

Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Persalinan: Literatur Review

Susi Ernawati*¹, Winda Maolinda², Fadhiyah Noor Anisa³,
¹Prodi Sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia
* E-mail: Susiernawati110@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Nyeri persalinan merupakan hal fisiologis dialami selama ibu bersalin. Kontraksi menyebabkan stres, pelepasan hormon seperti katekolamin dan steroid, hormon ini menyebabkan ketegangan otot polos dan vasokonstriksi pembuluh darah, jika terjadi mengakibatkan penurunan kontraksi uterus, penurunan sirkulasi uteroplasenta, kurangnya aliran darah, oksigen ke uterus, menimbulkan iskemia membuat impuls nyeri bertambah jika nyeri persalinan tidak diatasi dapat menyebabkan partus lama. 90% persalinan normal disertai nyeri, salah satu penanganan nyeri menggunakan aromaterapi.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mensintesis pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan dengan *literature review*.

Metode : Penelitian ini menggunakan pendekatan literature review, dalam pencarian sumber data artikel dilakukan melalui database *Google Scholar*, Portal Garuda dan *Elsevier*.

Hasil : Database dengan jumlah yang didapatkan dari 16 jurnal menunjukkan dari beberapa variabel ditemukan adanya pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan. Dengan cara penggunaan inhalasi, pijat, kompres dan berendam. Dari cara penggunaan yang paling efektif dengan cara inhalasi karena aromaterapi 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.

Simpulan : Berdasarkan *literature review* dari 16 jurnal penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan.

Kata Kunci : Aromaterapi Lavender, Nyeri persalinan

Effect Of Lavender Aromatherapy On Labor Pain: A Literature Review

ABSTRACT

Background: Labor pain is physiological during labor. Contractions cause stress, release of hormones such as catecholamines and steroids, hormones that cause muscle disorders and vasoconstriction of blood vessels, if there is a decrease in uterine contractions, decreased uteroplacental circulation, decreased blood flow, oxygen to the uterus, causing ischemia that makes pain impulses increase if labor pain is not untreated can cause prolonged labor. 90% of normal labor pain, one of the pain management using aromatherapy.

Purpose : This study aims to synthesize the effect of lavender aromatherapy on labor pain with a literature review.

Methods : This study used a literature review approach, in which the search for article data sources was conducted through the Google Scholar database, Garuda Portal and Elsevier.

Results : The database with the number obtained from 16 journals shows that from several variables it is found that there is an effect of lavender aromatherapy on labor pain. By using inhalation, massage, compress and soak. From the most effective way of using it by inhalation because aromatherapy is inhaled or inhaled, it will release active substances so that it can stimulate the hypothalamus (pituitary legacy) to release endorphins, which are substances that cause a feeling of relaxation, calm and happiness.

Conclusion: Based on a literature review of 16 research journals, it can be concluded that there is an effect of lavender aromatherapy on labor pain.

Keyword: Aromatherapy Lavender, Labor Pain

Pendahuluan

Persalinan normal merupakan proses pengeluaran hasil konsepsi atau janin yang terjadi pada kehamilan cukup bulan (37-42 minggu), lahir spontan dengan presentasi belakang kepala yang berlangsung selama 18 jam tanpa komplikasi terhadap janin maupun ibu (Sagita dan Martina, 2019).

World Health Organization (WHO) tahun 2012 berdasarkan penelitian di Amerika Serikat sekitar 70%-80% wanita melahirkan

bisa mengharapkan persalinan normal yang berlangsung tanpa rasa nyeri. Sehingga di Rumah Sakit swasta banyak yang melakukan persalinan secara seksio sesarea sebanyak 20%-50%, ini dikarenakan kebanyakan ibu bersalin tidak mau merasakan nyeri saat persalinan normal (Yunarsih dan Rahayu, 2018). Studi yang dilakukan di Yordania melaporkan bahwa 92% partus mengalami pengalaman buruk terhadap persalinannya di

antaranya rasa takut 66% dan nyeri persalinan normal 78% (Waslia, 2018).

Beberapa penelitian menunjukkan masyarakat primitif mengalami persalinan normal yang lebih lama dan rasa nyeri, sedangkan masyarakat yang sudah maju 7-14% bersalin tanpa ada rasa nyeri dan sebagian besar 90% persalinan normal yang disertai nyeri (Rahmita *et al.*, 2018).

