

PERBANDINGAN INHALASI ATSIRI ROSE DENGAN LAVENDER  
TERHADAP INTENSITAS NYERI PERSALINAN

COMPARISON OF ROSE ESSENTIAL OIL AND LAVENDER  
INHALATION ON THE INTENSITY OF LABOR PAIN

Emi Br Barus<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Jurusan Sarjana Kebidanan, Institut Kesehatan Sumatera Utara, Indonesia

Email: [emibarus@gmail.com](mailto:emibarus@gmail.com)

Abstrak

Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan yang tidak menyenangkan, bersifat sangat subyektif. Perasaan nyeri pada setiap orang berbeda dalam hal skala ataupun tingkatannya, dan hanya orang tersebutlah yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan Inhalasi Atsiri rose dengan lavender terhadap intensitas nyeri persalinan di Puskesmas Medan Tuntungan. Desain penelitian ini adalah *Matching pretest dan Post-test Group Design*. Populasi dalam penelitian sebanyak 30 orang primigravida, dengan Teknik *total sampling*. Analisis data terdiri dari univariat dan bivariat dengan uji T-Test. Hasil penelitian menggunakan skala intensitas nyeri numerik menunjukkan bahwa Intensitas nyeri persalinan sebelum Inhalasi Atsiri rose mayoritas memiliki nyeri berat sebanyak 10 orang (66.7 %), dan setelah diberi inhalasi mayoritas nyeri ringan sebanyak 9 orang (60 %). Sedangkan Intensitas nyeri persalinan sebelum Inhalasi Lavender mayoritas memiliki nyeri berat sebanyak 9 orang (60 %) dan setelah diberi inhalasi mayoritas nyeri ringan sebanyak 8 orang (53.3 %). Hasil uji T-test menunjukkan bahwa intensitas nyeri persalinan kelompok inhalasi atsiri rose sebesar 3,60 dengan SD sebesar 0,057, intensitas nyeri persalinan pada kelompok lavender sebesar 3,53 dengan SD sebesar 0,516. Hal ini berarti bahwa inhalasi aroma lavender lebih meringankan intensitas nyeri di bandingkan atsiri rose.

Kata kunci: *Atsiri Rosa, Lavender, Nyeri, Persalinan*

Abstract

*Pain is a kind of unpleasant feeling which is very subjective. This feeling can be interpreted different in terms of scale or level, and pain experience can only be explained or evaluated by the related person. This study aims to determine the comparison of Rose Essential Oil and Lavender inhalation on the intensity of labor pain at the Medan Tuntungan Community Health Center. The design of this study was Matching Pre-test and Post-test Group Design. The population in the study was 30 people, and the samples were selected through a total sampling technique. Data analysis consisted of univariate and bivariate analysis using T-Test. The results showed that 10 people (67 %) had severe pain before inhalation of Rose Essential Oil, and after the administration of inhalation, the majority of respondents or as many as 9 people (60%) had mild pain. Furthermore, the majority of respondents or as many as 9 people (60%) had severe labor pain before Lavender inhalation, and after the administration of inhalation, the majority of respondents or as many as 8 people (53 %) had mild pain. The results of the T-test showed that the intensity of labor pain in the rose essential oil inhalation group was 3.60 with an SD of 0.57, and the intensity of labor pain in the lavender inhalation group was 3.53 with an SD of 0.51. This indicated that inhalation of lavender aroma could provide a better pain relieve compared to rose essential oil.*

Keywords: *Rose Essential Oil, Lavender, Pain, Labor*

© 2022 Emi Br Barus  
Under the license CC BY-SA 4.0

## 1. PENDAHULUAN

Persalinan merupakan saat yang dinanti-nantikan ibu hamil untuk merasakan kebahagiaan yang didambakan. Namun bagi beberapa wanita, persalinan kadang diliputi oleh rasa takut dan cemas terhadap rasa nyeri saat persalinan (1). Nyeri persalinan muncul karena adanya kontraksi rahim yang menyebabkan dilatasi dan penipisan serviks dan iskemia rahim yang diakibatkan kontraksi arteri miometrium. Nyeri yang berlebihan akan menimbulkan rasa cemas yang dapat memicu produksi hormon progstatglandin yang dapat menyebabkan stress dan mempengaruhi kemampuan tubuh menahan rasa nyeri (2)

