

PENURUNAN INTENSITAS NYERI AKIBAT LUKA *POST SECTIO CAESAREA* SETELAH DILAKUKAN LATIHAN TEKNIK RELAKSASI PERNAPASAN MENGGUNAKAN AROMATERAPI LAVENDER DI RUMAH SAKIT AL ISLAM BANDUNG

Ratna Pratiwi¹Ermiat¹Restuning Widiasih¹

¹Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran, Bandung, Jawa Barat
pratiwiratna21@yahoo.com

ABSTRAK

Latar Belakang Persalinan dengan *sectio caesarea* dapat menimbulkan dampak setelah operasi yaitu nyeri. Adapun teknik penurunan nyeri yang dapat dilakukan yaitu dengan latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender.

Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender.

Metode penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperimen* dengan rancangan penelitian *One Group Pre-test Post-test*: Sampel penelitian ini berjumlah 30 ibu *post sectio caesarea* hari pertama yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan di ruang nifas Rumah Sakit Al Islam, dengan menggunakan lembar observasi menggunakan skala VAS pada bulan Mei-Juni 2012. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan intensitas skala nyeri sebelum dilakukan intervensi adalah 6.6 dimana nilai tersebut masuk dalam kategori nyeri berat tertahankan. Sedangkan sesudah dilakukan adalah 3.6 dimana nilai tersebut masuk dalam kategori sedang. Hasil analisis lebih lanjut didapatkan bahwa $p= 0.000$ dengan taraf signifikan < 0.05 , yang berarti ada perbedaan yang signifikan dari intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender.

Kesimpulan terdapat perbedaan yang signifikan antara intensitas skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender

Kata Kunci : *Sectio Caesarea*, Nyeri, Relaksasi Pernapasan, Aromaterapi

PENDAHULUAN

Persalinan normal merupakan proses dari mulai mulesnya ibu sampai pada keluarnya bayi dengan kondisi kepala dahulu melalui vagina, dengan lama persalinan kurang dari 24 jam (Whalley, 2008). Proses ini kadang tidak berjalan semestinya dan janin tidak dapat lahir secara normal karena beberapa faktor, yaitu komplikasi kehamilan, disproporsi *sefalo-pelvik*, partus lama, ruptur uteri, cairan ketuban yang tidak normal, kepala panggul. Keadaan tersebut perlu tindakan medis berupa operasi *sectio caesarea* (Padilla, et al.,2008). *Sectio caesarea* adalah melahirkan janin melalui insisi pada dinding abdomen (laparotomi) dan dinding uterus (histerotomi) (Cunningham, 2006).

Tindakan operasi *sectio caesarea* menyebabkan nyeri dan mengakibatkan terjadinya perubahan kontinuitas jaringan karena adanya pembedahan. Nyeri tersebut akan menimbulkan berbagai masalah, salah satunya masalah laktasi. Menurut Hillan (1992) dalam Anggorowati, dkk 2007 bahwa 68% ibu *post sectio caesarea* mengalami kesulitan dengan perawatan bayi, bergerak naik turun dari tempat tidur dan mengatur posisi yang nyaman selama menyusui akibat adanya nyeri. Rasa nyeri tersebut akan menyebabkan pasien menunda pemberian ASI sejak awal pada bayinya, karena rasa tidak nyaman selama proses menyusui berlangsung atau peningkatan intensitas nyeri setelah operasi (Batubara dkk, 2008).

Penanganan yang sering digunakan untuk menurunkan nyeri *post sectio caesarea* berupa penanganan farmakologi, biasanya untuk menghilangkan nyeri digunakan analgesik yang terbagi menjadi dua golongan yaitu analgesik non narkotik dan analgesik narkotik.