Nyeri persalinan dapat ditangani dengan menggunakan terapi komplementer dengan teknik relaksasi dan pernapasan, *effleurage* dan tekanan sakrum, *jet hidroterapi*, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), dan teknik lain seperti hipnoterapi, *massage*, *acupressure*, aromaterapi, yoga dan sentuhan terapeutik (Rahmita *et al.*, 2018).

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. (Azizah *et al.*, 2020). Minyak esensial juga

bisa dikombinasikan dengan *base oil* (minyak campuran obat) yang bisa dihirup atau di pijat di kulit (MH *et al.*, 2015).

Inhalasi minyak esensial bisa meningkatkan kesadaran dan mengurangi nyeri persalinan, dan memberikan efek yang positif tersebut menghambat pengeluaran *Adreno cortico tropic Hormone* (ACTH) dimana hormon ini bisa mengakibatkan terjadinya cemas. Aromaterapi khususnya lavender memiliki kandungan *linalool*, dan *linalyl acetat* yang berefek sebagai analgesik dan membuat seseorang menjadi tenang (Sagita dan Martina, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmita *et al.*, 2018) diperoleh hasil bahwa aromaterapi sangat efektif terhadap penurunan nyeri persalinan kala I. Penelitian (Suharti, 2018) di BPM Ny.Riens Kediri juga ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri pada persalinan kala I fase aktif. Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan menggunakan *literature review*

tentang pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan.

Bahan dan Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literatur review*. Metode *literatur review* merupakan bentuk penelitian yang dilakukan dengan cara melakukan penelusuran dan membaca berbagai sumber baik dari buku, jurnal, atau artikel-artikel lain yang berkaitan dengan topik penelitian (Neuman, 2011).

Hasil

Berdasarkan *literature review* dari 16 jurnal penelitian diambil kesimpulan bahwa aromaterapi lavender memiliki cara penggunaan dengan inhalasi, pijat, kompres dan berendam yang dilakukan dalam penanganan nyeri pada ibu bersalin, aromaterapi lavender ini terbukti berpengaruh terhadap nyeri persalinan. Dari cara penggunaan yang paling efektif dengan cara inhalasi

Pembahasan

Aromaterapi oil bisa membantu kontraksi uterus, mengurangi ketegangan,

menghilangkan rasa sakit, takut dan cemas, serta mengurangi nyeri persalinan.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori sebelumnya, menurut (Hetia *et al.*, 2017), (MH *et al.*, 2015), (Susilarini *et al.*, 2017) dan (Rosalinna, 2018), dengan metode quasi eksperimen yang menyatakan bahwa ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap nyeri persalinan. Aromaterapi mampu mempengaruhi sistem limbik yang merupakan sentral emosi dan mampu menghasilkan hormon *endorfin* dan *enkefalin* yang berfungsi untuk penghilang rasa sakit alami.

Hasil penelitian ini juga didukung juga oleh hasil penelitian (Sagita & Martina, 2019), (Suharti, 2018), (Turlina & Nurul Fadhillah, 2017) dan (Sari & Sanjaya, 2020), dengan metode pra eksperimen menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian minyak aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri persalinan.

Hasil penelitian (Yazdkhasti & Pirak, 2016) juga menyatakan bahwa aromaterapi dengan esensial lavender sebagai intervensi sederhana, murah, noninvasif, dan efektif untuk mengurangi nyeri persalinan.

Aromaterapi lavender bekerja mempengaruhi sistem kerja limbik yang merupakan pusat emosi otak.

Hasil penelitian (Vakilian *et al.*, 2018) dengan metode *Arandomzed clinical trial* menunjukkan bahwa minyak esensial lavender mengurangi rasa sakit pada akhir persalinan. Minyak esensial juga dapat mempengaruhi tonus otot, meningkatkan kontraksi, mengurangi nyeri, mengurangi ketegangan, mengurangi kecemasan dan meningkatkan kenyamanan.