Pada saat persalinan, jika seseorang merasa cemas maka otak akan mengalirkan zat yang menutup pengeluaran endorphin sehingga semakin luar biasa sakit yang dirasakan dan menyebabkan ibu menjadi stress dalam menghadapi persalinannya yang membuat impuls nyeri bertambah banyak dan lemahnya kontraksi otot (3). Pada persalinan kala I, nyeri yang dirasakan bersifat viseral yang ditimbulkan dari kontraksi uterus dan dilatasi serviks yang dipersyarafi oleh serabut aferen simpatis dan ditransmisikan ke medula spinalis pada segmen Thorakal 10 – Lumbal 1 melalui serabut saraf delta dan serabut syaraf C yang berasal dari dinding lateral dan fundus uteri. Nyeri akan bertambah dengan adanya kontraksi isometrik pada uterus yang melawan hambatan oleh leher rahim/uterus dan perineum (4)

Terdapat banyak metode untuk mengatasi nyeri persalinan. Cara untuk mengatasi nyeri persalinan, yaitu dengan metode farmakologis dan nonfarmakologis. Ada beberapa bukti penelitian yang mendukung kemanjuran pemilihan metode farmakologis dalam penanganan nyeri persalinan, tetapi dari gambaran sistematis juga menyoroiti bahwa adanya hubungan dari pemberian metode farmakologis dengan sejumlah efek samping (5)

Dalam pemberian metode farmakologis, nyeri persalinan akan berkurang secara fisiologis, namun kondisi psikologis dan emosional ibu akan terabaikan. Sedangkan untuk metode non-farmakologis bersifat efektif tanpa efek samping yang merugikan dan dapat meningkatkan kepuasan selama persalinan karena ibu dapat mengontrol perasaannya dan kekuatannya. Metode ini termasuk terapi panas dan dingin, terapi sentuhan, pijat, refleksi, relaksasi, menari, permen karet bebas gula, stimulasi saraf trans atau subkutan, terapi air, menggunakan birth ball, terapi musik, akupresur dan aromaterapi (6).

Aromatherapy adalah metode yang menggunakan minyak esensial untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi, dan spirit efek lainnya adalah menurunkan nyeri dan kecemasan (7) Aromatherapy Lavender merupakan salah satu minyak esensial analgetik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton. Monoterpena merupakan jenis senyawa terpena yang paling sering ditemukan dalam minyak Atrisi tumbuhan (8). Ekstrak lavender berkualitas tinggi

tidak hanya sesuai dengan monograf ini namun idealnya melebihi spesifikasi tersebut dengan kandungan linalil asetat yang lebih tinggi (idealnya 33-45%) dan lavandulil asetat ( $\geq 1,5\%$ ), dan batas yang lebih rendah untuk kandungan cineol. yang merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang (9)

Salah satu jenis tumbuh - tumbuhan penghasil minyak esensial yang sering digunakan untuk merilekskan tubuh serta mengurangi kecemasan dengan cara inhalasi berasal dari bunga mawar (rose), karena dibanding bunga-bunga lain seperti bunga melati maupun lavender yang juga berbau harum, bunga mawar memiliki 14,2% total senyawa kimia geraniol dengan komponen berbeda dari bunga lainnya yang berasal dari kelopak bunganya dan efek wangi yang dihasilkan juga lebih menyegarkan. Selain itu, kelopak bunga mawar juga mengandung 3,71% senyawa kimia linalool yang bersifat sedatif (10)

## 2. METODE

Metode penelitian adalah kuantitatif menggunakan desain komparatif perbandingan untuk menguji perbedaan diantara dua kelompok data (variabel) atau lebih. Dengan desain *Matching pretest dan Post-test Group Design* (11). Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Medan Tuntungan dengan lama penelitian 6 bulan, Populasi adalah seluruh ibu bersalin dan sampel adalah sebanyak 30 orang ibu primigravida dengan Teknik total populasi.