Pengendalian nyeri secara farmakologi efektif untuk nyeri sedang dan berat. Namun demikian pemberian farmakologi tidak bertujuan untuk meningkatkan kemampuan klien sendiri untuk mengontrol nyerinya (Van Kooten, 1999 dalam Anggorowati dkk., 2007). Sehingga dibutuhkan kombinasi farmakologi untuk mengontrol nyeri dengan non farmakologi agar sensasi nyeri dapat berkurang serta masa pemulihan tidak memanjang (Bobak, 2004). Metode non farmakologi tersebut bukan merupakan pengganti untuk obat-obatan, tindakan tersebut diperlukan untuk mempersingkat episode nyeri yang berlangsung hanya beberapa detik atau menit.

Menurut hasil penelitian tentang teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan tingkat nyeri pada pasien pasca operasi fraktur femur di Rumah Sakit Karima Utama Surakarta tahun 2009 oleh Ayudianningsih menyebutkan bahwa ada pengaruh yang signifikan teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri pada pasien pasca operasi fraktur femur antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di Rumah Sakit Karima Utama Surakarta. Adapun menurut Saekhatun (2008) mengatakan bahwa ada hubungannya sikap perawat dengan tindakan perawat dalam manajemen nyeri dengan teknik distraksi pada pasien post operasi.

Ketika seseorang melakukan relaksasi pernapasan untuk mengendalikan nyeri, di dalam tubuh tersebut meningkatkan komponen saraf parasimpatik secara stimulan maka hormon adrenalin dan kortisol yang dapat menyebabkan stres akan menurun sehingga meningkatkan konsentrasi serta merasa tenang untuk mengatur napas sampai pernapasan kurang dari 60 – 70 x/menit. Kemudian kadar PaCO₂ akan meningkat dan menurunkan pH sehingga akan meningkatkan kadar oksigen dalam darah (Handerson, 2005). Teori relaksasi pernapasan ini menjelaskan bahwa pada *spinal cord*, sel-sel reseptor yang menerima stimulasi nyeri *periferal* dihambat oleh stimulasi dari serabut-serabut saraf yang lain. Stimulasi yang menyenangkan dari luar juga dapat merangsang *sekresi endorfin*, sehingga stimulasi nyeri yang dirasakan oleh klien menjadi berkurang (Priharjo, 2003). Periode relaksasi pernapasan yang teratur dapat membantu untuk melawan kelelahan, ketegangan otot yang terjadi akibat meningkatkan nyeri (Smeltzer dan Bare, 2002).

Pengaruh aromaterapi terhadap kenyamanan dapat diukur dengan melihat berbagai indikator yang memperlihatkan kenyamanan. Indikator tersebut adalah interpretasi terhadap aromaterapi itu sendiri akan menunjukkan respon emosi *fight or flight*, interpretasi terhadap rasa nyaman yang di dapat dari efek aromaterapi, pernyataan bahwa aromaterapi meningkatkan kinerja, peningkatan konsentrasi, pikiran lebih tenang, jiwa menjadi sejuk (Price, 1997). Respon non verbal menunjukkan kenyamanan (tidak ada kerut muka, tidak ada gerakan menjauhkan diri, tidak ada pengatupan kelopak mata, tidak ada pemalingan wajah/seluruh badan) (Atkinson, R 1999).

Menurut Hutasoit (2002), bahwa lavender mempunyai efek menenangkan. Lavender memberikan ketenangan, keseimbangan, rasa nyaman, rasa keterbukaan dan keyakinan. Selain itu lavender dapat mengurangi rasa tertekan, stress, rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, histeria, rasa frustrasi dan kepanikan. Lavender bermanfaat mengurangi rasa nyeri, dan dapat memberikan relaksasi (Woodcock, 2008 dalam Sulistyowati, 2009). Penelitian Hale (2008), bahwa wanita yang menjalani persalinan menggunakan minyak lavender dapat mengurangi rasa nyeri pada daerah perineum dan mengurangi kegelisahan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperimen* dengan rancangan penelitian *One Group Pre-test Post-test* yaitu sampel pada penelitian ini diobservasi terlebih dahulu sebelum diberi perlakuan, kemudian diobservasi kembali setelah diberi perlakuan (Notoatmodjo, 2010). Populasi pada penelitian ini adalah ibu *post sectio caesarea* di ruang nifas Rumah Sakit Al Islam. Hasil data dari laporan kegiatan instalasi obgin Rumah Sakit Al Islam jumlah ibu yang melakukan persalinan *sectio caesarea* pada 3 bulan terakhir periode Oktober – Desember 2011 berjumlah 127 orang (*medical record* Rumah Sakit Al Islam, 2011).

Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Dengan kriteria inklusi Pasien *post sectio caesarea* yang menggunakan anastesi umum, belum mendapatkan latihan teknik relaksasi pernapasan, pasien yang tidak alergi dengan aromaterapi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan lembar observasi VAS. Peneliti bekerja sama dengan kolektor data yang bertugas di ruang nifas Rumah Sakit Al Islam. Tetapi sebelumnya, peneliti menyamakan persepsi dengan memberi pengarahan kepada kolektor data yaitu perawat dengan menjelaskan tujuan dari penelitian.

Penelitian mengkategorikan intensitas nyeri sebelum dilakukan teknik relaksasi pernapasan dan intensitas nyeri sesudah dilakukan teknik relaksasi pernapasan. Skala pengukuran data yang digunakan untuk meneliti pengaruh latihan teknik relaksasi pernapasan terhadap nyeri akibat *post sectio caesarea* dalam penelitian ini adalah skala ordinal. Pengumpulan data ini dilakukan pada ibu *post sectio caesarea* di ruang nifas Rumah Sakit Al Islam Bandung. Pelaksanaan dan pengumpulan data dilakukan oleh peneliti dan dibantu oleh kolektor data seorang perawat. Pengumpulan data dilaksanakan pada tanggal 14 Mei – 7 Juni 2012.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Paritas Ibu Post *Sectio Caesarea* di Rumah Sakit Al Islam Bandung (n=30)

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Paritas		
Primipara	11	36.67
Multipara	19	63.33
Riwayat Persalinan		
Pertama <i>Sectio Caesarea</i>	19	63.33
Pernah <i>Sectio Caesarea</i>	11	36.67
Rentang Usia		
<20 Tahun	2	6.67
20 – 35 Tahun	23	76.67
>35 Tahun	5	16.67
Pendidikan		
Dasar (SD, SMP)	3	10.00
Menengah (SMA)	7	23.33
Perguruan Tinggi	20	66.67
Pekerjaan		
IRT	17	56.67
PNS	7	23.33
Karyawan	6	20.00

Tabel 2 Frekuensi Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Dilakukan Latihan Teknik Relaksasi Pernapasan Menggunakan Aromaterapi Lavander (n=30)

Kategori Skala Nyeri	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Tidak nyeri	0	0	0	0
Nyeri ringan	0	0	13	43.33
Nyeri sedang	13	43.3	17	56.67
Nyeri berat terkontrol	17	56.6	0	0
Nyeri berat tidak terkontrol	0	0	0	0

Tabel 3 Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah dilakukan Latihan Teknik Relaksasi Pernapasan Menggunakan Aromaterapi Lavander (n=30)

Kelompok	Mean	SD	Min	Maks	P Value
<i>Pre test</i>	6.6	0.81	5	8	0.000
<i>Post test</i>	3.6	0.72	3	5	

Penurunan intensitas nyeri pada responden ini terjadi karena ibu *post sectio caesarea* dapat mempraktekkan latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender dengan benar dan lama waktu latihan kurang lebih 15 menit, dilakukan pada saat ibu merasakan nyeri pada luka bekas *sectio caesarea*. Menurut Indiarti (2009) menggunakan relaksasi dengan induksi latihan relaksasi pernapasan selama 15 - 20 menit secara teratur dapat mengurangi rasa nyeri. Latihan teknik relaksasi pernapasan dengan aromaterapi lavender dapat dilakukan sebelum keluhan nyeri terasa. Ibu *post sectio caesarea* dapat mempraktekkan latihan pernapasannya untuk mengatasi rasa nyeri pada saat memiringkan badan dan mengatur posisi. Latihan teknik relaksasi pernapasan bisa berhasil jika pasien kooperatif (Potter dan Perry, 2006).