Penanganan nyeri bisa mencegah adanya komplikasi persalinan baik ibu maupun janin. Aromaterapi dapat digunakan dengan berbagai cara, yaitu melalui: Inhalasi, Pijat, Kompres, dan Berendam (Wahyuningsih, 2014). Teori ini sejalan dengan penelitian (Karo *et al.*, 2017), yang menyatakan para wanita dalam kelompok aromaterapi lavender melaporkan intensitas nyeri persalinan yang lebih rendah. Esensial *oil* lavender digunakan untuk aromaterapi dalam 10 ml setiap bungkus. Aromaterapi lavender diaplikasikan kedalam *diffuser* aromaterapi listrik, yang dinyalakan

selama 5 menit di ruang intervensi. Ketika ruangan siap, peneliti mempersilakan responden masuk ke ruangan tersebut selama 30 menit. Hasil penelitian dari (Novfrida & Saharah, 2018), intervensi dalam penelitian ini menggunakan aromaterapi lavender yang diberikan selama 10 menit dengan 3-4 tetes essensial oil dan di campur air bersih sampai batas yang telah ditentukan pada *humifidifier* saat ibu dalam persalinan kala I fase aktif..

Hasil dari penelitian (Widiastuti *et al.*, 2018), intervensi dalam penelitian ini pemberian aromaterapi *oil* lavender dengan kompres hangat 25 ml / 0.84 fl oz dalam 200 cc air ditambah dengan suhu 15-40 ° C, dengan cara menggunakan handuk bersih dan kering yang dicelupkan ke dalam larutan di area belakang ibu bersalin yang memiliki kontraindikasi. Dosis yang diberikan adalah 0,3 cc minyak aromaterapi lavender selama 2 jam sekali selama persalinan kala I sampai persalinan kala II.

Hasil penelitian (Lamadah & Nomani, 2016), intervensi dalam penelitian ini pemberian pijat dibagi menjadi dua kelompok:

Kelompok pertama (n = 30) menerima pijat punggung aromaterapi dengan 2 tetes minyak lavender dilarutkan dalam minyak almond 50cc dan kelompok kedua (n = 30) menerima pijat saja. Pijat aromaterapi dengan minyak lavender dapat mengurangi rasa sakit dan kecemasan selama persalinan. Selain itu juga cara efektif untuk mengurangi lama persalinan. Hal itu terjadi karena pijat merangsang tubuh melepaskan senyawa *endorfin* yang merupakan pereda rasa sakit alami.

Daftar Pustaka

- 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. Tersedi pada: <http://journal.ummgl.ac.id/index.php/ur ecol/article/download/1149/843/>. [Diakses 24 November 2020].
- Azizah, N., Rosyidah, R., & Machfudloh, H. (2020). Efektivitas Inhalasi Aromaterapi Lavender (*Lavendula Augustfolia*) dan Neroli (*Citrus Aurantium*) terhadap Penurunan Nyeri Proses Persalinan. Midwiferia Jurnal Kebidanan, [Internet]. 6(1), 26–31. <https://doi.org/10.21070/midwiferia.v %vi%i.44>. Tersedia pada: <http://dosen.umsida.ac.id/modul/publika si/filesktp/214392/sktp-04-11-2020%2010:33:08-214392.pdf>. [Diakses 24 November 2020].
- Biswan, M., Novita, H., & Masita. (2017). Efek Metode Non Farmakologik terhadap Intensitas Nyeri Ibu Bersalin Kala I. Jurnal Kesehatan, [Internet] VIII(2), 282–288. Tersedia pada: <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/viewFile/487/456>. [Diakses 24 November 2020].
- Dewi, IGA. (2013). Aromaterapi Lavender Sebagai Media Relaksasi. Jurnal Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Bali. [Internet] 2(1): 21–53 Tersedia pada: <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/download/4871/3657/>. [Diakses 20 November 2020].
- Haqiqi, B. R. (2016). PERBEDAAN PERUBAHAN TINGKAT NYERI PERSALINAN NORMAL ANTARA KELOMPOK DENGAN DAN TANPA AROMATERAPI LAVENDER DI LAMONGAN. [SKRIPSI]. Lamongan: Universitas Airlangga. Tersedia pada: <http://repository.unair.ac.id/54150/>. [Diakses 24 November 2020].
- Hetia, E. N., Ridwan, M., & Herlina. (2017). PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAPPENGURANGAN NYERI PERSALINAN KALA I AKTIF. Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai, [Internet]. X(1), 5–10. Tersedia pada: <http://www.ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM/article/view/1334>. [Diakses 24 November 2020].
- 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>. Tersedia pada: <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/view/3740>. [Diakses 24 November 2020].