Data yang sudah di kumpul akan di analisis dengan uji T-Test. Pengumpulan data dilakukan sebelum dan sesudah pemberian inhalasi Atsiri Rose Dengan Lavender.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil

Pelaksanaan penelitian dilaksanakan mulai bulan Februari sampai dengan Agustus 2021 di Puskesmas Medan Tuntungan. Adapun rata-rata persalinan tiap bulannya adalah sebanyak 15-20 orang, namun selama masa Covid 19 terjadi penurunan jumlah rata-rata persalinan yaitu 10-15 ibu bersalin tiap bulannya.

Karakteristik responden pada Tabel 1 yaitu usia ibu rata-rata dalam penelitian paling banyak kelompok umur 21-35 tahun sebesar 14 responden (47 %), Tingkat pendidikan responden rata-rata lulus SMA yaitu 16 responden atau (53 %) dan untuk pekerjaan responden lebih banyak bekerja sebagai ibu rumah tangga yakni 15 responden atau (50 %).

### Analisis Univariat

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

No	Umur	Frekuensi	%
1	<21 Tahun	4	13
2	21-35 Tahun	14	47
3	>35 Tahun	12	40
Pendidikan		Frekuensi	%
1	SD/SLTP	10	34
2	SLTA	16	53
3	D3/S1	4	13
Pekerjaan		Frekuensi	%
1	IRT	15	50
2	Petani	6	20
3	Wiraswasta	8	27
4	PNS	1	3
<b>Total</b>		<b>30</b>	<b>100</b>

Sumber : (Puskesmas Medan Tuntungan)

**Tabel 2. Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Diberikan Inhalasi Minyak Atsiri Rose**

Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum Inhalasi Atsiri Rose			
No	Nyeri	Frekuensi	%
1	Berat	10	67
2	Sedang	5	33
3	Ringan	0	0

  

Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum Inhalasi Atsiri Rose			
No	Nyeri	Frekuensi	%
1	Berat	0	0
2	Sedang	6	40
3	Ringan	9	60

Sumber : (Puskesmas Medan Tuntungan)

Tabel 2. Menunjukkan bahwa intensitas nyeri persalinan sebelum diberikan inhalasi atsiri rose mayoritas berat sebanyak 10 orang (66,7%) sedangkan intensitas nyeri persalinan sesudah diberikan inhalasi atsiri rose, mayoritas ringan sebanyak 9 orang (60%), hal ini berarti terjadi penurunan derajat nyeri setelah di berikan inhalasi atsiri rose

**Tabel 3. Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Diberikan Inhalasi Lavender**

No	Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum Inhalasi Lavender	Frekuensi	%
1	Berat	9	60
2	Sedang	6	40
3	Ringan	0	0

  

No	Intensitas Nyeri Persalinan Setelah Inhalasi Lavender	Frekuensi	%
1	Berat	0	0
2	Sedang	7	47
3	Ringan	8	53

Sumber : (Puskesmas Medan Tuntungan)

Tabel 3. Menunjukkan bahwa intensitas nyeri persalinan sebelum diberikan Inhalasi lavender mayoritas berat sebanyak 9 orang (60%) sedangkan intensitas nyeri persalinan sesudah diberikan inhalasi lavender mayoritas

ringan sebanyak 8 orang (53,3%), hal ini menunjukkan bahwa terjadi derajat penurunan nyeri setelah di berikan inhalasi lavender

#### Analisis Bivariat

**Tabel 4. Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Diberikan Inhalasi Lavender**

Variabel	N	Rerata ±s.b	P value
Intensitas Nyeri Persalinan	Inhalasi Atsiri Rose	3.60±0.057	0.024
	Inhalasi Levender	3.53±0.56	

#### \*Uji T-Test

Berdasarkan Tabel 4. Hasil penelitian berdasarkan uji T-test menunjukkan bahwa hasil rerata intensitas nyeri persalinan pada kelompok aromaterapi minyak atrisi rosa sebesar 3,60 dengan standar deviasi sebesar 0,057, rerata nilai intensitas nyeri persalinan pada kelompok lavender sebesar 3,53 dengan standar deviasi sebesar 0,516. Hal ini berarti bahwa pemberian aroma terapi lavender lebih meringankan intensitas nyeri di dibandingkan minyak atsiri rose