Hasil penelitian ini hampir sama dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Priyani (2009) yang menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pemberian teknik relaksasi napas dalam terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri di Panti Asuhan Yatim Putri Islam Yogyakarta dengan nilai signifikansi (p) = 0.000. Nyeri merupakan perasaan emosional yang bersifat subjektif dan hanya seseorang dengan kondisi tersebut yang dapat mendeskripsikan besarnya nyeri yang dirasakan. Sehingga akan berpengaruh terhadap penurunan skala intensitas nyeri pada tiap responden. Nyeri sendiri muncul karena adanya kiriman impuls yang memasuki medulla spinalis dan berinteraksi dengan sel – sel saraf inhibitor, sehingga akan ditransmisi mencapai ke korteks serebral untuk diinterpretasikan sensasi nyeri (Potter dan Perry, 2005).

Reaksi lokal adanya nyeri itu juga mengaktifkan syaraf – syaraf simpatif, berupa keluarnya keringat yang berlebihan, respon metabolisme yang meningkat, meningkatkan kardiovaskuler. Nyeri tersebut menimbulkan perasaan sensori dan emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan. Tingkat dan keparahan nyeri pasca operasi terganggu pada fisiologis dan psikologis individu dan toleransi yang ditimbulkan (Brunner dan Suddart, 2002). Pengontrolan nyeri setelah *post sectio caesarea* sangatlah penting untuk mengurangi kecemasan dan mempercepat mobilisasi serta rawat inap.

Penelitian yang sudah dilakukan Kim pada tahun 2007 menyebutkan bahwa penggunaan terapi aroma untuk perawatan *post* operasi anastesi dengan pemakaian aromaterapi lavender memiliki pengaruh yang signifikan dan lebih efektif dibandingkan dengan pemakaian sedatif. Selain itu, hasil yang diperoleh mengenai kegiatan penelitian ini yaitu pemakaian terapi aroma lavender lebih efektif dalam proses penurunan nyeri dibandingkan dengan pemakaian analgesik ($P= 0.007$). Kedua jenis metode tersebut dapat dikombinasikan satu sama lain sehingga lebih cepat dalam proses penurunan tingkat intensitas nyeri. Namun demikian, metode non farmakologi memiliki kelebihan yaitu proses pelaksanaannya relatif sederhana, efektif, dan tidak menimbulkan efek yang merugikan (Perry dan Potter, 2005).

Relaksasi merupakan salah satu metode pengendalian nyeri yang sering digunakan dan memberikan masukan terbesar dalam penurunan nyeri. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bagharpoosh dkk (2006) dalam Sulistyowati (2009) menunjukkan bahwa relaksasi sangat efektif untuk mengurangi nyeri, merupakan cara mudah yang dapat dilakukan, tanpa resiko dan

hanya memerlukan sedikit biaya.

Terapi aroma merupakan tindakan terapeutik dengan menggunakan minyak esensial yang bermanfaat untuk meningkatkan keadaan fisik dan psikologi. Latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender ini dimulai pada saat responden yaitu ibu *post sectio caesarea* menarik napas, respon aroma yang dihasilkan aromaterapi lavender akan merangsang kerja sel otak. Aromaterapi tersebut memiliki efek positif karena aroma atau baunya yang segar dan harum mampu merangsang sensori dan reseptor sehingga dapat mempengaruhi organ tubuh dan menimbulkan efek kuat terhadap emosi (Shinobi, 2008). Prinsip dasar teori penurunan nyeri oleh teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender adalah teori *gate control* yang terletak pada fisiologis sistem saraf otonom yang merupakan bagian dari sistem yang mempertahankan homeostatis. Menurut Melzack dan Wall (1965) teori *gate control* menjelaskan mekanisme pertahanan dan impuls di saraf pusat.