- 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>. Tersedia pada: <https://belitungraya.org/BRP/index.php/bnj/article/view/159>. [Diakses 20 November 2020].
- Kurniarum, A. (2016). ASUHAN KEBIDANAN PERSALINAN DAN BAYI BARU LAHIR. Hal 1-168. [Internet]. KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan Edisi 2018. Tersedia pada: <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Asuhan-Kebidanan-Neonatus-Bayi-Balita-dan-Apras-Komprehensif.pdf>. [Diakses 20 November 2020].
- Lamadah, S. M., & Nomani, I. (2016). The Effect of Aromatherapy Massage Using Lavender Oil on the Level of Pain and Anxiety During Labour Among Primigravida Women. *American Journal of Nursing Science*, [Internet]. 5(2), 37–44. <https://doi.org/10.11648/j.ajns.20160502.11>. Tersedia pada: <https://www.researchgate.net/profile/Sahar-Lamadah/publication/304339251>. [Diakses 24 November 2020].
- Makvandi, S., PhD, Khadigeh Mirzaiinajmabadi PhD, Masoumeh Mirteimoori MD, R. S., & MD. (2018). An Update on the Effect of Massage and Inhalation Aromatherapy with Lavender on Labor Pain Relief: A Systematic Review and Meta-analysis. *Journal of Obstetrics, Gynecology and Cancer Research*, [Internet]. 3(1), 29–37. Tersedia pada: <http://jogcr.com/article-1-177-en.html>. [Diakses 24 November 2020].
- Maryunani, A. (2015). Nyeri Dalam Persalinan. Jakarta: TIM
- MH, R. K., Susilo, J., & Lestari, P. (2015). Efek Lilin Aromaterapi Lavender Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Persalinan Normal Kala I Fase Aktif Pada. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, [Internet]. 7(14), 95–103. Tersedia pada: <http://ejournalnwu.ac.id/download/artikel/1435905534>. [Diakses 24 November 2020].
- Novfrida, Y., & Saharah, P. (2018). The effect of lavender aromatherapy on the labour pain in the active phase of labour. *Jural Bina Cendikia*, [Internet]. 4(2), 380–384. Tersedia pada: <http://akbidbinahusada.ac.id/jurnal/index.php/jurnal/article/download/19/8/>. [Diakses 24 November 2020].
- Nurul, A., Rosyidah, R., & Destiana, E. (2020). Murotal Al-Qur'an Surat Arrahman dan Inhalasi Aromaterapi Lavender (Lavendula Augustfolia) dalam Nyeri Persalinan kala 1 Fase Aktif. *Jurnal MIDPRO*, [Internet]. 12(1), 10–17. Tersedia pada: <http://dosen.umsida.ac.id/modul/publikasi/filesktp/214392/sktp-04-11-2020%2010:33:08-214392.pdf>. [Diakses 20 November 2020].
- 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. Tersedia pada: <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/61>. [Diakses 20 November 2020].