### 3.2 PEMBAHASAN

#### Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Diberikan Inhalasi Atsiri Rose

Tabel 2 menunjukkan bahwa intensitas nyeri persalinan sebelum diberikan aroma terapi minyak atsiri rose mayoritas berat sebanyak 10 orang (66,7%) sedangkan intensitas nyeri persalinan sesudah diberikan aroma terapi minyak atsiri rose, mayoritas

ringan sebanyak 9 orang (60%), hal ini berarti terjadi penurunan derajat nyeri setelah diberikan terapi minyak atsiri rose.

Salah satu herbal esensial yang digunakan dalam aromaterapi adalah mawar. Aroma mawar efektif pada sistem saraf pusat. Dua bahan dari aromaterapi mawar, sytrinol dan 2- phenyl ethyl alcohol, pada mawar dikenal sebagai agen anti ansietas. Menggunakan mawar oil mengurangi kecemasan sebesar 71% dalam persalinan dan hanya 14% dari mereka yang membutuhkan pembiusan lokal (12)

Beberapa bahan kimia yang terkandung dalam minyak Atrisi bunga mawar diantaranya sitral, sitronelol, geraniol, linalol, nerol, eugenol, feniletil, alhohol, farnesol, nonil, dan aldehida (13).

Aromaterpi digunakan untuk mempengaruhi emosi seseorang dan membantu meredakan gejala penyakit. Sari minyak yang digunakan dalam aromaterapi ini berkhasiat untuk mengurangi stress, melancarkan sirkulasi darah, meredakan nyeri mengurangi bengkak, menyingkirkan zat racun dari tubuh, mengobati infeksi virus atau bakteri, luka bakar, tekanan darah tinggi, gangguan pernafasan, insomnia (sukar tidur), gangguan pencernaan dan penyakit lainnya (14).

Wangi yang dihasilkan aromaterapi akan menstimulasi thalamus untuk mengeluarkan enkefalin yang berfungsi sebagai rasa sakit alami. Dalam penelitian di Inggris aroma mawar mempunyai efek yang paling besar untuk mengurangi kecemasan

yang bisa mengalihkan rasa sakit dibandingkan dengan aromaterapi bunga lainnya (15)

### **Intensitas Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah Diberikan Inhalasi Lavender**

Tabel 3 menunjukkan bahwa intensitas nyeri persalinan sebelum diberikan aroma terapi lavender mayoritas berat sebanyak 9 orang (60%) sedangkan intensitas nyeri persalinan sesudah diberikan aroma terapi lavender mayoritas ringan sebanyak 8 orang (53,3%), hal ini menunjukkan bahwa terjadi derajat penurunan nyeri setelah di berikan aromaterapi lavender. Secara tradisional diduga memiliki berbagai sifat terapeutik dan kuratif, mulai `dari mengurangi stress. Ada bukti yang berkembang yang menunjukkan bahwa minyak lavender bisa menjadi obat yang efektif dalam pengobatan beberapa gangguan neurologis (16).

Minyak lavender adalah salah satu aromaterapi yang terkenal memiliki efek sedatif, hypnotic, dan anti-neurodepressive pada manusia. Karena minyak lavender dapat memberi rasa tenang, sehingga dapat digunakan sebagai manajemen stres. aroma terapi lavender terbukti signifikan dapat menurunkan intensitas nyeri persalinan fisiologis kala satu fase aktif (7).

### **Perbandingan Intensitas Nyeri Sesudah Pemberian Aroma Terapi Minyak Atsiri Rose dengan Aroma Terapi Lavender**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata intensitas nyeri persalinan pada kelompok aromaterapi minyak atrisi rosa

sebesar 3,60 dengan standar deviasi sebesar 0,057, rerata nilai intensitas nyeri persalinan pada kelompok lavender sebesar 3,53 dengan standar deviasi sebesar 0,516. Hal ini berarti bahwa pemberian aroma terapi lavender lebih meringankan intensitas nyeri di bandingkan minyak atsiri rose.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (17) menunjukkan adanya perbedaan antara aromaterapi dengan minyak atrisizi rosa terhadap intensitas nyeri persalinan kala 1 fase aktif ( $p= 0,00$ ). Setelah dilakukan pemberian aromaterapi responden yang mengalami rasa nyeri ringan sebanyak 16 orang (76.19%) dan 5 orang mengalami nyeri sedang (23,81%) sedangkan yang dilakukan aromaterapi minyak atrisi rosa mengalami rasa nyeri ringan sebanyak 17 orang (80.95) dan sebanyak 4 orang.