Latihan teknik relaksasi pernapasan dengan aromaterapi lavender mempengaruhi pelancaran sirkulasi darah, sehingga suplai nutrisi ke jaringan luka dapat tercukupi dan proses penyembuhan akan lebih cepat. Teknik napas dalam juga dapat memberikan individu kontrol diri ketika terjadi rasa ketidaknyamanan atau cemas, stres fisik dan emosi yang menyebabkan nyeri meningkat. Penelitian yang dilakukan Sulistyowati (2009) menyebutkan bahwa penggunaan terapi aroma lavender dapat efektif digunakan untuk mengatasi nyeri dan cemas pada saat persalinan kala 1 dengan hasil selisih *pre post* test nyeri dan cemas persalinan antara kelompok kontrol dan eksperimen berbeda signifikan ($p > 0.005$) ($p < 0.005$). Pernyataan tersebut juga diperkuat oleh Hutasoit (2002) yang menyebutkan bahwa lavender mempunyai aefek menenangkan sehingga dapat memberikan ketenangan, keseimbangan, dan rasa nyaman. Di samping itu terapi aroma lavender juga dapat mengurangi rasa tertekan, stres, rasa sakit, emosi yang tidak seimbang, histeria, serta rasa frustrasi dan kepanikan. Dalam penelitian ini cara yang digunakan adalah dengan menyegarkan ruangan atau *vapourizer* dengan menggunakan tungku pemanas. Cara tersebut sangat sederhana dengan hanya meletakkan sedikit air dan aromaterapi di atas alat pemanas yang dibakar oleh lilin aroma sehingga menimbulkan wewangian.

Berdasarkan pembahasan mengenai hasil penelitian dari peneliti dan peneliti-peneliti sebelumnya, tentu saja diperlukan adanya solusi dari permasalahan yang berkaitan dengan tingkat intensitas nyeri pada ibu *post sectio caesarea*. Oleh karena itu, untuk mengatasi masalah ini tentu saja diperlukan adanya peningkatan dari penggabungan metode farmakologi dan non farmakologi secara efektif dan menyeluruh. Metode non farmakologi berupa latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender diharapkan dapat menjadi komplementer bagi ibu *post sectio caesarea* untuk dapat mengontrol nyeri yang dirasakan secara tiba-tiba sehingga nantinya aktivitas ibu *post sectio caesarea* tidak terganggu serta dapat melewati fase *latting go* (kemandirian) sesegera mungkin.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 30 ibu *post sectio caesarea* di ruang nifas Rumah Sakit Al Islam Bandung dapat disimpulkan sebelum diberikan latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender, intensitas skala nyeri sangat tinggi dimana nilai tersebut masuk dalam kategori berat tertahankan, adapun sesudah diberikan latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender intensitas skala nyeri pada responden berubah tersebut masuk dalam kategori sedang. Terdapat perbedaan yang signifikan antara intensitas skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender. Hal ini mengindikasikan adanya pengaruh latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri akibat luka *post sectio caesarea* dengan $p\text{-value} < 0.05$ baik terhadap intensitas skala nyeri dan berkurangnya nyeri yang dialami ibu *post sectio caesarea* dapat diatasi.

SARAN

Diharapkan bagi ibu *post sectio caesarea* dapat memahami tentang latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri akibat luka *post sectio caesarea*. Informasi yang telah diterima dapat dipraktekkan secara mandiri oleh ibu dalam kehidupan sehari – hari sehingga ketika terjadi nyeri, ibu dapat mengontrol sensasi nyeri dan aktivitas ibu tidak terganggu.

