ajar asuhan kebidanan persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Rihama