Salah satu jenis tumbuh - tumbuhan penghasil minyak essensial yang sering digunakan untuk merilekskan tubuh serta mengurangi kecemasan dengan cara inhalasi berasal dari bunga mawar (rose), karena dibanding bunga-bunga lain seperti bunga melati maupun lavender yang juga berbau harum, bunga mawar memiliki 14,2% total senyawa kimia geraniol dengan komponen berbeda dari bunga lainnya yang berasal dari kelopak bunganya dan efek wangi yang dihasilkan juga lebih menyegarkan. Selain itu, kelopak bunga mawar juga mengandung 3,71% senyawa kimia linalool yang bersifat sedatif (18).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dengan melakukan inhalasi pada

aromaterapi mampu menurunkan tingkat nyeri dan kecemasan seseorang juga menyebutkan bahwa inhalasi terhadap minyak essensial dapat meningkatkan kesadaran dan menurunkan kecemasan. Efek positif pada sistem saraf pusat diberikan oleh molekul- molekul bau yang terkandung dalam minyak essensial, efek positif tersebut menghambat pengeluaran Adreno Corticotrophic Hormone (ACTH) dimana hormon ini adalah hormon yang mengakibatkan terjadinya kecemasan pada individu. Dampak positif aromaterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan disebabkan karena aromaterapi diberikan secara langsung (inhalasi) (18).

Selain aroma terapi minyak atrisi rosa, terapi lavender juga dapat mempengaruhi intensitas nyeri persalinan. Aromatherapy Lavender merupakan salah satu minyak esensial analgetik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton Monoterpena merupakan jenis senyawa terpena yang paling sering ditemukan dalam minyak Atrisi tumbuhan. Ekstrak lavender berkualitas tinggi tidak hanya sesuai dengan monograf ini namun idealnya melebihi spesifikasi tersebut dengan kandungan linalil asetat yang lebih tinggi (idealnya 33-45%) dan lavandulil asetat ( $\geq 1,5\%$ ), dan batas yang lebih rendah untuk kandungan cineol. yang merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang (18).

Aromaterapi lavender merupakan salah satu minyak esensial analgesik yang mengandung 8% terpena dan 6% keton. Monoterpena merupakan jenis senyawa terpena yang paling sering ditemukan dalam minyak Atrisi tanaman. Pada aplikasi medis monoterpena digunakan sebagai sedatif. Minyak lavender juga mengandung 30-50% linalil asetat. Linalil asetat merupakan senyawa ester yang terbentuk melalui penggabungan asam organik dan alkohol. Ester sangat berguna untuk menormalkan keadaan emosi serta keadaan tubuh yang tidak seimbang, dan juga memiliki khasiat sebagai penenang serta tonikum, khususnya pada sistem saraf (19)

#### 4. KESIMPULAN

Perbandingan pemberian inhalasi atsiri Rose dengan inhalasi lavender adalah inhalasi lavender lebih meringankan intensitas nyeri di bandingkan atsiri rose pada penurunan intensitas nyeri persalinan ibu primigravida.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan Karunianya Penelitian ini dapat terselesaikan, Kepada Puskesmas Medan tuntungan yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian, dan terima kasih kepada semua pihak yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Sumber dana penelitian berasal dari Institut Kesehatan Sumatera Utara.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Widiastini Luh dan Saudia Baiq. Buku ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu

Bersalin dan Bayi Baru Lahir. Bogor: In Media; 2018.