Diharapkan dapat menjadi masukan bagi dokter, bidan dan perawat terhadap program pelayanan ibu *post sectio caesarea* tentang penanganan nyeri secara non farmakologi dengan latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi lavender. Dengan adanya kombinasi antara farmakologi yang diberikan dan non farmakologi dapat membantu mempercepat proses penyembuhan.

Peneliti menyarankan untuk dilakukan penelitian lebih lanjut tentang perbandingan latihan teknik relaksasi pernapasan menggunakan aromaterapi dengan metode yoga untuk perawatan luka *post sectio caesarea*. Peneliti juga menyarankan untuk pengukuran dengan skala nyeri lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggorowati, dkk. 2007. *Efektifitas Pemberian Intervensi Spiritual “Spirit Ibu” terhadap Nyeri Post Sectio Caesarean (SC) pada RS Sultan Agung dan RS Roemani Semarang*. Journal Media Ners Vol 1, No 1, Tahun 2007: 10 – 15.
- Atkinson, R,et al. 2003. *Penghantar Psikologi edisi 8 jilid 2*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Batubara, dkk. 2008. *Hubungan Pengetahuan, Nyeri Pembedahan Sectio Caesaria dan Bentuk Puting dengan Pemberiann Air Susu Ibu Pertama Kali Pada Ibu Post Partum*. Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing), Volume 3 No.2 Juli 2008 54.

- Bobak, Lowdermilk, Jansen. 2004. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. Jakarta : EGC.
- Cunningham, F. Gary et al. 2006. *Obstetric Williams* Edisi 21 vol.1. Jakarta: EGC.
- Hale, G. 2008. *Lavender – nature’s aid to stress relief*. www.aromatherapy-stress-relief.com. (diakses tanggal 22 Juni 2012).
- Handerson, C. 2005. *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Hutasoit, A.S. 2002. *Panduan Praktis Aromatherapy Untuk Pemula*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Indiarti, M.T (2009). *Panduan Lengkap Kehamilan, Persalinan dan Perawatan Bayi*. Jogyakarta : Diglossia Media.
- Kim T et al. (2007). *Treatment with Lavender Aromatherapy in the Post-Anesthesia Care Unit reduces. Opioid Requirements of Morbidly Obese Patients Undergoing Laparoscopic Adjustable. Gastric Banding. Obesity Surgery* 2007; 17: 920-925.
- Mochtar Rustam, 1998. *Buku Acuan Pelayanan Nasional: Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo.
- Notoadmodjo. 2003.*Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Padilla, et al. 2008. *Risk Factors in Cesarean Section*. Ginecol Obstet Mex Article in Spanish, 2008 Jul;76(7):392-7.
- Potter, Perry, 2006. *Fundamental Keperawatan, Konsep, Proses dan Praktik*, Edisi 4, Volume 2. Jakarta : EGC.
- _____. 2005. *Fundamental Keperawatan, Konsep, Proses dan Praktik*, Edisi 4, Volume 2. Jakarta : EGC.
- Price, Shirley. 1997. *Aromaterapi Bagi Profesi Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Priharjo, R. 2003. *Perawatan Nyeri*. Jakarta: EGC.
- Shinobi. 2008. *Pijat Aromaterapi*. http://id.88db.com/id/Discussion/Discussion_reply.page/Health_Medical??Discl D=1309. (diakses tanggal 14 Juli 2012).
- Smeltzer, S. C, & Bare, B.G. (2001). *Buku ajar keperawatan medikal bedah Brunner and Suddarth*. (8 th edition). Jakarta: EGC.

Sulistyowati, D. 2009. *Efektifitas Terapi Aroma Lavender Terhadap Tingkat Nyeri dan Kecemasan Persalinan Primipara Kala I di Rumah Sakit dan Klinik Bersalin Purwokerto.*

Walley, J., Simkin, P., dan Keppler, A. (2008). *Panduan Praktis Bagi Calon Ibu : Kehamilan dan Persalinan.* Jakarta : PT. Bhuana Ilmu Populer.