- Rosalinna. (2018). PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENGURANGAN RASA NYERI PADA PERSALINAN KALA I DI WILAYAH PUSKESMAS KLEGO I BOYOLALI. Jurnal Publikasi Kebidanan, [Internet]. 9(1), 1–10. Tersedia pada: <https://garuda.ristekbrin.go.id/document/s/detail/719220>. [Diakses 24 November 2020].
- 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>. Tersedia pada: <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i219wh>. [Diakses 20 November 2020].
- Sari, P. N., & Sanjaya, R. (2020). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap nyeri persalinan. Majalah Kesehatan Indonesia, [Internet]. 1(2), 45–49. Tersedia pada: <https://ukinstitute.org/journals/1/makein/article/view/1209>. [Diakses 20 Desember 2020]
- Suharti. (2018). PENGARUH PEMBERIAN AROMA TERAPI LAVENDER TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PERSALINAN KALA I FASE LATENT DI BPM NY. RIENS KEDIRI TAHUN 2014. Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak, [Internet]. 3(2), 59–67. Tersedia pada: <http://jukia.medikawiyata.ac.id/index.php/jkia/article/view/59>. [Diakses 20 November 2020].
- Sumarni, R., Astuti, I., & Karmilah, N. (2019). THE RELATIONS OF AROMATHERAPY WITH THE INTENSITY OF PAIN ON LABOR WOMEN STAGE I ACTIVE PHASE IN PMB CIMAHI CITY. Third International Seminar on Global Health (3rd ISGH), [Internet]. 3(1), 21–26. Tersedia pada: <http://repository2.stikesayani.ac.id/index.php/isgh3/article/download/343/300>. [Diakses 24 November 2020].
- Susilarini, Winarsih, S., & Idhayanti, R. I. (2017). Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap pengendalian nyeri persalinan kala I pada ibu bersalin. JURNAL KEBIDANAN, [Internet]. 6(12), 47–54. Tersedia pada: <https://garuda.ristekbrin.go.id/document/s/detail/633153>. [Diakses 24 November 2020].
- 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. SURYA, [Internet]. 09(01), 23–28. Tersedia pada: <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:4Fzjb6Zvf4MJ:https://fdokumen.com/document/>. [Diakses 20 November 2020].
- Utami, I., & Fitriahadi, E. (2019). BUKU AJAR ASUHAN PERSALINAN & MANAGEMEN NYERI PERSALINAN [Internet]. Unisa: Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Tersedia pada: https://lppm.unisayogya.ac.id/wordpress_lp3m/wp-content/uploads/2020/03/BUKU-AJAR-Asuhan-Persalinan-Managemen-Nyeri-Persalinan_NEW_2.pdf. [Diakses 24 November 2020].
- Vakilian, K., Keramat, A., & Gharacheh, M. (2018). Controlled Breathing With or Without Lavender Aromatherapy for Labor Pain at the First Stage: A Randomized Clinical Trial. Crescent Journal of Medical and Biological

- Sciences, [Internet]. 5(3), 172–175. Tersedia pada: http://www.cjmb.org/uploads/pdf/pdf_CJMB_176.pdf. [Diakses 20 November 2020].
- Wahyuningsih, M. (2014). Eefektifitas Aromaterapi Lavender (*Lavandula Angustifolia*) dan Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida di BPS Utami dan Ruang Ponek RSUD Karanganyar. [SKRIPSI]. Surakarta: Program Studi S-1 Keperawatan Stikes Kusuma Husada. Tersedia pada: <http://digilib.ukh.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&id=01-gdl-marniwahyu-547>. [Diakses 20 November 2020].
- 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. Tersedia pada: <http://repository2.stikesayani.ac.id/index.php/pinlitamas1/article/download/421/378>. [Diakses 20 November 2020].
- Widiastuti, Peristiowati, Y., & Farida, S. (2018). Effect of Large Compress Aroma Lavender Therapy to Intensity Scale and Old Labor of I there are Active Phase Until Second Stage in Primigravida Mother in the Region Puskesmas Pagak District Malang. Journal for Quality in Public Health, [Internet]. 2(1), 25–29. <https://doi.org/10.30994/jqph.v2i1.24>. Tersedia pada: <https://jqph.org/index.php/JQPH/article/view/24>. [Diakses 24 November 2020].
- Yazdkhasti, M., & Pirak, A. (2016). The effect of aromatherapy with lavender essence on severity of labor pain and duration of labor in primiparous women. Complementary Therapies in Clinical Practice, [Internet]. 25, 81–83. Tersedia pada: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1744388116300731>. [Diakses 10 Desember 2020].
- Yunarsih, & Rahayu, D. (2018). PERBEDAAN TINGKAT NYERI KALA I FASE AKTIF PERSALINAN NORMAL DENGAN PEMBERIAN MASSAGE COUNTERPRESSURE DAN AROMATERAPI LAVENDER. NSJ, [Internet]. 1(2), 87–106. DOI: <http://dx.doi.org/10.30737/nsj.v2i1.148> Tersedia pada: <http://ojs.unik-kediri.ac.id/index.php/nsj/article/view/148>. [Diakses 20 November 2020].