2. Legawati. Asuhan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir. Malang: Wineka Media; 2019.
3. Nafiah T. Pengaruh Metode Deep Back Massage Terhadap Intensitas Nyeri Pada Persalinan Kala I Fase Aktif Di Klinik Pratama Mutiara Bunda Kawalu Kota Tasikmalaya Tahun 2018. J Kesehat Bakti Tunas Husada J Ilmu-ilmu Keperawatan, Anal Kesehat dan Farm [Internet]. 2018;18(2):228–36. Available from: [https://ejournal.stikes-bth.ac.id/index.php/P3M\\_JKBTH/article/view/407/365](https://ejournal.stikes-bth.ac.id/index.php/P3M_JKBTH/article/view/407/365)
4. Dartiwen. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Persalinan. 1st ed. Yogyakarta: Deepublish; 2018.
5. Istri Utami EF. Asuhan Kebidanan Persalinan dan Manajemen Nyeri Persalinan. Yogyakarta: UNISA; 2019.
6. Barus EB. Jurnal Kesehatan. J Kesehat [Internet]. 2021;12(2):279–83. Available from: <http://elearning.stikesprimanusantara.ac.id/ejurnal/index.php/JKPN/article/view/539>
7. Susilarini S, Winarsih S, Idhayanti RI. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I Pada Ibu Bersalin. J Kebidanan. 2017;6(12):47.
8. Maedeh S, Ronak S, Bijan N, Asrin K, Karim N, Shahgheibi S, et al. Comparison of the effect of entonox gas and aromatherapy with lavender on

- the severity of labor pain. *Heal Aging Res.* 2019;08(01):1–5.
9. Hetia EN, M.Ridwan, Herlina. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan Kala I Aktif. *J Kesehatan Metro Sai Wawa.* 2017;X(1):5–10.
10. Mawaddah S, Iko J. The Rose Essential To Reduce Labor Pain In Active Phase Labor. *J Kebidanan.* 2020;10(2):80–4.
11. Masturoh I AN. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta; 2018.
12. Sholehah KS, Arlym LT, Putra AN. Pengaruh Aromaterapi Minyak Atsiri Mawar Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di Puskesmas Pangalengan Kabupaten Bandung. *J Ilmu Kesehat.* 2020;12(1):39–51.
13. Suralaga C, Husnul NN, Romini T. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif di Klinik Indah Medika Tahun 2020. *RepositoryUnasAcId [Internet].* 2021; Available from: <http://repository.unas.ac.id/2863/>
14. Tobing L FS. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Ibu Primigravida Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Langkai Batam Tahun 2018. 2018;09:2087–7239. Available from: <http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonabidan/article/view/394/319>
15. Ardela M, Yuliwar R, Dewi N. Efektivitas Relaksasi Nafas Dalam Dan Relaksasi Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Perubahan Nyeri Pada Remaja Yang Mengalami Dysmenorrhea Primer Di Kecamatan Lowokwaru Malang. *J Nurs News.* 2017;XI(1):31–7.
16. Tanvisut R, Traisrisilp K, Tongsong T. Efficacy of aromatherapy for reducing pain during labor: a randomized controlled trial. *Arch Gynecol Obstet [Internet].* 2018;297(5):1145–50. Available from: <https://doi.org/10.1007/s00404-018-4700-1>
17. Handayani RS, Rohmatin E. Massage Effleurage Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Comparison of the Influence of Rose Aromatherapy With Effleurage Massage Towards Labor Pain of. *J Bidan “Midwife Journal.”* 2018;4(02):66–72.
18. Tabatabaeichehr M, Mortazavi H. The Effectiveness of Aromatherapy in the Management of Labor Pain and Anxiety: A Systematic Review. *Ethiop J Health Sci.* 2020;30(3):449–58.
19. Pujiati W, DS HJ, Wahyu A. Lavender Aromatherapy to Reduce the Intensity of Post Sectio Caesaria Pain. *Int J Sci Res [Internet].* 2018;7(11):415–8. Available from: [https://www.ijsr.net/get\\_abstract.php?paper\\_id=ART20192492%0Ahttps://www.ijsr.net/archive/v7i11/ART20192492.pdf](https://www.ijsr.net/get_abstract.php?paper_id=ART20192492%0Ahttps://www.ijsr.net/archive/v7i11/ART20192492.pdf)